

Nummer 10

December 2000

De KronoMeter



*speciale
Einde van het Millennium
Editie*

van de voorzitter

waarvan de plannen zo ongeveer tot in de hemel reiken (nou ja, bijna dan)

In de Introductie doet de IntroCie zijn uiterste best om maar zo veel mogelijk leden aan te trekken. En dat was dit jaar, ik kan het niet vaak genoeg zeggen, erg goed gelukt. Infomarkt hier, flyeractie daar, en dan maar hopen dat er nieuwe leden op af komen. Nu is de Intro al lang en breed achter de rug en zijn er al twee maanden geen introtrainingen meer, maar bellen er gewoon mensen op en zeggen dat ze lid willen worden. Wat heb ik nou aan mijn fiets hangen, denk je dan. Ik denk dat we binnenkort een permanent bemand call-center gaan openen waar de nieuwe leden zich aan kunnen melden. En omdat we een studentencruppie blijven, willen we dat eigenlijk wel met vrijwilligers aandoen als het even kan.

En naast de gevorderde plannen dit call-center zijn we met Kronos nog veel meer van plan. De chatbox op het Kronos Plaza licht hier al een klein tipje van de sluier op. Onder het motto "Kronos goes Political" willen we gaan aantonen dat atletiek en politiek helemaal niet zo ver van elkaar af liggen als iedereen altijd denkt. Ik bedoel, als je de chatbox de laatste tijd een beetje volgt, dan kun je merken dat de gemoederen zo nu en dan hoog oplopen. Vormen van onderwijs, socialisatie van de maatschappij of de problematiek van de Molukkers, niets lijkt de Krononaut te diepzinnig. Het lijkt af en toe wel dat de politiek de interesse voor de atletiek helemaal doet verstommen. Ikzelf moet me in zulke zaken uiteraard afzijdig houden en dat vind ik nog wel eens moeilijk. Zo lang het ergens over gaat hoeven we nog niet in te grijpen. Anders is dat natuurlijk met Amerikaanse politiek. Dat gaat nu al meer dan een maand nergens meer over en volgens mij komen ze er zo nooit uit wie er de komende vier jaar in dat veel te grote huis mag gaan wonen. Ik vind dat ze elkaar daarom maar gewoon uit moeten dagen in iets waar ze goed in zijn. En degene die dan de meeste punten haalt in die wedstrijdjes wordt de nieuwe president. Dus dat wordt een wedstrijdje autoracen onder invloed voor George W. en een rondje hardlopen voor Al. Het maakt nu toch niet meer uit wie er wint, als er maar iemand wint.

Dat rondje hardlopen, dat lijkt me ook wel wat. Starten op de baan van AVN en dan daar in de omgeving een keer of drie een rondje van een kilometer rennen. De Nijmeegse Hazen vonden dat waarschijnlijk ook en die organiseren het dan ook gewoon. En zo kan het gebeuren dat je met anderhalf team uit Enschede vertrekt en dat je tien minuten voor de start toch nog een paar Hazen vindt die wel met Kronos willen samensmelten tot 't Kraasje. Beetje jammer dat de deelname wat tegenviel, maar wel lekker gestapt als je het mij vraagt. Iets te lang in dat jaren 70-hok blijven hangen, maar één foute tent per avond mag je hebben vind ik. En dan een uur lopen. Want slapen willen we ook nog wel een keer en de taxi vond het niet de moeite om ons weg te brengen naar ons logeeraadres, terwijl de rest wel die luxe had. En dat gaat best hoor, als er 2 van de 3 daar nog nooit geweest zijn en ik met mijn 1 keer de man met de ervaring ben. Nou goed, we hebben het gevonden. Gelukkig sliep iedereen al, anders kon Dani niet iedereen nog even wakker maken.

Als ik dan verder kijk naar de dingen die er afgelopen maand zijn gebeurd, dan zie ik een bardienst. En niet zo maar een. Een bardienst die gewoon zonder problemen (niet helemaal natuurlijk, want dat zou ook wel een beetje te gek worden ineens) kon worden ingevuld. En voor de volgende van 16 december ziet het ook al goed uit. Dat wordt dus zeg maar een

bardienst waarvan het draaiende team gewoon een week van tevoren bekend is. In hoeverre dat met Agnes haar invulling van het BarCo-schap heeft te maken weet ik niet, maar lekker is het wel.

