Ledenmagazine schaatsvereniging Ballangrud Breda

DE KRABBER

jaargang 52 nr. 2 maart 2018

zwart ijs in maart

in dit nummer:

4	zomertrainingen
11	wielertraining
14	midwinterevenement
16	Collalbo
22	schaatsclinic
23	natuurijs
28	de baanveger
29	krabbelbabbels (jeugdhoek)
31	Stehmann competitie
33	uitslag KBT
37	jeugd nationaal

De spreekwoorden over maart zijn bekend. Een roerende maand ook voor schaatsers. Het schaatsen stopt ...

Deze Krabber ontspruit als de wind plots zwenkt van het ijzige oosten naar het dampige zuidwesten. Met de laag witte neerslag smelt ook de schaatstochtenwens als sneeuw voor de zon.
Het gazon crocust opnieuw; opnieuw tussen het teer bevroren vorige violet.
De roerende staart van maart zwiept het schaatsseizoen ruw opzij. En het gleed net zo lekker.
Een windzucht evenwel brengt ons een zweem lentelucht. We mogen weer naar buiten. En brengt ons alsnog naar het ontwakende landschap.

schaatsvereniging Ballangrud Breda

bestuur en commissies

Bestuur en commissies
Dagelijks bestuur:
voorzitter : *vacant*
secretaris : Patrick Siliacus
secretaris@ballangrudbreda.nl
penningm.: Rian Buitendijk
penningmeesterballangrud@gmail.com

Overige correspondentie via secretariaat.

contributie:
junioren t/m 18 jaar € 6,50 p.mnd.
senioren 19 jaar en ouder € 12,00 p.mnd.

ledenadministratie:
Marry Elzinga-van Benthem
tel.: 0162-434954
mail: marryvanbenthem@planet.nl

commissies & contactpersonen:
vertrouwenscontactpersoon:
Fons van Loenhout
Ika van Beest
vcp@ballangrudbreda.nl
techn.comm.: Willard van Vugt
technischecommissie
@ballangrudbreda.nl
jeugdcomm. : Jeroen Sterk
j.sterk77@gmail.nl
clubblad: Pieter Elzinga
mail: p.elzinga@planet.nl

website: Harry Marrenga
www.ballangrudbreda.nl
marrenga@gmail.com
PR/ sponsoring, kleding: Danielle Frijters
daniellefrijters@gmail.com

De Krabber verschijnt elke oneven maand, totaal 6 keer per jaar.

De uitgaven van januari en mei verschijnen alleen digitaal.

inleveren kopij voor volgend nummer uiterlijk 28 april a.s.

Lidmaatschap Ballangrud

- ***Het lidmaatschap geldt tot wederopzegging, waarbij een minimale duur van 1 jaar wordt aangehouden.***
- ***Indien je het lidmaatschap wenst op te zeggen, dan wordt dit schriftelijk of per mailbericht aangegeven bij de ledenadministratie (contactgegevens: zie hierboven); bij voorkeur met opgaaf van reden.***
- ***Opzeggen is mogelijk per eerstvolgende kwartaal of met onmiddellijke ingang, waarbij het lopende kwartaal nog wordt betaald.***

Overzicht zomertrainingen achtterin deze Krabber.

Ledenmagazine schaatsvereniging Ballangrud Breda

DE KRABBER

Jaargang 52 nummer 2
maart 2018

redactioneel

Pure verwennerij!

Nou nou, als je van schaatsen houdt - en dat doen wij Ballangrudters - ben je de laatste weken niets tekort gekomen.

De olympische spelen in PyeongChang waren natuurlijk een genot om naar te kijken. Ruim twee weken lang, bijna dagelijks kippevel van de bloedstollende prestaties van Team NL. Een medailleregen van jewelste. Voor mij springen de gouden dubbel van Kjeld Nuis, Ireens gouden schaatsmijl en de tranen van Jorien na het 1000 meter goud bij Studio Sportwinter er toch wel uit. En dan natuurlijk ook Esmee Visser, wat een heerlijk mensje: Ze kwam, ze zag en nam een gouden plak mee naar huis. Frisse onbevangenheid ten top, waar vind je dat nog….

En dan begin maart worden we nog bezocht door de Siberische Beer. Door de harde wind die daar bij zat, was het nog even spannend of het wel ging lukken, maar uiteindelijk zijn er toch nog een aantal natuurijs-dagen geweest. Dat resulteert tegenwoordig dan in een lawine van WhatsApp-jes met berichten van wie waar geweest is en hoe het was en wie morgen waarheen gaat en natuurlijk de vele jaloersmakende foto's en filmpjes. Vreemd genoeg was de wielrentrainings-App groep het informatiekanaal voor het natuurijs-gebeuren. Een kleine selectie van de mooie plaatjes vind je verderop in deze Krabber. Leuk was het zeker en hopelijk is dit de opmaat voor een reeks van serieuze winters.

Nu de kou weer plots uit de lucht is, lijkt de tijd rijp om vooruit te kijken naar de zomer en alle Ballangrud activiteiten die daarbij horen. In deze Krabber vind je alle informatie over hoe je de zomer goed door kunt komen. Fietsen, skeeleren, bostraining, mountainbiken, krachttraining, de keuze is weer reuze!

Veel leesplezier,

D' Andere

De zomertrainingen 2018 Ballangrud komen er weer aan inclusief zomermix.

Wederom vroeg dit jaar maar dat heeft zo zijn redenen. Zoals jullie weten zijn de meeste TC leden verdwenen. Ik probeer dit jaar toch vraag en aanbod weer met elkaar in overeenstemming te brengen.
Wat bieden we? Zit er wat voor je bij? Lees onderstaande aandachtig door want voor je het weet mis je de inschrijving of een leuke activiteit.
Er is een ruim aanbod. Inline-skaten, wielrennen, mountainbiken, bostraining, Op zijn tijd een tijdrit om het wedstrijdelement erin te houden. Ook een herhaling van de succesvolle Friday Night Skate en de Breda inline-skatebokaal komt op de kalender. Let dus ook op de activiteitenkalender in de Krabber, de website, nieuwsbrieven, facebook en whatsapp groepjes.

Doel van de trainingen
De meeste trainingen zijn er op gericht de conditie en schaatstechniek tijdens de zomerperiode te verbeteren. Op verschillende momenten en op verschillende niveaus en vaak ook (alleen) voor de gezelligheid. Zoals gezegd ook via de zomermix zodat er altijd momenten te vinden zijn dat je kunt sporten wanneer het jou uitkomt.
Hieronder het zomeroverzicht van Ballangrud. Is iets je niet duidelijk mail naar:
tc@ballangrudbreda.nl

Start van de trainingen
De zomertrainingen starten vanaf dinsdag 3 april. Maar let op, het kan variëren per training. In het trainingsoverzicht staan de startdata vermeld! Ook de website tegen die tijd in de gaten houden voor eventuele veranderingen op laatste moment.
Op feestdagen gaat de training niet door. Voor de (recreanten-) en jeugdtrainingsgroepen liggen de trainingen vaak tijdens de schoolvakanties stil. De trainingen van alle andere groepen gaan in principe de gehele periode door, tenzij in goed overleg met de betrokken trainers, andere afspraken worden gemaakt.

Inschrijving vereist!
Voor een goede organisatie en ieders veiligheid is inschrijven via de website voor de diverse onderdelen van de zomertrainingen noodzakelijk. De TC kan met de inschrijving de deelnemers bij de juiste trainers krijgen. Informatie van de inschrijvers (bijv. nood-telefoonnummers) worden i.v.m. veiligheidseisen aan de trainers gegeven. Het geeft de trainers tevens de mogelijkheid om direct met de deelnemers te communiceren via whatsapp groepjes over start/doorgaan van trainingen, gewijzigde startplekken, etc. waardoor de lijnen kort blijven.

