

# De Bikkel

april 2013

Adres baan: Raadhuislaan 8, 1613 KR Grootebroek  
Corr. adres: Zesstedenweg 260, 1613 KG Grootebroek  
Internet: [www.ssvsurvival.nl](http://www.ssvsurvival.nl)

## Streker Survival Vereniging

E-mail De Bikkel: [jande.haas@multiweb.nl](mailto:jande.haas@multiweb.nl)

Redactie:

Coördinator De Bikkel	Fleur Scheer-Beemster	0228-543077
Vormgeving	Marjon de Haas	0228-513916

Dagelijks bestuur:

Voorzitter	Jos Timmerman	0228-513596
Secretariaat	Caroline Kaagman en Marian Koomen	0228-513249 0228-514371
Penningmeester	Wichard Steen	0228-513435

Bestuursleden:

Technische Commissie	John Reus	0228-562221
Baancommissie	Gerard de Wit	06-53636524

S.O.S.

Trainerscommissie	Jos Mathot	0228-583347
Ledenadministratie:	Wilfred Versteeg	06-14235287
	Caroline Kaagman en Marian Koomen	0228-513249 0228-514371

Open Dag Waterrecreatie:

Coördinator zondagstraining:	Caroline en Marian Dick Rood	0228- 518918
------------------------------	---------------------------------	--------------

Aanmelden en opzeggen via de website: [www.ssvsurvival.nl](http://www.ssvsurvival.nl)

Aanmaak en onderhoud website: Marloes Timmerman 0228-513596

Kantine alleen tijdens training en wedstrijden: 0228-518333

Coördinator baanverhuur: Rob Bakker 06-16398760

Trainers:

Beginners/ recreanten mannen en vrouwen:

Robbert Westhoven, Folkert Kaagman, Peter Kaagman,  
Peter de Haan en Karin de Wit

Jeugd:

Frank van Lieshout (hoofdtrainer)  
Richard Sijm, Selma Stootman, Peter Kaagman, Peter de Haan,  
Robbert Westhoven, John Reus, Cees Scheer, Karin de Wit en  
Stanley Smit

Senioren:

Rober Stroet, André Oud, Gerard de Wit, Chris Boomsma, Wilfred  
Versteeg en John Reus

Open Baancoördinatoren

Dick Rood, Nico Beerepoot, Peter Schilder en Johan van Gelderen

### De kosten per jaar:

Contributie voor de jeugd tot 18 jaar:	€ 42,50
Bondscontributie verplicht	14,-
Contributie senioren:	80,-
Bondscontributie verplicht	14,-



# Bestuurskunsten

Net een week de **jaarvergadering** van de survivalbond achter de rug. Samen met Jos M. weer een lange avond richting Arnhem, maar altijd gezellig, ook onderweg hoor Jos. Inmiddels is de voorzitter Ydo de Vries aan zet. Hij refereerde zelf nog even aan de oude voorzitter Ben Hooglugt. Zijn slogan was: “**de survivalbond dat ben je zelf**”. En dat geldt bij ons eigenlijk het zelfde. De Streker Survival Vereniging zijn we zelf maar vooral met zijn allen.

Als ik ook weer op de site en op facebook bekijk zijn we een super actieve club. (leuk idee trouwens een aparte facebook groep voor SSV, wie?) Zeker met de training, de wedstrijden en alles wat er om heen zit, draaien/klimmen we als een tierelier. We hebben even rust van de grote run maar ondertussen gaat de rest allemaal door. **De baan** is weer opgeknapt en aangepast. De **baanverhuren** worden door Rob weer in gang gezet.

**De diploma-examens** zijn geweest en er is weer een grote groep geslaagden bij. Met de oude en nieuwe eisen nog een beetje door elkaar maar wel zijn de nieuwste diploma's uitgereikt. Als een van de eerste daarmee aant werk geweest. Mooie exemplaren en versie 2, want de eerste is maar mooi door SSV begonnen en zijn er een stuk of 1000 van het land ingegaan. Iedere jeugdgroep in Nederland werkt er inmiddels mee.

**Het kamp** draait ook op volle toeren, Frank, Bonny, Edwin en ondergetekende zijn volop bezig om routes uit te zetten voor de tochten. Wat, dat kan ik nog niet zeggen anders lees je het misschien net eerder dan dat het op 4 en 5 mei plaatsvindt, maar met windkracht 8 een route uitzetten was een echte survival van ruim 4 uur. Maar zoals altijd hebben we met kamp mooi weer.

**De westfriesland actief**, voorheen ODW zit er nog aan te komen en belooft een groter succes te worden dan andere jaren. Wij gaan ons wat tijd betreft iets op aanpassen. Je hoort vast van Marian en Caroline.