Wat ook wel lekker zou zijn is een paar mensen die in maart het bestuur wil gaan opvolgen. Oké, het duurt nog wel even, maar je kunt in sommige situaties niet zomaar te vroeg beginnen. Regeren is vooruitzien heb ik wel eens gehoord. Daarom bij deze de oproep vanuit het bestuur: als je interesse hebt in een jaartje Kronos-bestuur, laat het dan even weten aan iemand van het huidige bestuur. Ik kan je zeggen dat je daar erg veel van leert en dat het ook nog eens erg leuk is. Niet altijd natuurlijk, want anders leer je niets. Nu ik toch aan het werven ben, dan kan ik wel even een oproepje doen voor de plaatsjes in de commissies die we nog niet gevuld hebben. We zoeken nog mensen voor de Bata en de HLT. Allebei erg leuke commissies, als je het mij vraagt. Wat is er nou mooier dan Kronos' grootste wedstrijd te organiseren? Of het UT-team dit jaar wel naar de overwinning te leiden? OK, Kronos besturen is natuurlijk nog wel iets mooier, maar het kan ook gewoon allebei.

En vind je dit allemaal maar niks en denk je alleen maar in het groot?? Overweeg dan eens een functie bij de Student Union. Want daar zoeken ze ook nog wel een paar bestuurders. Als je daar oren naar hebt moet je Arjan van der Bijl aan zijn even aan zijn thermoshirtje trekken. Die kan je alles vertellen van de stichting.

In Nederland vinden we het nodig om kinderen voor de gek te houden. We vertellen ze namelijk dat er elk jaar begin december een kerel langs komt met een stoomboot, een paard en een baard. Het is eigenlijk heel erg vreemd dat kinderen dat ook gewoon geloven. Want die oude gek koopt voor iedereen in Nederland cadeaus en laat die bezorgen door zwarte mannen. Wie doet nou zoiets? Die vraag laat ik even onbeantwoord, maar dat Sinterklaasfeest is wel elk jaar weer aanleiding om ook bij Kronos een avondje gezellig te doen. En misschien komt het wel omdat het een van mijn eerste activiteiten was bij Kronos, maar Sinterklaas lijkt altijd wel te slagen op een of andere manier. Dit jaar dus ook. Wat heet. Hoeveel het er uiteindelijk waren weet ik niet, maar met ongeveer 40 zitten we heel redelijk in de buurt. Veertig man in een woonkamer en iedereen die netjes op zijn beurt wacht om zijn gedicht en surprise in ontvangst te nemen. Top was het.

Met de Kerstvakantie voor de deur is het toch nog niet afgelopen met de bedrijvigheid. Op het moment van uitkomen van deze KM zal die al geweest zijn, maar de ALV, ook al is die klein, zorgt toch altijd wel voor het nodige werk. Gaan we een camera aanschaffen bijvoorbeeld? Zo ja, dan kunnen we op de training nu eindelijk eens zien wat Paul bedoelt. Zo nee, dan houden we dit jaar een hoop geld over. Kijken we dan ietsepietsje verder, dan zien we de Diesloop al weer op 14 januari en een week daarna staat de NSK-indoor in het Groningse Zuidbroek al weer op het programma. Dan kunnen we eindelijk onze nieuwe slaapzakken gaan testen. Of ze echt zo goed flopsen als Nanne beweert.

En als ik me niet vergis, dan gaat Zeus eind maart naar Parijs. Het duurt nog even, maar er moet dan ook nog wel het een en ander worden geregeld. Ik doe er nog geen uitspraak over, want het bestuur moet er nog over beslissen, maar het kan dus zomaar zijn dat Kronos ook die kant op gaat om mee te doen aan le Criq (schrijf je dat wel zo eigenlijk??). Is weer eens wat anders dan de HPR.

En dan aan het eind van mijn maandelijks berichtgevingen sluit ik af met alle Kronauten een hele fijne Kerst en een gelukkig nieuw jaar toe te wensen. En natuurlijk geldt dat ook voor de alle niet-Kronauten die dit lezen, want die zullen het misschien wel harder nodig hebben omdat ze géén lid zijn van de oudste, gezelligste en best presterende SAV van gans Nederland.