***Nota bene**:*
- de oudere wedstrijdjeugd (junioren B t/m neo's, "team Dimphy") hoeft zich **niet** in te schrijven. Deze wedstrijdrijders worden rechtstreeks door de trainer benaderd.
- De wedstrijdpupillen tot 14 jaar moeten zich **wél** inschrijven. Dit zijn de pupillen met lange-baanlicentie die het afgelopen seizoen bij Jan Doornbusch hebben getraind of op de KNSB uren dinsdag/donderdag.

Inschrijfprocedure
Inschrijving voor de zomertrainingen is mogelijk via onze website www.ballangrudbreda.nl. Daar vind je een inschrijfformulier waarmee je je **vanaf maandag 12 maart** kunt aanmelden voor de verschillende trainingen. Tevens wordt enige informatie gevraagd, zoals een telefoonnummer van iemand die we kunnen waarschuwen, mocht er tijdens een training iets misgaan. Als je het formulier hebt opgestuurd, krijg je een emailbericht met een bevestiging retour. De indeling gaat op volgorde van inschrijving. Tevens is voor een deel van het aanbod het aantal plaatsen beperkt en kan de inschrijfdatum beslissend worden voor deelname. Verder is al het aanbod op dit moment nog onder voorbehoud van de beschikbaarheid van trainers. Via de website of nieuwsbrieven kun je het definitieve aanbod in de gaten houden.

Inline skaten
De Inline skatetrainingen vinden plaats op de wielerbaan van WV Breda Knooppunt, naast de schaatsbaan. Op maandagavond en donderdagavond worden trainingen gegeven.
Het dragen van een helm en polsbeschermers is verplicht!

Op maandagavond worden van 18.00 tot 19.00 uur trainingen verzorgd voor de jeugd en ‘recreanten-volwassenen’. Er wordt inline geskate in verschillende niveaugroepen, van een training in spelvorm voor de allerkleinsten tot een echte wedstrijdtraining voor de oudere rijders. De baan is vanaf maandag 9 april beschikbaar.

Deze avond leent zich uitstekend voor ouders en kinderen om samen te trainen!

Op donderdagavond van 20.00 tot 21.30 uur worden trainingen gegeven voor volwassenen in twee wedstrijdgroepen. Het gaat om een technisch-conditionele training.
De training zal een technisch en conditioneel karakter hebben. Voor beginners is in deze groep ook plaats.

Let op:
in de maand april is er geen inline-skaten op donderdag. De baan is pas vanaf donderdag 3 mei voor iedereen toegankelijk.

Daarnaast hebben leden van Ballangrud de mogelijkheid om op uren van Ballangrud, De Striene, SSVB en IJsco vrij te skeeleren:

Ballangrud:	maandag	18.00 - 19.00 uur
	donderdag	20.00 - 21.30 uur
De Striene:	zaterdag	09.30 - 11.00 uur
IJsco:	vrijdag	19.00 - 21.00 uur
SSVB:	zondag	09.30 - 11.00 uur

Loop/bostraining

Op zaterdagochtend wordt een bostraining voor wedstrijdrijders verzorgd in het mastbos van 09.30 uur tot 10.30 uur. Start: parkeerplaats 'blauwe route'. Het is een training gericht op het verbeteren van algemene conditie en specifieke schaatsconditie. Naast lopen worden verschillende andere trainingsvormen gebruikt, zoals balans en krachtoefeningen. De technische aspecten van het schaatsen worden uitgebreid behandeld. Een absolute noodzaak voor iedereen die met goede conditie en techniek het volgende schaatsseizoen wil ingaan.

Op woensdagavond is er ook in het mastbos van 18.30 tot 19.30 uur een bostraining voor volwassen recreanten en recreatieve/wedstrijd jeugd. Start: parkeerplaats 'blauwe route'.
De training voor volwassenen is een super gevarieerde training in het bos. Looptraining en schaats specifieke oefeningen om er voor te zorgen dat je in de winter weer heel hard kan gaan schaatsen.
Voor de recreatieve jeugd worden er verschillende spelelementen ingevoegd, naast de meer op conditie en het schaatsen gerichte oefeningen.
Ook deze avond vormt een mooi moment voor ouders en kinderen om gezamenlijk deel te nemen aan de bostraining!

Fietstraining

De fietstrainingen starten m.u.v. het mountainbiken op de parkeerplaats van atletiekvereniging Sprint Starttijd in april is om 18.30. Daarna vanaf mei tot en met augustus om 19.00 uur. In september starten we, net als in april, om 18.30, in verband met vroeg invallende schemering.

Om mensen tegemoet te komen, die 18.30 bij Sprint niet halen, is er alleen in april de mogelijkheid om donderdags vanaf 20.00 uur te trainen op de wielerbaan naast de ijsbaan.

Het dragen van een helm is vanzelfsprekend verplicht!

Op dinsdagavond staat de fietstrainingen in het teken van de voorbereiding op een nieuw schaatsseizoen. Trainingen worden opgebouwd uit diverse elementen als duur, intensiteit, kracht en souplesse. De trainingsgroep legt het accent op intervaltrainingen. De groepen rijden vaste routes.
De training op de wielerbaan in april heeft als doel mensen verder te brengen in
- fietstechniek,
- fietsbeheersing,
- rijden in een groep,
- bochtentechniek,
- veilig fietsen in het verkeer.

Natuurlijk komen de diverse oefeningen later in het seizoen ook aan bod.
Kortom ideale opstap-trainingen voor wie twijfelt of fietstraining wel iets voor je is en of je het aankunt.
Ook voor de geoefende fietsers is er voldoende uitdaging.

Op zondagochtend wordt er in toertempo gefietst. De wegkapiteins letten er goed op dat het voor iedereen leuk is. Elke week wordt een andere route van circa 60 km. gereden. Het sociale element is ook in deze fietsgroep niet onbelangrijk. Koffie halverwege ontbreekt niet. Rond de klok van twaalf uur is de groep weer op het startpunt terug.

Verder rijden deelnemers in de loop van het wielerseizoen gezamenlijk toertochten als bijvoorbeeld de Koos Moerenhout Classic en zijn er gezamenlijk fietsuitstapjes in de Ardennen gepland.

Mountainbiketraining

Op vrijdagavond is de Mountainbike groep actief.
Er wordt gestart vanaf het cadettenkamp om 18.30 uur
Ook hier is het dragen van een helm uiteraard verplicht!

Het mountainbiken richt zich op techniektraining en conditietraining

Krachttraining

Voor dit aanbod is, gelijk aan vorig jaar en voor eigen rekening, weer een samenwerking met Sportassistance te Breda van Eric de Ruiter tot stand gebracht. Sportassistance kan in haar eigen sportschool, op het adres Pieter Christiaanstraat 2 naast zwembad het Ei, op maandagavond een alternatief aanbieden op topsportniveau.
De krachttraining wordt schaatsgericht. Je kunt als groep starten met een introduktie op de 1e avond. Ook is er de mogelijkheid om de training op een andere avond in te halen als je op maandag een keer niet kunt. Voor Ballangrudleden is een speciaal tarief mogelijk. Opgeven gaat ook via de website van Ballangrud. Deze inschrijvingen worden doorgegeven aan sportassistance die met jullie contact op neemt voor nadere details. Je bent dan alsnog vrij om ervan af te zien als het de prijs of het aanbod je niet aanstaat.

Zomermix

Wederom zijn SSVB en de Striene weer onze partners
We bieden ook dit jaar weer de zomermix aan. Daarnaast 2 fietstijdritten, FNS en Breda bokaal inline-skatekampioenschappen.

SSVB, de Striene en Ballangrud stellen hun trainingsaanbod voor elkaar open gedurende het zomerseizoen. Details volgen op de site eind maart en in de volgende Krabber maar ga er maar vanuit dat het grotendeels overeenkomst met het aanbod van vorig jaar.