Dan nog **het GROTE feest**. Iedereen heeft het er al over maar geef je OP want dat is handig voor de voorbereiding. Ook wordt er in kleinere kring van deze organisatie voor **de jeugd** een mooi programma in elkaar gezet.

Nog **runs** in het verschieft? Ja tuurlijk, met een mega afvaardiging van onze club, voornamelijk jeugd waren we in **Wesepe**, vast wel een stukkie in de Bikkel van terug te vinden. **Dronten** ook een heel aantal jeugdigen die daar hun hangkunsten gaan vertonen. Het is een ander rondje dan vroeger maar wel een mooi bos. Zit

inmiddels vast wel vol. De Pyreneeën schiet ook al op. De voorbereidingen zijn in volle gang. Spannnnnund.

Nog iets anders te vertellen:

Maandagavondtraining beginners is een topsucces. Het ledenaantal? Vorig jaar richting honderd. Daar als een jekko doorheen geschoten. Laatste bericht was 130 maar 140 inmiddels zou me niet verbazen.

De Ga roeten van John

## *Fiets mee voor de portemonnee van SSV!*

Rabobank Westfriesland-Oost draagt het verenigingsleven een warm hart toe.

Daarom organiseert zij jaarlijks de Rabo Fietssponsortocht.

Een sportief evenement waarmee verenigingen de clubkas kunnen spekken.



Verdien maximaal € 250,- !!

Dit jaar wordt de Rabo Fietssponsortocht weer gehouden op zaterdag 8 juni 2013. Je hoeft zelf dus geen sponsors te zoeken. Het enige wat je hoeft te doen is gezellig meefietsen, alleen of samen met andere leden van de vereniging. Je vriend of vriendin, buurvrouw, tante of opa mag ook meefietsen, want je hoeft geen lid van de survivalvereniging te zijn om voor SSV te fietsen. Als 10 deelnemers de route helemaal uitfietsen krijgt SSV al het maximale sponsorbedrag van 250 euro uitgekeerd!

De deelnemers worden door de Rabobank onderweg goed verzorgd met broodjes en drinken.

Wij zullen starten bij het Rabobankkantoor in Bovenkarspel.

Dus geef je op, fiets mee en verdien op die manier geld voor onze club !!!!

Opgeven kan bij [thomareli@quicknet.nlof](mailto:thomareli@quicknet.nlof) via 0228-583347

Alvast bedankt!

Jos Mathot

## Uitwisseling met Vollenhove



Uitwisseling met survivalvereniging uit Vollenhove. Zondag 26 mei a.s.

Sinds een paar jaar hebben de survivalverenigingen uit Friesland, Groningen, Drenthe, Overijssel en Noord-Holland zo'n 4 keer per jaar overleg met elkaar. Dat noemen we SONN. (Survival Overleg Noord Nederland) Zij bespreken dan alles wat trainingen, wedstrijden, dus survivals betreft. Een van de punten betreft de uitwisseling van verenigingen onder elkaar. Ga eens kijken bij je collega survivalvereniging en leer van elkaar, maak kennis met elkaar, kortom deel de survivalsport met elkaar.

Al eerder hadden we het genoeg om met De Knipe een uitwisseling te organiseren. Dat is uitstekend bevallen en sindsdien ken je elkaar beter en zie steeds meer bekende terug op het survivalparcours.

Voor dit seizoen heb ik contact gezocht met Vollenhove.

Zij organiseren vember hun run en velen van ons zijn er geweest.

Een gezellige run, goed georganiseerd en het zijn daar hele aardige mensen !! Je voelt je er gelijk thuis.

Op zondag 26 mei zullen zij ons complex bezoeken en maken we er een leuke uitwisseling van.

De retourdatum moet nog worden vastgesteld. Hierbij roep ik iedereen op om zondag 26 mei te komen trainen, zodat we er een leuke uitwisseling van kunnen maken.

Jos Mathot

**Reeds ingeschreven deelnemers**

SSV feest 15 jaar op 28-09-2013  
Meer feestinfo zie: <http://ssvsurvival.nl/de-bikkel.html>

Actuele inschrijvingen

100	max 200	Ik ga me snel inschrijven
100	max 200	Ik ben al ingeschreven
0	max 500	Ik heb geen zin in een feest
52	max 500	Andere reden
100	max 200	
100	max 500	
100	max 500	
100	max 500	
100	max 500	
34	max 500	

## De uitdaging van Wesepe

Ik ging 7 april vroeg mijn bed uit om om 9 uur op het parkeerterrein van SSV aanwezig te zijn. Het is nu 2 graden boven 0. Met Robbert, Wendy en Wouter rij ik mee naar Wesepe.

Ik ben wel nieuwsgierig hoe het is om aan een run mee te doen die ver van huis is en bovendien is het mijn eerste run na mijn lange blessure van mijn gescheurde enkelbanden.