Lieve mensen,
de groeten, Sjoerd.

Agenda

december

Di	12	ALV om 20.00 uur in vergaderzaal A van het Sportcentrum. Be there!!
Za	16	Bardienst, Agnes heeft je nodig
Wo	20	Kronos Bowlavond, Daniël heeft nog veel te veel vraagtekens
Vr	22	Begin Kerstvakantie, Sportcentrum niet zo vaak open
Ma	25	de tweeduizendste Eerste Kerstdag

januari

Zo	14	Diës-loop, de Kronos-Campus-Cross-wedstrijd, onderdeel van de TCC
Za	20	de NSK-indoor, waar anders dan in Zuidbroek

februari

Za	10	NSK-cros, ook voor ex-studenten. In Wageningen
----	----	--

Daarbij komt dat er elke zondagavond vanaf 10 uur Kronauten in de Geus zitten om te profiteren van de gereduceerde prijzen van het speciale flessenbier of om een beetje bij te kletsen.

Secretaria

Mensen die ondertussen nog geen pasfoto hebben ingeleverd zullen zo langzamerhand wel hebben gemerkt dat er is gestart met het werken aan het smoelenboek. Ik heb regelmatig gevraagd op trainingen om pasfoto's en krijg dan allerlei beloftes. Die overigens in veel gevallen wel worden waargemaakt hoor. Maar ja, de mensen die nog niets hebben ingeleverd moeten maar afwachten hoe ze er uit komen te zien.

Natuurlijk heb ik de afgelopen periode weer heel wat mensen en wijzigingen in mogen voeren in het ledenbestand. Daarnaast was er deze maand de campuskaartcontrole en dat brengt ook heel wat bellen en mensen achter de broek aan zitten met zich mee. Doordat er dit jaar zoveel nieuwe UT-studenten lid zijn geworden is het percentage met externe leden behoorlijk gedaald dus dat is geen probleem meer. Maar tot mijn verbazing bleken er ook een aantal UT-studenten nog geen unionpluskaart te hebben gekocht, de meesten hebben dat nog snel even gedaan. Wel jammer dat dit net rond de tentamens allemaal moest gebeuren, maar aan de andere kant blijf je dat soort dingen eigenlijk het hele jaar door houden.

Verder zijn er natuurlijk ook de vaste dingen als vergaderen wat erg gezellig en ook nog eens nuttig kan zijn. Als je wilt weten wat daar allemaal wordt besproken moet je volgend jaar zelf in het bestuur gaan, dan kun je het allemaal nalezen. Behalve natuurlijk de echte leuke en lachwekkende dingen die niet voor herhaling vatbaar zijn, die blijven lekker binnen het bestuur van nu.

Afgelopen week heb ik nog een potentiële trainer gesproken. Helaas was deze op de dinsdagavond al bezet. Maar hij zou voor ons gaan rondvragen bij andere mensen. Hopelijk horen we daar nog wat van. En nu ben ik bezig met het uitwerken van de secretaria en de adressenlijst. Ik ben benieuwd of de adressen deze keer ook weer op twee pagina's gaan passen.

Carrie vond dat mijn verplichte stukje voor de Kronometer wel erg saai was. Na enige toevoegingen daaraan nu niet meer of in ieder geval minder, maar nu moet ik natuurlijk ook nog wat aan de secretaria toevoegen. In bovenstaand stukje vertelt ze natuurlijk al aardig wat maar dat kan natuurlijk nog wat spannender gemaakt worden. Zo staat er bijvoorbeeld niks over de tijdsduur dat ze op de schoot van Sint verbleef en ook niet over haar angsten dat een bepaalde foto, genomen op datzelfde feest, op de voorkant van deze Kronometer zou verschijnen. Ook zou je nog een paar leuke quotes van Chantal in dit verhaal kunnen plakken, dat kan natuurlijk ook de volgende keer want dat past niet meer op deze bladzij.