Onder voorbehoud

Een aantal activiteiten worden aangeboden onder voorbehoud van voldoende trainers/ deelnemers. Andere onderdelen kennen een inschrijflimiet of is de datum van aanmelding leidend voor de indeling. Het kan ook zijn dat genoemde dagen/tijdstippen nog wijzigen t.o.v. de hierboven genoemde informatie. Dit alles komt doordat deze informatie in een vroeg stadium moet worden gemaakt en de definitieve besluiten pas gemaakt kunnen worden op basis van aantallen die uit de inschrijving voortkomen in relatie tot beschikbare trainers.

Het kan zijn dat een enkel aanbod uiteindelijk op een andere locatie, bij een collega vereniging, op een ander tijdstip zal worden aangeboden.

Als je inschrijving om welke reden dan ook niet kan leiden tot de gewenste activiteit laten we je dat bijtijds per mail weten. Kijk ook regelmatig op onze website. Eind maart zullen we afwijkingen op het voorgenomen zomerprogramma vermelden.

We zien jullie graag deze zomer bij Ballangrud of een van de andere partnerverenigingen!

Afgetreden voorzitter TC
Willard van Vugt

Guus MARIS

Arts Muskuloskeletale Geneeskunde

Preventie en behandeling van sportblessures en
Preventie en behandeling van klachten van het bewegingsapparaat.

Titulaerlaan 39
4841 GS PRINSENBEEK
T: 076 – 541 77 18
W: www.doktermaris.nl

Dag	Tijd	Wat	Voor wie	Waar	Start	Opmerkingen
Zondag	9.00 – 12.00	Toerfietsen	Volwassenen	Atletiekvereniging Sprint	8 april	**Helm verplicht!**
Maandag	18.00 – 19.00	Skeeleren	Recreatieve jeugd Volwassen recreanten Wedstrijdrijders vrij rijden	Skeelerbaan	9 april	**Helm en polsbescher-mers verplicht!** Gezamenlijk trainings-moment ouder-kind Wedstrijdrijders vrij rijden, geen training
Dinsdag	18.30 – 20.00	Fietstraining Interval	Volwassen wedstrijdrijders en recreanten	Atletiekvereniging Sprint	3 april	**Helm verplicht!**
		Fietstraining lange baan	Volwassen wedstrijdrijders en recreanten			
Woensdag	18.30 – 19.30	Loop/ bostraining	Volwassen recreanten Recreatieve jeugd	Mastbos	4 april	Gezamenlijk trainings-moment ouder-kind
Donder-dag	20.00 – 21.30	Skeeleren Fietstraining	Volwassen wedstrijdrijders Volwassen recreanten Volwassen wedstrijdrijders en recreanten	Skeelerbaan	Let op afwijken-de begindatum 3 mei 5/12/19/26 april	**Helm en polsbescher-mers verplicht!** **Helm verplicht**
Vrijdag	18.30 – 20.00	Mountain-biken	Volwassenen wedstrijdrijders en recreanten	Cadettenkamp	6 april	**Helm verplicht !**
Zaterdag	09.30 – 10.30	Loop/ bostraining	Volwassen wedstrijdrijders	Mastbos	19 mei	

wielertraining 2018

Breed aanbod van zomertrainingen
Elders in de Krabber staat het overzicht van alle activiteiten. Teveel om hier op te noemen. Alleen al het trainen op de fiets kent vele vormen. MTB, dinsdagavond met twee groepen, toeren op zondagochtend, deelname aan diverse georganiseerde toertochten en ploegentijdritten, Ardennen-weekend. Het aanbod is geweldig divers.

Belang van tijdig aanmelden
Meld je snel aan voor de activiteiten, die jouw voorkeur hebben. De trainers en Ballangrud beschikken dan over complete deelnemerslijsten. Dat is van belang om met de gehele groep informatie te kunnen delen of in noodgevallen het tuisfront te kunnen bereiken. Natuurlijk is het ook voor de club belangrijk om te weten hoeveel mensen in de trainingen versschijnen.

Nog een nieuwigheid voor 2018
Nieuw is de mogelijkheid om in april op donderdagavond om 20.00 uur wielertraining te volgen op de wielerbaan van Breda, bij de ijsbaan.
Mensen die de starttijd in april van half zeven niet halen, kunnen dan toch wielertraining volgen vanaf begin april.

Dinsdagavond
in april hebben we op dinsdag om half zeven als vanouds de training vanaf Sprint. Half zeven start omdat het in april vroeg donker wordt. Patricia gaat deze groep in elk geval leiden. Wim sluit aan als trainer wanneer hij de starttijd haalt.
Fanatieke fietsers kunnen in april zelfs twee keer trainen in de week.

Vanaf mei starten we om zeven uur vanaf Sprint met als trainers Wim en Patricia. Vanaf mei is de training weer als vanouds. Patricia traint groep 2 en Wim traint groep 1.

Trainingsprogramma
Patricia en Wim volgen het jaarplan 2018, zodat er qua periodisering en afwisseling tussen verschillende trainingsvormen en seizoenopbouw een goede afstemming is met de andere zomertrainingen.
In groep 1 is de opbouwcurve wat steiler zodat aan het eind van het seizoen grotere stappen zijn gezet.

Training op wielerbaan
De trainingen op de wielerbaan in april hebben als doel om met nieuwkomers op de training samen met onze ervaren fietsers, de basisprincipes van de verschillende trainingsvormen door te nemen.

Aan bod komt:

- hoe veilig in groepen in het verkeer kan worden gereden,
- hoe een bocht snel en veilig gereden wordt,
- uitleg over optimaal gebruik van versnellingen remmen, en de versschillen ertussen,
- hoe te handelen bij noodsituaties in het verkeer.

Bij al deze leermomenten blijft de opbouw volgens het jaarplan 2018 leidend. In de trainingen bouwen we voort op de baantrainingen van vorig seizoen. Qua vorm heeft een bezoek aan de zesdaagse nieuwe ideeën opgeleverd voor uitdagende oefeningen op de wielerbaan. Uitdagend voor groep 1 EN voor groep 2. Verschillen in snelheid spelen op de baan geen rol, want we blijven allemaal op hetzelfde baantje.
Kortom er staat een mooi seizoen voor de deur, met voor iedereen mooie trainingen en evenementen.

Wim Hofstede

wie wil er skeelertrainer worden voor de jeugd??

De afgelopen jaren is er een toename van jeugd die bij onze vereniging is gaan skeeleren (en gaan schaatsen).
Om de kinderen goed te leren skeeleren en schaatsen hebben we trainers nodig.
Helaas is er door het verloop van onze trainers behoefte aan nieuwe trainers die onze jeugd de schaatstechniek bij willen brengen.

Of het nu in spelvorm is of in de wat meer technische trainingen. Dat maakt niet uit.

Het seizoen begint op maandag 9 april en duurt tot eind september.
Voor de aankomende zomer hebben we (op maandag van 18:00 tot 19:00 uur) zeker 2-3 nieuwe trainers nodig.

Wil je eerst proeven of je het trainersvak wat vindt?
Je kan altijd eerst een soort stage gaan lopen bij een trainer en een groep kinderen helpen te begeleiden.

Meld je aan bij Lars Prenger of Herman van Heteren.

Email adressen:
Loprenger@hotmail.com
hermanvanheteren@planet.nl

Schaatsclubs in Breda bundelen succesvol krachten voor evenement

Het wordt voor veel schaatsclubs steeds moeilijker grote evenementen te organiseren. Zowel om het te financieren, als om het benodigde aantal vrijwilligers op de been te brengen. In Breda hebben vier clubs elkaar gevonden en werd begin januari een Elfstedentocht georganiseerd tijdens het midwinterevenement. Het evenement toont aan dat samenwerking loont.