Na 2 uur rijden waren we er. Het was een grote sporthal waar we ons konden omkleeden. Daar kwam ik mijn team, SSV Bikkels 2, tegen. En dat zijn: Stanley, die ons team ging begeleiden, Wouter, Marck, Remco en ikzelf. Stanley, had ons al aangemeld. En van hem kregen we dan ook ons T-shirt en dan samen met het team van Robbert lopend naar de start. Daar deden we onze warming-up.



We mochten om 5 voor 12 starten met beide teams. Maar de ploeg van Robbert heb ik niet meer gezien want toen ik gestart was lette ik nergens meer op alleen op mijn eigen hindernissen.

Het was een mooi parcours met veel leuke hindernissen zoals slingeren over de sloot, onder de duiker, swing overs en de apenhang.

De sloten waren maar 1 of 2 graden dat is erg koud maar Stanley had een goede tip. We deden ons T-shirt om ons nek zodat hij droog bleef. De thermokleren waren snel droog en zo kregen we het niet erg koud.

Tijdens de run moesten we regelmatig lang wachten op een team met groene petjes. Dus ons geduld werd op de proef gesteld.

De run was 5 kilometer en we hadden deze klus uiteindelijk in 1 uur en 20 minuten geklaard.

En helaas hebben we de Padlandtijgers en de Prutbuddy's, de andere twee teams,



## Vervolg: Wesepe



van SSV niet kunnen inhalen want die zaten voor het team met de groene petjes.

Eenmaal aangekomen bij de finish hadden we het lekkere, warme bad wel verdient. Toen we daar met zijn allen lekker lang in hadden gezeten gingen we douchen. Deze was zoals we al hadden verwacht koud. Helaas!! Nog even wat eten en toen weer naar huis.

Ik heb nu al zin in de volgende run, want ik weet nu echt hoe leuk survivallen is. Dus ik ga 19 mei met veel plezier naar Dronten!!!

Jaap Molenaar

### Hersteldag



Op een Siberische zaterdagochtend was er wonderwel een grote ploeg helpers op de survivalbaan. Met een temperatuur van min 1 en windkracht 6 wou iedereen ook wel hard doorgaan. En hierdoor was ruim op tijd alles wat op het lijstje stond klaar. Alle bergen houtsnippers zijn verspreid, een aantal kleine herstelwerkzaamheden gedaan en 2 dikke palen opgehangen voor extra moeilijke swing-overs die we de laatste tijd steeds meer in de wedstrijdruns zien. Hierbij kwam Fred zijn liftje heel goed van pas. Ook het eerste vak van de Germaco hindernis is voorzien van 4 dikke palen. Als je daar overheen bent, dan voelt het alsof je de halve eindhindernis al hebt gedaan, terwijl je nog maar 1 onderdeel van de 10 hebt gedaan. Een alternatief voor de minder gevorderden onder ons, je kan ook de staplussen gebruiken. Verder is er wat ruimte vrijgemaakt voor een nieuwe hindernis in de toekomst.

Wat is er zoal gedaan:

#### Rechterkant:

1. Postmans walk 2<sup>e</sup> stukken veranderd in 25mm touw
2. Plastic buis een kant veiligheidstouw erbij.
3. Wandrek gele touwen nagekeken.
4. Dode tak tussen indianen brug weggehaald.
5. Balkafspring rechts hijsband erbij.
6. Net van slinger gerepareerd.

#### Speeltuín:

1. Eindhindernis Brandweerslangen en witte hijsbandjes erbij
2. dunne optrektouwjes bij Spaanse Ruiters.
3. Alle losslingerende balken in houtopslag gelegd.

Algemeen: 1 man alle uiteinden afgebrand.

Alle hopen houtsnippers verspreid.

#### Nieuw:

1. Germaco hindernis eerste vak 4 dikke balken bovenop met lussen tot bijna op de grond ertussen.
2. Op plek oude Spaanse ruiters dikke balk opgehangen met 6 swingovers
3. Dikke paal achter kantine voor hoge dikke paalswingovers en hijsbandswingovers.

De bikkels die deze ontberingen hebben doorstaan waren deze keer:

Dick, Richard Sijm, Richard Newhouse, Frank Noorlander, Ebbel, Willem, Yvonne en Stefan, Robbert, Wendy en Wouter, Cowboy Nico, Peter de Haan, Michiel Gieling, Marco Calis, Hans, Tjibbe en van de jeugdleden Rick Bakker en Jaap Molenaar.

Bedankt voor jullie inzet.