(Erg grappig hoor Fredo)

Nieuwe leden:

Barbara Groot
Minakrusemanstraat 101
7513 HC Enschede
053-4306541
b.c.groot@student.utwente.nl
Recreant, sprintlijst

Jelmer van Schoonhoven
Calslaan 13-111
7522 MH Enschede
053-4895019
Jelmers19@hotmail.com
Wedstrijdlid, sprintlijst

Gijs Ypma
Campuslaan 71-211
7522 NK Enschede
053-4895107
Gijs@byte.nl
Recreant, sprintlijst

Dave Bekers
Industrie straat 192
7553 CW Hengelo
074-2438086
d.j.bekers@tue.nl
Laplijst

Roelof Wentzel
Matenweg 22-105
7522 LH Enschede
053-4895070
r.wentzel@student.utwente.nl
Recreant, laplijst

Martien Schaub
Op de wal 26
7511 NS Enschede
053-4368494
m.y.schaub@sms.utwente.nl
Wedstrijdlid, sprintlijst

Overige wijzigingen:

Heleen bij de Vaate
DWL

Miranda Kingma
053-4368303

Olaf van der Aar
DJL

Adreswijzigingen:

Maaïke Konter
Buitenweg 12 a
7545 SP Enschede
053-4331746

Nelleke van der Ploeg
per 16/12: WBW 395-111
7522 ZA Enschede
053- 4895155

Michiel Tijsseling
Aert van Nesstraat 5
4535 BJ Terneuzen
0115-441823

Xander Schoolen
Warande 163
3705 ZM Zeist
030-6950946

Ruben van Moppes
Laaresstraat 9
7514 ZA Enschede
053-4341518

Jurian Jansen
Rozenstraat 49
7514 ZM Enschede
053- 4336716

Opzeggingen:

Micha de Bruin
Marieke Hettinga
Karianne Rozing

En tenslotte nog de jarigen in januari allemaal van harte!!

Januari

	Naam	Leeftijd
6	Jochem Pater	28
16	Harold de Boer	34
16	Barbara Groot	19
25	Ingeborg Stokhof	28
26	Xander Schoolen	22

Groetjes Carrie

Hete roddels

van onze verslaggever Henk Raket

Lieve lezers en lezeressen. Dit keer weer een volle rubriek. Afgelopen maand was Henk helaas niet aan de Costa del Sol, zoals sommigen onder jullie misschien gedacht hebben, maar had hij het te druk met zichzelf. Het schoot er dus even bij in om ook nog eens over het liefdesleven van anderen te gaan beginnen. Gelukkig is Henk zijn geen bestuursfunctie en kan er dus ongestraft verzaakt worden. Sorry!

Hé Fluim, je kunt best wat schrijven over Marije en Arjen die al praktisch samenwonen, meelde één van Henk's trouwe correspondenten. En dat is natuurlijk ook zo. Sinds Marije haar nieuwe casa heeft betrokken is Eggie daar niet meer weg te slaan. Zorgzaam en knus leven ze daar samen. Zo zorgzaam zelfs dat Eggie zijn geliefde trainingen laat schieten om maar bij Marije te zijn. En is Marije ziek dan ziekt hij natuurlijk met haar mee. Afzeggen voor een wedstrijd is dan natuurlijk logisch, ook al is hij zelf eigenlijk niet ziek. Andersom geldt het natuurlijk ook. Eggie te druk met Stress, dan Marije niet mee naar Nijmegen. Het is een echte twee eenheid. Zie ze maar eens lekker samen zitten in de Geus.

Samen, domweg gelukkig in Lapperland.

Nog meer hoknieuws. Emiel en Carla hebben samen een huis gekocht in Glanerbrug. En dat kan natuurlijk maar op één ding duiden! Kleine Dijkstraatjes. Zijn ze Jan en Janine dan te snel af? Is Janine voor niets minder gaan werken? Het is natuurlijk duidelijk. Emiel die binnenkort werkloos raakt is natuurlijk de ideale huisman. Terwijl Carla hard doorwerkt kan hij de koters mooi opvoeden en en passant zijn promotie afronden. Dat wordt nog wat, een kinderwagen mee, tijdens de duurloop in het bos.

Dubieus zijn de verhalen rondom Arco. Een vrouwelijke correspondent bericht Henk het volgende: Arco heeft op de training van donderdag 7 december beweerd dat hij tegen betaling bepaalde diensten wilde leveren aan dames. Wat moet Henk hier wel weer niet van denken? Arco Barco, male Gigalo? Hoeveel dames heeft hij zijn diensten al aangeboden, of was het slechts aan die ene dame? Maar voor zover Henk weet is zij al voorzien. Wat is hier aan de hand?