Wat nu de Alternatieve Elfstedentocht is werd zo'n twintig jaar geleden begonnen door Schaatsvereniging De Striene West-Brabant. In de loop der jaren raakten er steeds meer clubs uit de regio Breda bij het evenement betrokken en nu is de Elfstedentocht een samenwerking tussen De Striene West-Brabant, IJsclub Alblasserwaard, De IJsvrienden en Ballangrud Breda. "Het is langzaam uitgegroeid tot wat het nu is. Het is ook gewoon leuker om zoiets samen te doen. De Elfstedentocht is een activiteit voor zowel jeugd als volwassenen, waar presteren en plezier samengaan", legt Teun Schiphouwer van De Striene uit.

Tijdens de Alternatieve Elfstedentocht kon iedereen komen schaatsen in de vorm van een aantal rondjes, 11/22 –33/44 – 66/88 – 110. Langs de 400 meter baan stonden stempelposten. Op het binnenterrein was voor de jongste jeugd een parkoers uitgezet in een winters landschap. "Ook de koek en zopie en bijbehorende dweilbands ontbraken niet", aldus Schiphouwer. "Mede dankzij de steun van onze hoofdsponsor Klaverblad Verzekeringen hebben we de afgelopen jaren allerlei extra activiteiten kunnen toevoegen aan het programma."

Schiphouwer benadrukt dat de vier clubs zoveel mogelijk samen optrekken en eenzelfde doel voor ogen hebben. "We willen zoveel mogelijk mensen op het ijs krijgen. Dat is ons doel, daarom mogen leden van de verenigingen ook introducés meenemen. De belangstelling voor het schaatsen neemt af en je moet mensen enthousiast maken voor de sport. Samen kun je meer bereiken en meer mensen aanspreken."

'Vele handen maken licht werk'

Tijdens de laatste editie stonden er zo'n 350 mensen op het ijs. Dankzij de samenwerking tussen de vier clubs was alles goed georganiseerd en waren er voldoende vrijwilligers. "Vele handen maken licht werk. Bovendien kunnen we de kosten nu door 4 delen", zegt Job van Breugel van De IJsvrienden. "Alleen is het bijna niet te doen zo'n groot evenement te organiseren, maar samen kan dat nog wél."

De vier clubs hebben elkaar gevonden bij de Bredase IJsfederatie, een platform waarin alle clubs die gebruikmaken van de ijsbaan in Breda actief zijn. Van Breugel: "Op deze plek vind je de samenwerking en kun je de krachten bundelen. Soms kun je als het ware meeliften op het succes van een andere vereniging. We hebben allemaal hetzelfde doel voor ogen: de sport promoten en het schaatsen op de ijsbaan in Breda bevorderen. Met de Elfstedentocht doen we dat op een ludieke manier en het werkt."

Leden werven

Ook Schiphouwer is erg tevreden over de samenwerking tussen de vier clubs. "Met het evenement wil je iets doen voor je huidige leden, maar ook nieuwe leden werven. Het is in ieders belang dat er zoveel mogelijk mensen schaatsen. De truc is een interessant evenement neer te zetten dat tegelijkertijd laagdrempelig is, zodat er zoveel mogelijk mensen op afkomen. Ik denk dat dit heel goed gelukt is."

collalbo 2018

Het was een bijzonder weekje van 8 dagen!!!

Al voor de zoveelste (?) keer vertrok op dinsdag 2 januari ’18 in alle vroegte een groepje Ballangrutters richting Collalbo in Noord Italië, regio Süd Tirol.
Omdat ons vaste en vertrouwde Hotel Dolomiten ???? eerder zou sluiten en omdat er in het weekend van 6/7 januari een pond hockey toernooi zou worden gespeeld op de 400 m baan vertrokken wij dit jaar op dinsdag in plaats van op zaterdag. (PS pond hockey is ijshockey met 3 spelers die tegen elkaar spelen met een puck en een klein doel zonder vaste doelman.)
Omdat door dit toernooi veel ijsmomenten zouden uitvallen maakten we er dit jaar acht in plaats van zeven dagen van zodat we één extra dag voor het pond hockey weekend hadden.
De heenreis verliep redelijk voorspoedig. Helaas moesten we een dikke file omzeilen en was de Fernpass “gesperrt”, dus besloten we via Garmisch te rijden. Wel mooi over al die binnenwegen trouwens!
Omstreeks half acht waren we in Collalbo. De laatste auto met Hens, Tialda en Herman arriveerde om half negen. Als ik me goed herinner waren zij over München gereden. De gehele “delegatie” bestond uit: Wim en Rian, Hens en Tialda, Jan O, Jan van R., Herman en ondergetekende. Na een heerlijke maaltijd gingen de meesten snel naar bed. Pieter en Ethel en hun honden Bella en Jessie arriveerden een dagje later omdat ze de reis ivm de hondjes over 2 dagen wilden verdelen.
Op woensdag werden er twee trainingen afgewerkt op de 400m baan. Een om 10 uur en een om 16 uur. Want je moet het ijzer smeden als het heet is luid het spreekwoord.

Op Donderdag 4 januari konden we in de ochtend nog 1x schaatsen, waarna we weer tot maandag moesten wachten omdat dan de baan weer open zou zijn voor de langebaan schaatsers.

Tot nu toe is het gebruikelijk dat iedereen een clinic bedenkt en geeft. Maar dit jaar was er door de onderbreking geen strakke planning gemaakt. Desalniettemin bedacht Jan van R. een erg leerzame en bijzondere clinic. De idee was om door je tijdens het schaatsen te laten leiden (met korte “ei”!) door een bekend liedje het schaatsen zou moeten plaatsvinden op de “automatische piloot”. Jan zijn idee was een experiment om te zien wat er zou gebeuren als een groepje “ervaren” schaatsers het lied “Altijd is Kortjakje ziek” zou zingen tijdens het schaatsen. Hierbij kregen we verschillende opdrachten in tweetallen en later in een groepje en moest er zelfs meerstemmig worden ingezet. Aldus geschiedde…. Ik moet concluderen een geslaagd en vooral lollig experiment want je schakelt bepaalde delen van de hersenen uit omdat je moet zingen maar hierdoor ga je onbewust op de automatische piloot schaatsen.
Leuk bij-effect is dat diverse andere groepen waaronder de Belarussen en Duitse schaatsers en een verdwaalde Nederlandse RTC groep uit Enschede ietwat vreemd opkeek. Laten we na de Olympische Spelen de balans maar weer eens opmaken. Als je altijd blijft doen wat je deed dan krijg je wat je altijd kreeg.…Tijdens deze training begon het overigens stevig te sneeuwen, maar, bikkels als wij zijn, gingen we lekker door hetgeen mooie plaatjes opleverde.

In de middag stond er een stevige wandeling op het programma.
Op advies van Katja (de eigenaresse en duizendpoot van het Hotel) togen wij door de verse sneeuw naar restaurant naar Pfos Hof in Ritten. Een mooie wandeling vanuit ons Hotel zodat ook de honden heerlijk hun energie in kwijt konden. Natuurlijk was het lekker smullen onderweg in Pfos Hof!

Na de clinic van Jan van Reede

Op Vrijdag 5 januari ging de hele bups naar Baselga di Piné om te gaan schaatsen op die andere bekende schaatsbaan in Italië. Tevens brachten we een bezoek aan de leuke stad Trento. Natuurlijk trakteerden we ons op een uitgebreide lunch want ook van schaatsen op hoogte (ook Baselga ligt op 1000 m) krijg je véél honger.

Op Zaterdag 6 januari zijn Jan O, Wim en Rian en Rob gaan skiën in het beroemde Sella gebied. Als ik het goed heb hebben Hens en Pieter hardgelopen waarbij ze tevens Bella en Jessie meenamen.