Ron, Fred en Lennard waren er ook bij!!!!!!  
(waarschijnlijk waren ze zo snel dat ik ze over het hoofd gezien heb.) Groeten Gerard

## Jarigen

#### Junioren

April  
Tom Essen 11-04  
Rosa van Doorn 25-4  
Daan Versteeg 25-4  
Mei  
Jaap Molenaar 2-5  
Twan van Dijk 5-5  
Henk de Leeuw 11-5  
Mark Visser 11-5  
William Ettema Jansen 15-5  
Mark Koppies 24-5

#### Senioren

April  
Marloes Kuin 3-4  
Mark Verhaaf 9-4  
Simone Lakeman 14-4  
Rob Verlaat 16-4  
Arjen de Jong 24-4  
Mei  
Peter de Haan 2-5  
Max Visser 2-5  
Richard Sijm 9-5  
Jos Mathot 14-5  
Kim van Leijen 17-5



# Survivalrun Kootstertille

Het is dinsdag 5 maart, de eerste echte voorjaarsdag 15 Graden lekker zonnetje. Komende zondag is de run in Kootstertille, ik heb er al zin in. Dan de weersverwachting, later in de week dalende temperaturen en misschien ook wat wind.

Zondag 10 maart. 's nachts word ik wakker, een gure oostenwind waait om het huis de buitenthermometer geeft -6 Graden aan. Straks moeten we op weg naar Friesland voor de run, wat een hel!

Om 9 uur gaan we op weg met Jeroen, Folkert, Johan en ik. Onderweg wordt de run uitgebreid besproken en vooral hoe koud het buiten is. Als we de afsluitdijk over zijn ziet ineens alles wit. Maar goed, aangekomen in Kootstertille omkleden, (Wat trek jij aan 1 of 2 Thermoshirtjes, Koltruitje, Muts?, sokken om je handen heen) en dan warmlopen. Het voelt echt koud aan maar na een tijdje wordt ik toch wel warm. Hoe laat zou het zijn? Oei, maar gauw naar de start. Kom ik daar net aan gelopen hoor ik al aftellen 4, 3, 2, 1, snel een paar forse ijzeren ringen gepakt die we moesten meenemen en achter de rest aan. Na een rondje om het voetbalveld had ik mijn startgroep ingehaald, ringen aan de kant en effe lekker een stuk rennen op het fietspad.



Na een aantal swingovers om er in te komen en een slootje om de "oververhitte" voeten even af te koelen kwam ik bij de Friese bandensleep. Een prachtig stuk kapotgereden maisland met een forse laag bagger waar je even een 3-tal flinke autobanden doorheen moest slepen. Links en rechts om mij heen zag ik al een paar mensen languit proberen om bagger te eten, of het hele friese woordenboek rond te vloeken. Na deze ervaring gelijk een spaanse ruiter die dus van onder tot boven onder de bagger zat. Gelukkig zat er wel een touwtje aan dus kwam ik er toch vrij makkelijk overheen. Na nog een paar hindernisjes was er een leuke paalklim waar al heel wat mensen bij stonden te kijken hoe dit eigenlijk moest. Met een sprongetje ging ik de paal in maar met dezelfde vaart ook weer naar

beneden. Gelukkig stond Richard (Newhouse) daar ook en hij had gezien dat je met een shirtje om de paal heen meer grip had. Dus nog een keer proberen en dat ging wel. Helaas mocht hijzelf later na een keer of zes proberen hier wel zijn bandje inleveren van zijn 17 Km. Recreantenrun.

Verder maar weer: Fierljeppen, (ook leuk) ging goed, palletklim, wat swingovers en dan de grote brug over het kanaal. Hier stond de Noordoosten wind voluit te blazen om eens te kijken of we nog een beetje bikkels zijn. Hier wachten ons een paar apenhangen met bevroren touwen. Als je nog niet snel kon apenhangen kon je dat hier mooi leren anders vrozen je handen bijna vast. Respect voor de vrijwilligers hier die vol in de wind stonden en ons nog stonden aan te moedigen! (Waarschijnlijk als echte friezen te eigenwijs om lekker naar huis te gaan). Verder langs het kanaal tegen de wind in met hier nog heel wat hindernissen om ons een beetje warm te houden. Lekker even wat drinken bij de verzorgings post (Vreemd hoor Bouillon met ijs) en verderop een stammetje meenemen. Ik had een mooi dun balkje uitgezocht en met een lekker gangetje op weg naar de brug. Even een hindernis en daarna kon je weer het stammetje meenemen naar de volgende. Ging hij er nou met mijn stammetje vandoor?