Sinterklaas was onlangs ook weer te gast bij Kronos. Dit keer helaas geen verhelderende verhalen van de Groningse CDA-stemmer met vaste betrekking in de Uienwinkel en de andere Twentse Bourgondiër over elkaars liefdesleven. Wel was Sinterklaas duidelijk een beetje opgewonden. Het kunnen voelen aan al die leuke Kronos vrouwen werd hem duidelijk te veel. Hij werd er helemaal warm van. Zie hier zijn uitspraak: St. Klaas was tof... Ben ik de enige of zijn er meer die denken dat Kronos is gezegend met een compleet mooie vrouwen kader?

Verder was er een nieuwe dame bij de viering, die gaat promoveren bij TBK. Martien heet ze. Kun je daar promoveren dan? Reden genoeg voor het kleine mannetje met commando kapsel om een geïnteresseerd wat duidelijke vraagjes te stellen. Heeft hij zijn aandacht nu naar haar verlegd?

Een andere zaak die Henk bereikte: Ik hoorde dat Tom achter Marjo (home rabbit) aanzit, maar dat Marjo niet echt op Tom zit te wachten. Tom weet dat echter niet. Nou dat zal toch wel meevallen. Onlangs nog mocht de andere Twentse Bourgondiër haar nog bezoeken op een mooie zondag. Er schijnt zelfs sprake te zijn van een vervolg date. Of die doorgaat weet Henk niet. Wel was het zo dat Tom niet naar Nijmegen afreisde voor die trappenloop. Waarschijnlijk heeft de andere Twentse Bourgondiër wel door dat er op korte termijn geen kleine huiskonijntjes komen zullen.

Dichter bij huis speelt het volgende. Een potentiële relatie van uitersten ditmaal. Noorderling met zuiderling. Het valt op dat tijdens, voor en na de training Nelleke en Martijn (van de redactie, die limbo) errug klef zijn. Ze omhelzen elkaar enzo... en zitten achter elkaar aan. Echt verliefde tieners. Toch is ook dit prille geluk nog niet helemaal in kannen en kruiken. Zo dook Nelleke alleen, zonder Martijn, op bij de video marathon. Ook bracht ze een jongetje mee naar training. Er gaat het gerucht dat ze iets met een huisgenoot gaat aanknopen. Nanne zal dat vast niet zijn. Misschien de toekomstige huisgenoot die dat jongetje wel is? Vist Martijn hier achter het net?

Hier nog een heel vreemd gerucht: Fekkes schijnt ook ergens een projectje te hebben lopen. Hij heeft nog niet willen zeggen waar of hoe. Henk zal dit echter scherp in de gaten houden!

Ruben, de Mop, tenslotte is weer terug in Nederland! In het verre Australië kwam hij van alles tegen. Bijvoorbeeld een Zuid-Afrikaanse vriendinnetje! Blijkbaar zit dat heel erg diep. Binnenkort gaan ze samenwonen gezien zijn melding op de chatbox: Nou ja, ik ga toch emigreren over twee jaar :-)

Blijft dat nieuws volgen...

Voor hete roddels: henk_raket@hotmail.com

Alle informatie zal Henk vertrouwelijk behandelen!

Gezocht: Juryleden!

Beste kronauten,

Zoals de meeste van jullie wel weten, zijn er voor een baanatletiekwedstrijd al snel ongeveer 25 juryleden nodig. Dat is een groot aantal en daarom is het nodig dat er geput kan worden uit een grote groep mensen. Daarom komen er weer jurycursussen.

Cursus Jurylid algemeen (cursus 60)

Dit is een algemene jurycursus. Hierin leer je de basisregels van de atletieksport.

De cursus wordt gehouden op donderdagen in januari en februari in het FBK-stadion. De cursus begint om 20.00 uur, duurt 2 uur en is dus goed te combineren met de donderdagtrainingen. In totaal beslaat het 5 avonden, waarvan de laatste in de vorm van een theorie-examen. De cursus is trouwens zoals alle kosteloos en voor deze cursus is geen voorkennis vereist

Met deze cursus kun je jureren bij atletiekwedstrijden hier in de regio. Dat kan variëren van een veteranencompetitie, een CD-junioren-competitie tot de FBK-games. Nu is het natuurlijk niet de bedoeling dat je voor alleen een FBK-games een cursus gaat doen.