Op Zondag 7 januari maakten we op advies van Katja een prachtige wandeling naar de Mair in Plun Hutte. Het ligt aan de achterzijde van de Rittner Horn. Het was mooi weer en er was de afgelopen dagen de nodige sneeuw gevallen. We lieten ons met de skilift afzetten op de Rittner Horn. Het was een stevige wandeling van een kleine 2 uur die redelijk vlak (maar boven in de bergen is eigenlijk niets vlak) was maar ons uiteindelijk een kleine 200 meter lager bracht naar het einddoel het restaurant Mair in Plun Hutte. Zowel de ambiance en de bediening was voorbeeldig. De dame die ons hielp reserveerde binnen enkele minuten een leuke tafel en de bestelling werd blind ingetypt op een handheld. Alles klopte perfect en mijn verse Lasagne was heerlijk. De wandeling terug duurde door het hoogte verschil wat langer en we waren mooi op tijd om ons met de ski-lift weer naar de parkeerplaats, waar de auto's stonden, te laten brengen. Een super dag met veel vitamine D.

Op Maandag 8 januari was het goed weer en werden er twee trainingen afgewerkt. Omdat het tenslotte ook vakantie is was het thema "lekker schaatsen". Zo kun je nog eens wat uitproberen zoals als sprinter 8 rondjes op kop rijden ;). Herman was naar Bolzano gegaan om de wereldberoemde scheerschuim

Proraso en een echte Borsalino hoed te kopen (en ja hij gaat niet de politiek in (een Plassterkje)).

Op Dinsdag 9 januari regende het in de ochtend. Het personeel van de ijsbaan was zo vriendelijk om ons toe te laten op de overdekte 30-60m binnenbaan. Ik ontfermde me over de hondjes Bella en Jessie zodat Ethel ook kon schaatsen. Tialda's shorttrack hart begon weer sneller te kloppen. Ze gaf een super leuke behendigheidstraining. Terwijl onze toppers op de 30-60 m baan bezig waren was de Tsjechische trainingsgroep, die gebouwd is rondom Martina Sablikova, een sprongtraining aan het afwerken. Ik dacht nog, zij had het toch in haar rug? Niet veel van te merken maar ik kon mooi wat ideeën opdoen voor een aantal "toffe" schaatssprongen voor de bostraining. Dus jullie zijn ge-

Netjes op een rijtje voor de foto.

waarschuwd ;). Dat het schaatsen ook soms een eenzaam bestaan is bleek toen aan het eind van de training de dames uit het Tsjechische team kwamen kroelen met Bella. Wel leuk dat je dan een aantal weken later een van deze dames (Nikola Zdráhalová) ziet rijden op de Olympische spelen.

De middag-training dreigde nog in het water te vallen maar de weergoden waren ons gunstig gestemd. Nog één keer trainen op de 400m buitenbaan op top ijs!! Net na de training begon het te regenen en hagelen. Je moet het geluk soms afdwingen.

Op woensdag 10 januari weer op naar huis!!!
Met slechts enkele momenten van oponthoud (net in Nederland op de A58 nog een file L) was iedereen weer veilig thuis.

Terugkijkend was het een bijzondere editie die door het pond hockey toernooi weer leuke nieuwe activiteiten en adresjes opleverde.

Met dikke schaats- en ski-groet,
Rob Rensen

Trento centrale plein.

Impressie van de wandeling Rittner Horn.

Bella kijkt aandachtig over de boarding wat haar baasjes aan het doen zijn.

"Even" overleggen wat we gaan doen.

schaatsclinic rechte eind

Ik had van een aantal trainingsmaatjes al gehoord dat de vorige clinic, waarin de bochttechniek werd aangescherpt, erg goed was bevallen. Voor aanvang had ik nog een beetje mijn bedenkingen. Was die ijshockeybaan wel groot genoeg voor het oefenen van slagen op het rechte eind? Een groot voordeel is dat de trainer je bijna op iedere plek kan zien. Aan trainers is er tijdens deze clinic zeker geen gebrek. De deelnemers en de trainers worden in drie groepen opgedeeld waarna men zonder getreuzel van start gaat met de clinic.
Men start deze training door de vraag te stellen waar de verbeterbehoefte ligt in de schaatsslag op het rechte eind. Hiermee laat Ballangrud maar weer eens zien helemaal up to date te zijn als het gaat om de onderwijsontwikkelingen ;). Bij schaatsen is er altijd wel iets te vinden wat te verbeteren valt, dat maakt het in mijn ogen ook zo'n mooie sport.
Vanaf het moment dat het verbeterpunt benoemd is, was het 'einde soepel'. Hoewel het eerst de bedoeling was dat we alleen op de heenweg een oefening zouden doen, en op de terugweg rustig door het midden terug zouden komen, wordt ons groepje geen rust gegund. Eerlijk gezegd wilden we ook niets anders doen dan oefenen. De trainers motiveerden en inspireerden ons maximaal. Binnen korte tijd krijgen we veel oefeningen voorgeschoteld waarbij het ontwikkelpunt, in ons geval 'direct goed met het lichaamszwaartepunt boven één schaats komen', goed wordt ingeslepen. Alle deelnemers krijgen veel feedback en door het grote aantal trainers kan je je niet verstoppen. Erg leuk om te zien hoe je in 75 minuten door hele intensieve aandacht echt weer mooie stappen kan maken in de uitvoering van jouw basisslag Uiteraard was er naast de serieuze focus op techniek, ook af en toe nog wat tijd voor een geintje.
Ik wil de organisatoren, de trainers en de deelnemers hartelijk danken voor de gezellige en leerzame clinic. Ik zal de volgende keer zeker weer aanwezig zijn. Een aanrader voor iedereen binnen onze club!