Verdorie nu met een zware stam een heel stuk lopen. Bij de brug aangekomen Een grote tarzanswing vol tegen de wind in. Eerst maar even bijkomen in het luwtje want dit ziet er wel indrukwekkend uit. Dan d'r toch maar in en toen viel het eigenlijk best wel mee. Weer over die brug en aan de andere kant het talud af dan een net onderdoor weer schuin omhoog klimmen. Best wel pittig. Dan weer het balkje oppakken en zo langzamerhand maar eens richting het finishtein. (Bleek achteraf, ik had inmiddels geen idee meer waar ik was. Voor mijn gevoel hadden we die brug al van alle kanten bekeken. Ik was daar helemaal klaar mee.) Eerst nog een kraanhindernis boven een vijver. Ook al geen warm water, en dan nog een flink stuk sloot in de lengte doorlopen. Dan nog het



# *-vervolg: Kootstertille*

houthakken en boogschieten ( weer mis zoals gewoonlijk ) en naar de eindhindernis. Hier stonden flink wat mensen te kijken ondanks de kou dus eerst maar eens zien wat er allemaal moest gebeuren. Een soort tarzanswing met schuiflussen , vond ik goed te doen. En dan ineens hoor ik een grote brul van Wilfred, Hé Peter ik zocht je al!. Shit shit shit en nog heel wat minder mooie woorden kwamen zomaar uit mijn mond. Hij was 12 minuten na mij gestart en was bezig mij in de eindhindernis in te halen, de hele run keek ik af en toe al eens stiekem achteruit of hij er al aan kwam en ik dacht dat ik hem wel voor zou blijven. Dat viel vies tegen.



Na afloop in de hottubs was gewoon té lekker. Hier doe je het toch allemaal voor. In de kantine nog lekker een paar biertjes en sterke verhalen uitwisselen .( Volgens Sander waren er onderweg allemaal mooie meiden, hij had gezien zijn tijd dan ook genoeg gelegenheid om ze allemaal te bekijken. Nico had zoveel gebibberd, daar kunnen ze in het bejaardenhuis niet tegenop. Wilfred vroeg zich af wat ik onderweg allemaal had gedaan dat ik zolang over die 12 kilometer deed. Folkert had het zo koud gehad, hij wil alleen nog midden in de zomer een run doen. ) Het was weer een echte run die we nog wel een tijdje zullen onthouden, maar de voldoening is dan ook groot als je dan weer naar huis gaat.

Groeten Peter Schilder

Nico zijnlaatste zucht



Jeroen toen hij nog warm was



## *Richard Newhouse in Kootstertille*

Blij met mijn DNF (Did Not Finish)

I blame Nico. There was a time last summer when I was not doing races. I had been in the club 6 months, and was really enjoying training - both at the baan and on Wilfred's magical mystery tours through the polders. The Buffeldag had been a bit of a shock, especially the 1.5km apehang where I could only manage 5m, but that was good for the motivation

Then one sunday morning I found myself training at the baan with Nico - he kindly showed me some techniques and encourage me to enter some racea - "they are really great". And then the SOS came around, bijna verplicht, so I entered the 13km recreative and enjoyed it. Ok so I couldn't do a couple of hindernissen And I did notice that Ron ran 5km further than me, with harder obstacles, in a time 20 mins shorter, but I knew that he is quite fit. Anyway I was confident.

So off I went to Vollenhove, to do another 13km recreative (as a couple with my wife). Different ball game. Apart from the mud, this time we had to do the harder hindernissen, whcih mainly meant a lot of swingovers. And then some monster combi thing over a canal with 3 apehangs leading to a net and tarzanswings 30m up in the air. So we did most hindernissen, missed some, and eventually I was back in the village, finishing an apenhang and heading for the end hind. Suddently the rope broke, my head hit the bank of the canal, and there was a lot of blood. DNF, go to hospital and have 2 stitches.



## *-vervolg Richard Newhouse*

Next stop Westerbork, inspired by the Trailer video on YouTube. For once a completely dry race (because it was -5 degrees). But my arms and hands tired quickly. I tried everything, some obstacles several times and for some combis I had to stop in the middle to recover. In the video it says "all you have to fear is regret" - I finished and rang the bell, but afterwards I wondered if I could have tried harder on some obstacles.

And then Koostertille-in-the-snow, in the 17km 'recreational' class (there is nothing recreational about this crazy sport) because the 10k was full. This time I rested better beforehand, and had lots of energy drink. Only I couldn't do much about the strong and freezing wind.

First a series of swingovers - one out of a stinking black sloop to guarantee cold feet - and then a Spanish Ruiter and a paalklim. Normally I struggle on these but I managed them, and ran on happy but tired. A few more trips through the cold sloop and then another paalklim, this one very slippery. I think it took me 7 attempts, and finally I succeeded by wrapping my t-shirt around the pole. Bandje still on. More swingovers and apenhangs, and long tarzan swings under a bridge. Now very cold - next was a very high net to which I could barely hold on, so that was a bit scary. Some nice ladies rubbed my hands warm before an apehang, and that helped.