Ideaal voor de nieuwe leden onder ons!

Als men deze heeft afgerond, kan men meteen aansluitend de volgende de cursus doen:

Cursus Tijdwaarnemer (cursus 40)

Deze cursus bereidt juryleden voor op de functie van tijdwaarnemer tijdens atletiekwedstrijden. Deze cursus is 2 bijeenkomsten, met de laatste keer een praktijkbeoordeling. Tijd en locatie nog onbekend, maar zover mogelijk aansluitend op cursus 60. Voor deze cursus dient men cursus 60 reeds gedaan te hebben.

Naast mensen die in januari en februari de cursus 60 gaan doen, komen de volgende mensen ook in aanmerking hiervoor:

Stijn, Marcel, Miranda, Ruben van L, Ruben van M, Sjoerd, Reinier, Nanne, John, Matthieu, Arnout Salomé, Rink

Hopelijk voelen bovenstaande mensen zich aangesproken.

Geïnteresseerde voor deze cursussen kunnen ondergetekende mailen of aanschieten op een training.

Rink Hallmann

Nieuwjaarsparty

D.A.V. Kronos

Op 11 januari 2001
Organiseert de Galacommissie voor de tweede maal
een chique nieuwjaarsfeest
voor alle leden van D.A.V. Kronos

Geheel in Galastijl
Een heerlijk diner
En aansluitend een gezellige borrel

Lokatie: De Blauwe Kater
Oude markt 5
Enschede

Reserveer deze datum in je agenda
(nadere informatie volgt...)
Geef je nu alvast op bij de Galacommissie
Per mail, telefoon of mondeling

Brenda, Carrie, Marije & Miranda

ATB Toertochten in de buurt van Enschede

Datum	Naam	Soort tocht	Km	Plaats	Vertrekplaats	Tijd
-------	------	-------------	----	--------	---------------	------

November

Zo 19		VLD	55	Aalten	Tennispark 't Geurken, Haartsestraat 150	9:00-10:00
Zo 26	'Sur Place' Veldtoer	VLD	50	Oldenzaal	Clubgebouw OWC, Oude Almeloseweg 1	9:00-10:00

December

Zo 3	Buurseveentocht	VLD	30	Enschede-Zuid	Clubhuis Het Oosten, De Reuliver 116	9:00-10:00
Zo 10	De Ten Tusscher ATB-tocht	VLD	35	Lonneker	Café Sprakel, Dorpsplein	8:00-10:00
Zo 31	KS Siemerink Classic	VLD	45	Denekamp	Kantine SC Denekamp, Oldenzaalsestraat 54	9:00-10:00

Januari

Zo 7	Beemd en Berg	VLD	30	Holten	Sportthal 't Mossink, Keizersweg 22	9:00-10:30
Zo 7	Gildenhauserventocht	VLD	45	Overdinkel	Clubgeb. OSV en ASVO, Invalsweg Gem. Losser	9:00-10:00
Zo 14	Goossens-veldtocht	VLD	30	Borculo	'de Buitensingel', Oude Nettelhorsterweg 8	9:00-10:30

In the Spotlight:



Chantal van der Krogt

Naar aanleiding van haar recente aanstelling als WSuit, leek het ons mooi om deze serie te beginnen met een interview met Chantal. Deze goedlachse Tukkster zal wel veel te melden hebben, dachten wij.... Tjaa..

Hoe werd ze eigenlijk WSuit? Wij hebben ons laten vertellen dat ze gewoon geronseld is voor die functie door ene Carrie. Zo gebeurde het dat een meisje dat nooit in een commissie zou gaan toch ineens in het bestuur zit. Heeft ze verder nog wat te melden? We zullen het haar maar eens vragen.

Heb je nog iets zinnigs te melden?

Nu nog niet. Oei, eerste minpuntje.....

Hoe oud ben je en wanneer ben je jarig?

Ik ben twintig jaren oud, en ben jarig op 14 september. Ze deed er wel lang over om tot dit antwoord te komen...

Wij vragen ons af of ze nu eigenlijk al iets zinnigs te melden heeft...

Heb je nu al iets zinnigs te melden?