Pieter van der Peet

Trainers doen het voor op de 30x60 baan

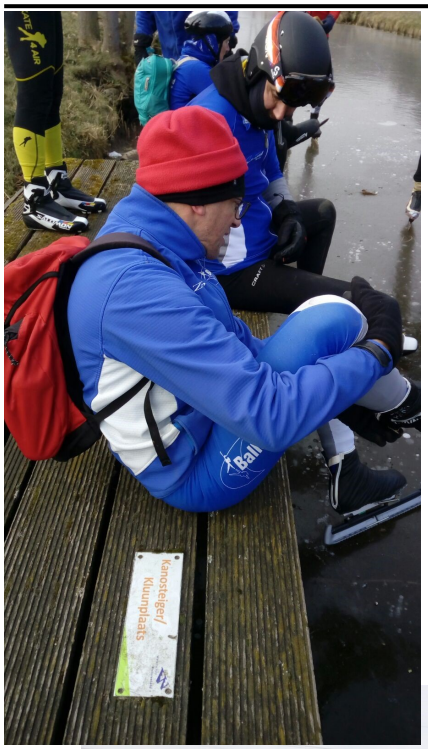
Trainers bereiden de clinic voor

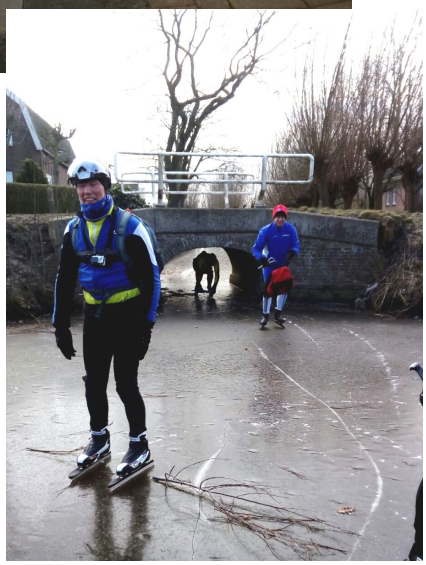
Zwartgoor

Thuis

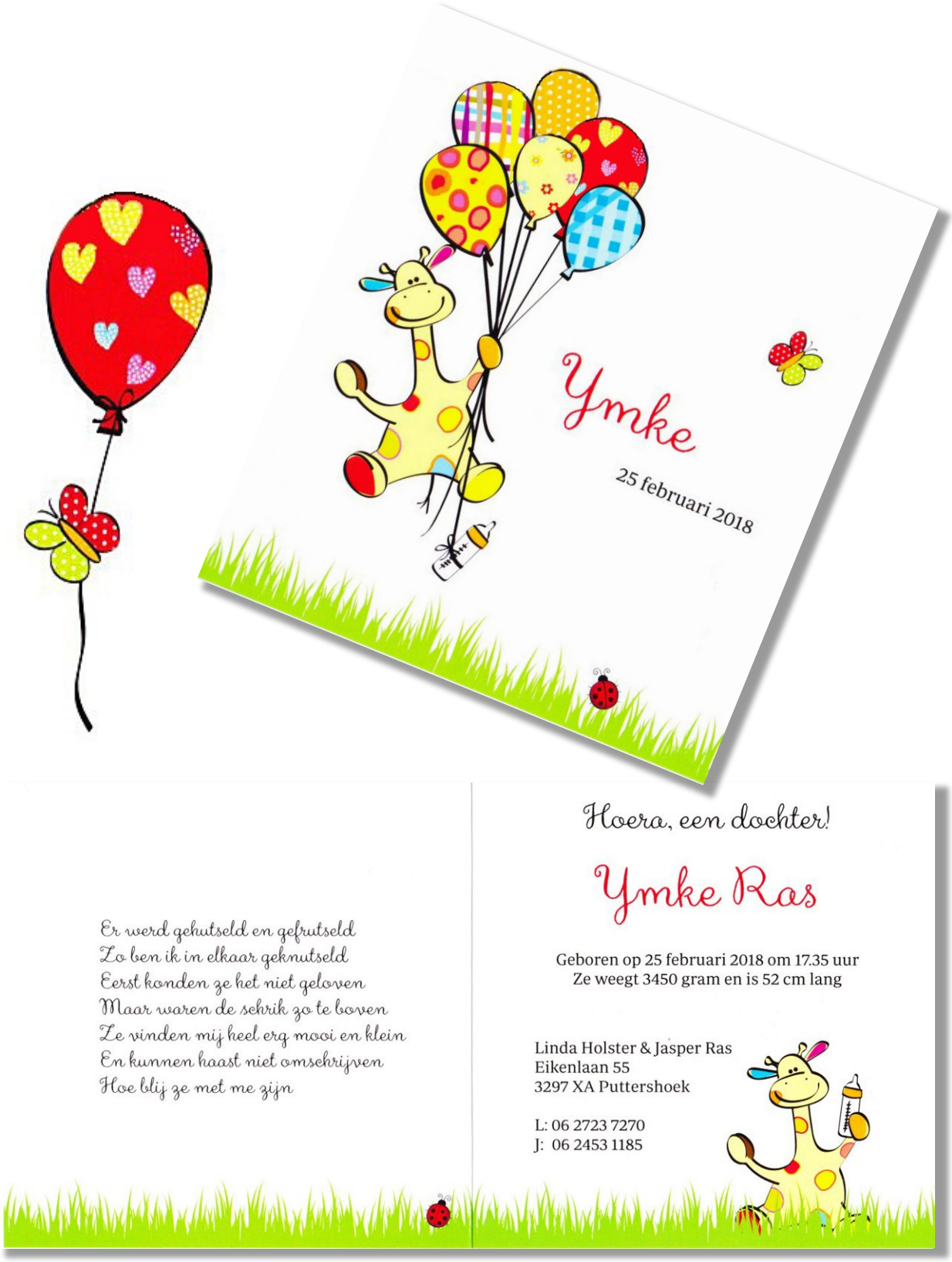
Loosdrecht

natuurijs 2 en 3 maart





een ballangrud - baby !



jarig in maart en april

Sam Voncken	3-mrt
Ju-Lin de Visser	6-mrt
Lian van Dongen	7-mrt
Ruud Marijnissen	7-mrt
Noor Chau	8-mrt
Charles Schils	11-mrt
Willemijn van der Sanden	12-mrt
Elmar Visser	12-mrt
Lars Mengerink	12-mrt
Nynke Mooiweer	14-mrt
Jens Jasperse	18-mrt
Saar Karremans	20-mrt
Co van Beijsterveldt	20-mrt
Richard van Schie	22-mrt
Jan van Evelingen	22-mrt
Arjan Tiesing	25-mrt
Fons van Loenhout	26-mrt
Johan Bosma	26-mrt
Pepijn van der Weegen	27-mrt
Peter de Graaf	27-mrt
Caspar Wijffels	29-mrt

Laoise van der Bend	1-apr
Hermen Smalbraak	3-apr
Hens Koreman	5-apr
Teun Leijten	7-apr
Cynthia Sussek	8-apr
Rob Rensen	10-apr
André van Staalduinen	12-apr
Anouk Timmerman	14-apr
Jules van der Horst	14-apr
Ramon Klaus	15-apr
Ewoud van der Spek	19-apr
Herman van Heteren	20-apr
Bente van Kaam	21-apr
Willem Wagenaars	22-apr
Pieter van der Peet	23-apr
Yordi Martens	23-apr
Jasper Ras	24-apr
Martijn Proost	25-apr
Sophie Bruinsma	25-apr

DDP

Architectuur

Architect Dennis de Poorter BNA

DDP - Architectuur
Leistraat 57
4818 NA Breda
T 076 565 7777
I www.ddp-architectuur.nl
E info@ddp-architectuur.nl

NIEUWBOUW VERBOUW RENOVATIE INTERIEUR EXTERIEUR ONTWERP
VERGUNNINGAANVRAAG BOUWBEGELEIDING KOSTENBEWAKING ADVIES

Wij ontwerpen en adviseren in alle fasen van het bouwproces. Of het nu gaat om een kleine aanbouw, een opbouw, het wijzigen van de indeling van uw woning of bedrijfsruimte, of om complete nieuwbouw. Met onze ervaring en creativiteit leveren wij binnen uw budget functionele en inspirerende ontwerpen voor uw wensen.

Neem vrijblijvend contact met ons op dan kunnen wij uw wensen bespreken en kijken wat DDP-Architectuur voor u kan betekenen.

Stucadoorsbedrijf

Peter Wijnings

Bavel

Tel. 0161 - 43 36 79
06 - 20 43 91 74

Harry Marrenga wordt op vrijdag avond in het Bredase uitgaansleven gezien. Hij toont zich als een echte sportman in blauwe schaatskleding inclusief schaatstas. Dat ie Ilse nog gezien en gesproken heeft, wist ie niet meer. Dus er waren wellicht al wat biertjes doorheen gegaan bij de vrijdagavond training.

Hoestend gingen ze over de ijsbaan. Geluiden als van zeehonden. De Pieters, samen op weg naar Pieterburen.

Herman heeft weinig last gehad van de marathon groep tijdens de dinsdag training. Maar ja, hij is zelf ook niet veel geweest.....

Als de lente komt …. schaatsen wij nog rustig een paar rondjes op natuurijs. Langs crocussen in de sneeuw.

Tinus Rispens rijdt tijdens de ploegenachtervolging met een leesbril om zijn nek. Bang om zijn ploeg uit het oog te verliezen.

Wim B rijdt rond zonder helm. Tja vergeten, want die ligt nog naast het bed.....
Daar kun je je wel wat vragen bij stellen.

DQ-kwark, niet linksdraaiend, niet rechtsdraaiend. Maar constant draaiend, met rondjes van 40 seconden op de 10 kilometer. Dat geldt dan niet voor de tegenstander, die dan weer voor je rijdt en dan weer achter je rijdt. Maar jij wordt dan ge-DQ-d. Kwark met een wrange nasmaak voor Jan van Reede.