My last challenge was a long apehang over a cold lake, with a net in the middle to rest on. First attempt was a disaster, so I ran up and down the track a bit to get some blood into my fingers. Then, I made it to the net ok, trying not to think about the Buffeldag. After that slower, a rest, then a bit more. I was determined not to give up, and made it to the bank before I slipped off.

After that I could manage easy swingover in the woods, but bigger climbs were too much. So after about 2 hours 45 I called it a day.

I didn't finish, but I succeeded on everything I had seriously tried to do. I had got a lot further with my bandje than I had expected to. Very cold hands and feet, but no regrets. Happy with my run.

Richard Newhouse

noot redactie: van Richard kregen we ook zijn stuk in het Nederlands. Het was vertaald door meneer Google en niet echt Nederlands te noemen. Dit stuk is niet geplaatst.

## *Uitslagen*

### Uitslagen survivalrun Gendringen

#### Recreanten 12 km Totaal

75 Hans Vlaar	02:49:45
83 Pieter Mes	02:59:37

#### RUC Heren

15 Sjaak Bakker	01:52:42
28 Max Visser	02:01:14
49 Wilfred Versteeg	02:09:46
57 Gerard de Wit	02:12:18
77 Lennart Nicolai	02:27:35
80 Peter Schilder	02:29:35
93 Jos Mathot	02:41:25

#### TSC Heren

7 Ron Hauwert	02:31:45
15 Fred Bleeker	02:48:23

### Uitslagen survivalrun Kootstertille (OPENNK TSC)

#### BSC 7 km Heren

37 Peter Kaagman	01:17:18
62 Rick Brugman	01:44:36
79 Gerard Baas	02:55:19

#### JSCA 7 km Dames

3 Laura Kuin	01:41:13
--------------	----------

#### Recreant 10 km Heren

26 Hans Vlaar	02:08:55
---------------	----------

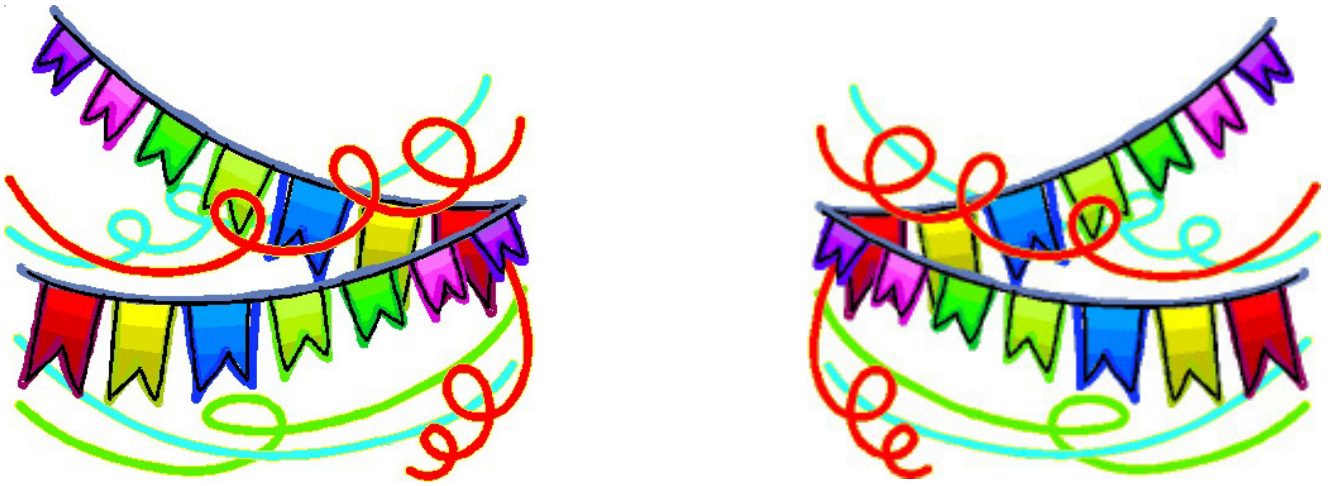
#### RUC 11 km Heren

11 Rens Groot	01:36:02
18 Max Visser	01:43:42
32 Wilfred Versteeg	01:52:15
46 Peter Schilder	02:05:21
53 Folkert Kaagman	02:12:30
58 Robbert Westhoven	02:16:28
68 Nico Beerepoot	02:46:41
73 Jos Mathot	02:22:20
77 John van Dijk	02:41:42

#### Top Survival Circuit Heren

6 Ron Hauwert	02:13:07
16 Fred Bleeker	02:47:12





# FEEST 15 JAAR SSV

Op zaterdag 28 september 2013 organiseren wij een feest  
(Oud) Survivallaar komt allen!