De 20 weken echo van Ilse: wordt het een jongetje of een meisje? Ze zien een armpje op de rug, dus het wordt een schaatser!

krabbelbabbels

zomertrainingen

Je ziet het al aan de Ballangrud-beer hierboven.
Die heeft zijn skeelers al weer aangetrokken.
Het schaatsseizoen is weer voorbij.
Maar dat betekent niet dat de Ballangrud-gezelligheid voorbij is.
Welnee, we gaan met zijn allen aan de zomertrainingen beginnen!
Lekker buiten!

Je hebt het misschien al gezien voor in deze Krabber. De technische commissie heeft al weer een heel trainingsprogramma ontvouwd. Ook voor de jeugd.
Bijvoorbeeld het skeeleren op maandagavond.

Op maandagavond worden van 18.00 tot 19.00 uur trainingen verzorgd voor de jeugd en ook volwassenen. Dat betekent dat dit moment in de week een ware trainingsavond kan worden voor het gehele gezin.
Er wordt geskeelerd in verschillende niveaugroepen, van een training in spelvorm voor de allerkleinsten tot een echte wedstrijdtraining voor de oudere rijders. De baan is vanaf maandag 9 april beschikbaar.

Op woensdagavond is er looptraining voor de jeugd, en ook weer voor volwassenen. Dus ook weer zo'n "samenmoment". Van 18.30 tot 19.30 uur in het Mastbos. Vanaf 4 april is dat al.

Blijf dus je schaatsvriendjes ontmoeten en sport samen bij Ballangrud, de hele zomer door !!

Ik schaats bij Ballangrud. Er was een leuk midwinter evenement op de schaatsbaan. Ik was samen met mijn zus en mijn vriendin aan het schaatsen. Op de kleine baan waren hindernissen weggezet. Als je die had gedaan, daarna moest je een stukje klunen en naar de grote baan en dan een heel rondje schaatsen. Dat was best wel ver! Gelukkig werd ik geholpen door Luka en Silke. Na elk rondje kreeg ik een stempel. Mijn kaart moest helemaal vol met wel 11 stempels, de elf steden had papa mij uitgelegd! Tussendoor hebben we even pauze gehouden om een super lekkere grote warme stroopwafel op te smullen.Toen mijn stempelkaart vol was kreeg ik een mooie medaille, een elfstedenkruisje. En daar ben ik heel trots op! Maar ik was er wel moe van!

van Taro Sterk, 7 jaar

stehmann inline skate competitie

Het schaatsseizoen nadert haar einde, trainingswedstrijden, competitiewedstrijden, club- gewestelijke- en landelijke kampioenschappen zijn gereden.
Voor de liefhebbers staat het in-line skate seizoen (skeeleren) voor de deur.
Ook voor de in-line skaters wordt binnen ons gewest een echte competitie georganiseerd door de Stehmann-competitie.

De Stehmann-competitie wordt ieder jaar georganiseerd voor de rijders uit de provincies Brabant, Limburg en Zeeland. In een reeks van 7 tot 8 wedstrijden rijdt de jeugd baanwedstrijden op verschillende banen in Brabant en Limburg.
Voorlopig geplande data van de wedstrijden dit seizoen zijn:
21 en 28 april, 26 mei, 2 juni, 23 juni, 8 en 15 september.

Stehmann-Jeugdcompetitie
Tijdens iedere wedstrijd rijden de pupillen, kadetten en junioren steeds 3 verschillende afstanden:

- De eerste en kortste afstand is individueel en op tijd.
- De tweede middellange afstand wordt in groepen van 4 tot 6 rijders gereden en wordt afhankelijk van het totaal aantal deelnemers meer dan één keer gereden.
- De laatste en langste afstand is met alle deelnemers tegelijk over meerdere kilometers en heeft vaak een afvalsysteem en/of puntensysteem d.m.v. tussensprints.

Het gaat dus om baanwedstrijden op een afgezet parkoers. Meer info over deze wedstrijden is te vinden via

- de Wedstrijdkalender en via
- Facebook.com/SkatecompetitieZuid.

Meedoen & Inschrijven
Iedereen kan meedoen aan de Stehmann-competitie. Inschrijven kan via de wedstrijdkalender en op de dag zelf, ten minste een uur voor aanvang van de wedstrijden.
Voor de Stehmann-competitie zijn de deelnamekosten voor de jeugd 15 euro voor

de gehele jeugdcompetitie of 3 euro per wedstrijd.
Om deel te kunnen nemen aan de wedstrijden moet je een geldige licentie van de KNSB hebben. Als je een KNSB licentie hebt krijg je je eigen KNSB startnummer.

Ballangrud wedstrijdteam
Vanuit onze eigen vereniging rijden al enkele jaren (jeugd) wedstrijdrijders mee in de Stehmann-competitie. Ieder op zijn eigen niveau en met veel enthousiasme. Als clubrijders zijn we niet altijd herkenbaar omdat we geen eigen clubkledinglijn voor het in-line skate hebben. Inmiddels zijn een aantal sponsoren gevonden die het leuk vinden om de jeugdwedstrijdrijders te voorzien van een mooi herkenbaar wedstrijd in-line skatepak. Afhankelijk van het aantal deelnemers worden de pakken geheel gesponsord of deels gesponsord en wordt in het laatste geval een eigen bijdrage gevraagd. De eigen bijdrage hangt af van het aantal benodigde pakken.
Om een wedstrijdteam samen te stellen hebben de sponsors een ondergrens bepaald van minimaal 10 jeugdwedstrijdrijders. Als we meer dan 10 wedstrijdrijders hebben is dat natuurlijk fantastisch, vanaf 12 deelnemers, zal een eigen bijdrage voor een in-line skatepak worden gevraagd. De vereniging wordt gesponsord, dat betekent dat de in-skatekleding eigendom is van de vereniging en dat je het in bruikleen krijgt.
Op je pak moet je wel zelf je startnummer laten naaien. Je nummer krijg je als je je aanmeldt voor een wedstrijdlicentie.
Vindt jij het ook leuk om echte wedstrijdrijder van Ballangrud te worden in de Stehmann-jeugd competitie meldt je dan aan bij
Claus Meijer: claus.coach@outlook.com
voor 18 maart 2018.

Voor 21 maart a.s. wordt je dan geïnformeerd of het Ballangrud jeugdwedstrijdteam wel of niet doorgaat.
Er wordt van je verwacht dat je echt gaat deelnemen aan de jeugd in-line skate competitie en dat je de gesponsorde kleding tijdens de wedstrijden ook draagt.
Vanzelfsprekend is er begrip voor dat je misschien een enkele keer niet kunt komen.

eindklassement KBT

Na een viertal wedstrijden en vele speciale trainingen op zaterdagmiddag kunnen we met tevredenheid terugkijken op de prestaties van onze jongste wedstrijdschaatsers, die deelnamen aan het Kleine Banentoernooi.
Hieronder zie je van de eindklassementen de top drie en de klassering van onze Ballangrud -rijders. Tussen haakjes het aantal deelnemers.
Met een mooie eerste plaats voor Luka Sterk in haar categorie. En natuurlijk de fraaie tweede plaats van Lobke van Benthum bij de meisjes pupillen F.