's Middags voor de jeugd tot en met 14 jaar en 's avonds voor de jeugd vanaf 15 jaar en de senioren.  
De uitnodigingen zijn de deur uit. Je kan je dus eindelijk aanmelden.

Doe dit vóór 10 mei via de mail.

Je wilt het feest toch zeker ook niet missen.

De eersten zijn in ieder geval al binnen en voor de 100<sup>e</sup> inschrijver bedenken we natuurlijk nog iets speciaals!

Lees in de volgende bikkeltje of kijk binnenkort op de website welke leden en oud-leden zich al hebben opgegeven.

Voor € 5 een geheel verzorgde avond in de Paus. Maak dit bedrag na inschrijving direct over en je inschrijving is definitief. Vergeet hierbij niet het toegestuurd betalingskenmerk toe te voegen, zodat je betaling correct verwerkt kan worden.

We zijn nog op zoek naar het emailadres van de volgende personen: Martin Stringer, Henkjan Blom, Tim Jonker, Pedro van Raamsdonk, Roelof docter, Jop Stevens, Gabi Geelof, Werner de Haan, Eelbren Harrewie, Emiel ten Voorde, Niels Polder, Fabian Zee, Patrick van de Weerd, Richard van der Veer, Maikel van Bommel, Tjade Sluys, Michel van der Gulik, Frank Boon.

Als je er eentje weet geef dit dan door op [ssvsurvival15jaar@gmail.com](mailto:ssvsurvival15jaar@gmail.com)

De feestcommissie: Gerard Baas, Jeroen de Korte, John Reus, Folkert Kaagman, Max Visser, Marian Koomen en Caroline Kaagman



## Reglement trainingsterrein SSV

- \* Leden van de SSV zijn verplicht mankementen en/of onveiligheden op/aan de survivalbaan door te geven aan de daarvoor verantwoordelijken.
- \* Gebruikte losse oefenmaterialen zoals wandstok(jes), balken, stammen, dienen tijdens/na de training ordentelijk te worden teruggelegd. Knopen die niet in de touwen horen te zitten, worden eruit gehaald.
- \* De kantine, inclusief toiletgroep, krachthok en doucheruimte worden niet betreden met baggerschoenen.
- \* Survivalrunners die deelnemen aan de buffelrun hebben voorrang op de overige leden die aan het trainen zijn.
- \* Urineren op of zichtbaar vanaf het trainingsterrein danwel zichtbaar voor mensen van buitenaf is NIET toegestaan.



## Van de redactie:

**Teksten inleveren voor het meinummer 2013:  
t/m vrijdag 17 mei**

**komt uit in de week van 27 mei**

**Geén foto's in een Wordbestand plakken aub. Foto's van minstens  
300 Kb los meesturen met de mail, of via WeTransfer**

## Trainingsstijden:

### Maandag

19.00 - 20.00/20.30 uur

Beginners,  
recreanten  
mannen+vrouwen

### Dinsdag:

19.00 uur - 20.30 uur

Senioren

### Donderdag:

19.00 uur - 20.30 uur

Senioren

### Vrijdag :

18.30 uur - 19.30 uur

19.15 uur - 20.30 uur

Jeugd 10-13 jaar  
Jeugd 14t/m17  
jaar

### Zondag:

Open Baan

10.00 uur - 11.30 uur

(bij de indeling wordt niet alléén naar de leeftijd  
gekeken)

Jeugd en Senioren

De training vindt plaats rondom de atletiekbaan  
van de Streker Atletiekvereniging.



## De Pen

## Jayden Dekker



Hallo ik ben Jayden Dekker, en ik ging voor me A  
diploma van survival.

Als eerste ree ik er heen met Teun en Jaap.

Jaap moest ook voor ze A.

Als eerste gingen we hangen aan de stang dat  
moest 45 seconden iedereen redde dat. Daarna  
moesten we ons 10 keer optrekken en dat redde  
ook iedereen.

Daarna gingen we 5 keer knie optrekken bij de  
stang, en toen gingen we ook nog opdrukken.

Later gingen we de apenhang doen tien meter ik  
viel er bijna af maar ik bleef stand houden.

Later moesten we de swing-over een keer doen,  
de anderen gingen tot hun middel maar Tim en ik  
niet wij maakten een koprol boven.

Later deden we rondje buffelpad en toen deden  
we het net; je moest er overheen en er

onderdoor daarna deden we de mastworp met  
borging en toen gingen we naar de andere kant

van de survival baan en daar deden we de  
postmanwalk en de indianenbrug en daarna de

400 meter in 1:50 maar ik deed dat in 1:35 en  
daarna kwamen de uitslagen: een persoon was

niet geslaagd maar voor de rest iedereen voor  
zijn A.

Maar diegene die het niet heeft gehaald krijgt  
volgende keer natuurlijk wel een nieuwe kans dat  
die persoon ook zijn A heeft.

Gr. Jayden Dekker

### 1. Hoe heet je?

Mark Noorlander

### 2. Hoe oud ben je?

13 jaar

### 3. Waar woon je?

Grootebroek

### 4. Op welke school zit je?

Martinuscollege

### 5. Heb je broers of zussen?

1 zus

### 6. Heb je nog andere hobby's dan survival?

DJ

### 7. Hoe lang zit je al op survival?

1,5 jaar

### 8. Wat vind je zo leuk aan survival?

Klimmen, hardlopen, sloten, en steeds beter  
worden.

### 9. Heb je nog iets anders te melden?

nee

### 10. Ik geef de pen door aan: Cees Portegies



*ff een paar vraagjes aan:*



**1. Wil je iets over jezelf vertellen, opleiding, verliefd, verloofd....?**

Hoi allemaal, ik ben Evert Visser geboren en getogen in Bovenkarspel. Ik heb mijn middelbare schooltijd doorgebracht op het Martinuscollege waar ik met veel plezier heb gestudeerd. Vervolgens ben ik naar de Academie voor Lichamelijke Opvoeding gegaan waar ik nu bezig ben met de laatste loodjes. Ondertussen ben ik werkzaam bij de Oscar Romero waar ik met veel plezier de leerlingen mag pesten en uiteraard ook nog wat bij probeer te brengen ;) Ik ben erg verliefd maar de verloving zal voorlopig nog op zich laten wachten.

**2. Welke sporten heb je allemaal gedaan?**

Ik heb van de F-jes tot de E1 op voetbal gezeten bij KGB. Nu ben ik dit seizoen weer een poging aan het wagen bij de concurrent de Zouaven. Onbegrijpelijk, volgens vele voetballiefhebbers. In de tussentijd heb ik nog een aantal dingen geprobeerd zoals: badminton, De survival, Karate en Volleybal. Allen heb ik met veel plezier gedaan maar de Survival is weer helemaal terug van weggeweest.

**3. Hoe kwam je in aanraking met de Survivalsport?**

Via Peter Kaagman ben ik in eerste instantie enthousiast gemaakt voor de Survivalsport. Ik zat destijds op badminton en was al opzoek naar iets anders leuks. En zo kwam Peter met veel grootspraak dat hij als de beste kon klimmen en onwijs goed kon survivallen. Ik wist nog niet wat dat inhield dus ik ging het ook eens proberen. Al snel was ik helemaal verknocht aan de sport en kon ik er geen genoeg van krijgen. Twee maal in de week trainen en de wedstrijden lopen voor de toen nog MRC (als ik mij dit goed herinner).

**4. Wat vind je zelf de beste sportprestatie?**

Ik twijfel uit twee prestaties, de ene is van vroeger waarbij ik meedeed aan de wedstrijden van de survival. Ik ben toen uiteindelijk in het

eindklassement 2<sup>de</sup> geworden en daar was ik vooral toen behoorlijk trots op. Maar eigenlijk vind ik mijn beste sportprestatie dat ik in alle wedstrijden die ik gelopen heb mijn bandje heb mogen behouden.

**5. Wat is het bijzondere aan survivallen?**

Wat is er niet bijzonder aan survival, Het is een sport waarbij niks te gek is. Je hoeft het maar te verzinnen en het kan. De meest uiteenlopende dingen worden gevraagd. Van zwemmen, hakken en klimmen tot kanoën, hardlopen en schots paal werpen. Daarbij vind ik het bijzonder dat het niet uitmaakt of het vriest, dooit of 30 graden is, onder elke weersomstandigheid gaat de survival altijd door.

**6. Hoeveel uur train je per week?**

Als ik fit ben probeer ik zeker twee keer in de week 1,5 uur te trainen voor de survival maar op dit moment train ik niet in i.v.m. een vervelende blessure. Verder train ik ook voor de voetbal en vind ik het leuk om 1 keer in de week een rondje hard te lopen te fietsen of te zwemmen.

**7. Hoeveel uur ben je daarnaast nog met survival bezig?**

Daarnaast ben ik actief bij het begeleiden van partijen en uitjes van groepen die kennis willen maken met de survivalsport. En ook wil ik graag een helpende hand uitsteken bij de opbouw en afbouw van de oerbos survivalrun en bij de opendagen waterrecreatie.

**8. Welke sportieve uitdaging wil je graag nog een keer aangaan?**

Ik wil graag een triatlon lopen. Dit lijkt mij de ultieme prestatie

**9. Aan wie wil je graag dit soort vragen stellen?**

Pieter Mes

**10. Heb je nog vragen gemist?**

Nee

*28 september: SSV  
bestaat 15 jaar,  
feest!*