	Klassement DPF (22)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Amanda van Vugt	Ysvr	0+0	28+28	30+30	29+29	146
2	Lobke van Benthum	Ball	0+0	29+29	29+23	28+28	143
3	Maud Van Oss	WvdB	0+0	26+25	27+27	15+27	132
16	Yinte Sanderse	Ball	0+0	17+16	0+0	19+19	71
20	Rosemarijn Wijland	Ball	0+0	0+0	15+14	11+18	58

	Klassement HPF (22)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Ramzi Coenraad	YCT	0+0	28+29	30+30	29+30	148
2	Yanick Stegeman	YA	0+0	30+30	29+29	30+29	148
3	Matthijs Eperjesy	YCE	0+0	29+27	27+27	29+28	140
13	Taro Sterk	Ball	0+0	20+18	15+15	20+17	90
17	Jens Jasperse	Ball	0+0	0+0	18+20	18+14	70

	Klassement DPE (17)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Luka Sterk	Ball	0+0	30+30	30+30	30+30	150
2	Bregje Bogers	Stri	0+0	29+25	28+28	29+29	143
3	Maud Groenen	YCT	0+0	26+27	29+29	28+28	141
12	Jip Jasperse	Ball	0+0	0+0	19+21	22+23	85

	Klassement DPD (15)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Famke Bogers	Stri	29+29	30+30	0+0	30+30	149
2	Lonneke Merkx	WvdB	30+30	29+27	0+0	29+29	147
3	Jade van de Rest	Stri	28+27	28+29	0+0	28+27	140
6	Lisa Gommers	Ball	24+25	24+26	0+0	23+21	122
7	Yara van Klaveren	Ball	23+21	22+21	0+0	24+25	115
6	Lisa Gommers	Ball	24+25	24+26	0+0	23+21	122
13	Karlijn Marrenga	Ball	18+18	0+0	0+0	19+19	74

ZAES

schaats en trainingsclub
DE IJSVRIENDEN

	Klassement HPD (17)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Joris Ippel	Ysvr	30+30	30+30	0+0	30+30	150
2	Daan Segers	YCT	27+29	26+29	0+0	28+29	142
3	Freek van Oss	WvdB	29+28	28+28	0+0	26+28	141
7	Nils Prenger	Ball	22+21	19+22	0+0	24+24	113

	Klassement HPC (22)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Geophrey Coenraad	YCT	30+30	30+30	0+0	29+30	150
2	Julian Kant	Ysvr	29+28	29+25	0+0	30+29	145
3	Aron van Vugt	Ysvr	28+29	28+29	0+0	27+23	141
7	Dias de Jong	Ball	22+21	22+21	0+0	23+22	110

	Klassement DPB (14)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Lianne van Gammeren	Ysvr	30+30	0+0	30+30	30+26	150
2	Famke Vervoorn	Ysvr	26+29	0+0	29+29	26+30	143
3	Imke van Rijsewijk	YCT	29+28	0+0	28+28	29+28	142
4	Roos Meijer	Ball	27+26	0+0	27+27	27+29	137
6	Pien van der Linden	Ball	25+25	0+0	25+24	23+22	122
9	Femke Haarman	Ball	23+21	0+0	23+19	25+20	112
11	Silke van Dongen	Ball	21+19	0+0	21+22	19+19	102

	Klassement HPB (19)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Anil de Vries	YCT	28+30	0+0	30+30	29+30	149
2	Jeroen Jansen	Ysvr	30+29	0+0	28+27	28+29	144
3	Sven van Wijgerden	Ysvr	29+27	0+0	29+29	27+28	142
6	Ibe Hoedeman	Ball	24+25	0+0	26+25	24+22	124
9	Raf van der Veeken	Ball	20+19	0+0	21+21	16+18	99
12	Berend Geurts	Ball	23+22	0+0	0+0	23+0	68
16	Richard Roosenberg	Ball	0+0	0+0	0+0	20+21	41

	Klassement DPA (6)	Club	Eindhvn	Lommel	Tilburg	Breda	Punten
1	Lotte Groenen	YCT	30+30	0+0	30+30	30+30	150
2	Lieke Lankhaar	Ysvr	29+28	0+0	29+29	28+28	143
3	Mirthe Lankhaar	Ysvr	28+27	0+0	28+28	29+29	142
6	Carlijn Smedes	Ball	25+25	0+0	25+25	25+25	125

Ballangrud
Breda

de jeugd gaat nationaal

Een mooie afvaardiging van onze club ging naar het Nationaal Pupillentoernooi (NPT) in het verre Groningen: Roos Meijer en Bo Mengerink.
Het NPTwordt gezien als het Nederlands kampioenschap voor pupillen.
STV Eemsmond nodigt dan volgens de vastgestelde selectieprocedure, de snelste pupillen van alle ijsbanen in Nederland en de snelste pupillen van de officiele KNSB ranglijst uit. Zo is Kai Verbij dus ook ooit begonnen!

Dit jaar deden ze dat op 27 januari.
Bo Mengerink werd bij de meisjes pupillen A 9e op de 500 meter en 10e op de 1000 meter En dat betekende maar liefst twee keer een persoonlijk record voor haar.
Roos Meijer werd 27e op de 500 meter en 19e op de 700 meter bij de meisjes pupillen B.

En deze twee meisjes komen we dan ook weer tegen op de NK marathon voor de jeugd in Tilburg (17 februari). Dit keer in gezelschap van ook Lars Mengerink.
Bij de meisjes pupillen B waren er twee series, waarvan de beste 12 door mochten naar de finale. Roos Meijer haalde helaas net niet de finale-serie. Bo Mengerink finishte sterk op de 5e plaats in een veld van 22 deelnemers.
Lars Mengerink gleed als 36e over de streep bij 45 deelnemers.
En zo vertegenwoordigt onze jeugd nu al Ballangrud op de nationale ijsbanen.
Geweldig gedaan!

agenda

Voor de begindata van de zomertrainingen: zie volgende bladzijde.	
21 april	*Stehmann inline skate competitie*
28 april	*Stehmann inline skate competitie*
18 mei	*Friday night skate (1 juni is reservedatum)*
26 mei	*Stehmann inline skate competitie*
2 juni	*Stehmann inline skate competitie*
9 juni	*Breda inline skaten*
23 juni	*Stehmann inline skate competitie*
25 juni	*Breda inline skaten* *Gelijktijdig onze Clubkampioenschappen*
8 sep	*Stehmann inline skate competitie*
15 sep	*Stehmann inline skate competitie*
29 sep	*Breda inline skaten*

Bezoek ook regelmatig onze website: www.ballangrudbreda.nl

overzicht zomertrainingen 2018

Dag:	Training:	Waar:	Opmerkingen:
Zondag 9.00 – 12.00 vanaf 8 april	Toerfietsen Volwassenen	Atletiek- vereniging Sprint	**Helm verplicht!**
Maandag 18.00 – 19.00 vanaf 9 april	Skeeleren Recreatieve jeugd Volwassen recreanten Wedstrijdrijders vrij rijden	Skeelerbaan	**Helm en polsbeschermers verplicht!** Gezamenlijk trainingsmoment ouder-kind Wedstrijdrijders vrij rijden, geen training
Dinsdag 18.30 – 20.00 vanaf 3 april	Fietstraining Interval Volwassen wedstrijdrijders Fietstraining lange-baanrijders Volwassen wedstrijdrijders en recreanten	Atletiek- vereniging Sprint	**Helm verplicht!**
Woensdag 18.30 – 19.30 vanaf 4 april	Loop/bostraining Volwassen recreanten	Mastbos	Gezamenlijk trainingsmoment ouder-kind
Donderdag 20.00 – 21.30 Let op afwijkende begindatum 3 mei 5/12/19/26 april	Skeeleren Volwassen wedstrijdrijders Volwassen recreanten Fietstraining Volwassen wedstrijdrijders en recreanten	Skeelerbaan	**Helm en polsbeschermers verplicht!** **Helm verplicht**
Vrijdag 18.30 – 20.00 vanaf 6 april	Mountain-biken Volwassenen wedstrijdrijders en recreanten	Cadetten- kamp	**Helm verplicht !**
Zaterdag	Loop/bostraining Volwassen wedstrijdrijders	Mastbos	

AZZURI

wieler, skeeler- en schaatsspecialist

Voor professional en liefhebber

Voor een goed advies en al het onderhoud en reparaties aan uw schaatsen, skeelers, of race- en ATB-fiets.

Voor de beste merken en de aantrekkelijkste prijzen.

AZZURI wieler/-skeelershop
Belcrumweg 26
4815 HB Breda
(076) 587 34 31

AZZURI schaatsshop
Terheijdenseweg 506
4826 AB Breda
(076) 587 05 55

www.azzuri.nl