Nee, hihi, blijft deze vraag de hele tijd terugkomen? Waren we wel van plan, maar omdat er weinig schot in zit, besloten we hier maar vanaf te zien.

Wat voor studie doe je? En waarom niet?

Ik doe bouwkunde op de MTS, maar hierna ga ik misschien naar de HTS in Deventer om daar milieukunde te gaan doen. Ik blijf wel lid van Kronos, want ik ga niet weg bij mijn ouders. Ach, wat lief.....

Wat is de belangrijkste gebeurtenis in je leven?

Dat was ongetwijfeld mijn eerste training bij Kronos, al durfde ik die eerste keer nog niet met de lappers mee want ik dacht dat die te snel zouden gaan. Nu laat ze nota bene alle vrouwelijke lappers de hielen zien! Dat was ongeveer anderhalf jaar geleden, ik zat daarvoor bij AC TION, maar daar waren weinig leeftijdsgenoten die ook laptten. Bovendien kende ik Dani al, maar John kende ik nog niet.

Wat zijn de prestaties waar je het meest/minst trots op bent?

Ik ben er hardstikke trots op dat ik dit jaar de zeveheuvelenloop heb uitgelopen. Het ergst vond ik de steeple tijdens de NSK-teams, maar nu ben ik niet meer bang voor die balken en ga ik hem toch nog een keer lopen.

Wat wil je komend jaar presteren (de bekende PPP-tjes)?

Ik doe eigenlijk niet aan PPP-tjes, na lang op haar inpraten kunnen we haar toch verleiden tot een uitspraak, ik wil wel komend jaar onder de minuut lopen op de vierhonderd meter. Ik wil ook nog een keer een halve marathon lopen.

Weet jij trouwens wel waar dat voor staat (onze suggestie staat in de vorige kronometer)??

Uhm dat weet ik niet, *wij houden het dus maar op Pieters Persoonlijke Prestatiemeter*

Kun je koken?

Ja, *dat kan ze*

Wat is je lievelingsgerecht (om te maken)?

Voor Fredo: safaritaart (wat was dat ook al weer vragen wij ons nu af). Lasagne vind ik lekker om te eten en als het uit een pak met een duidelijke bereidingswijze erop komt, vind ik het ook leuk om te maken.

Heb je een vriend? (ja)

Dit wisten wij al, maar de grote vraag was hoe heet hij? Elco

Waarom woon je nog thuis en niet bij je vriend?

Het is gemakkelijk, gezellig en het is thuis altijd schoon. Kortom ze is gewoon een beetje lui. Tssss, jullie voelen je ook al heel wat terwijl jullie nog geen half jaar op kamers wonen!!!

Met welke Kronaut zou je vast willen zitten in een lift? En met welke niet?

Met Fredo wil ik wel in de lift, maar met John absoluut niet. Hoe zou dit nou toch komen en wat is haar band met Fredo? Hebben wij weer eens iets gemist of zo?

Welke Kronaut vind je het lekkerst?

Ik heb nog nooit een Kronaut gegeten. Ook niet geproefd?

Wat vind je echt gaaf (binnen Kronos)?

Ik vind het leuk dat er veel activiteiten zijn, de FeeCie doet het goed!! Haha

Waar heb je een hekel aan (binnen Kronos)?

Sommige mensen zijn (te) erg nieuwsgierig, er wordt te veel geroddeld. Henk Raket hoeft van haar dus niet ...

Waarom parkeren vrouwelijke Kronos Krogtjes volvo's achterop andere auto's? (Chantal heeft na de mixed competitie in Arnhem bij het wegrijden van de parkeerplaats een andere auto geraakt en Karen, haar oudste zus, is achterop een rij auto's bij het stoplicht gereden...)

John kan zelf niet rijden!!!!

Waarom rijd je 70 als je 80 mag, en 70 als je maar 50 mag terwijl je geflitst wordt (ja onze bronnen hebben je gestalkt!) ?

Werd ik dan geflitst?

Wat zijn je (schoen)maten?

Schoenmaat 40, voor de rest: VOLGENDE VRAAG!!!!!!

Waarom lach je tijdens je wedstrijden?

Dat was niet op een echte wedstrijd. Hey die clubkampioenschappen zijn toch de belangrijkste wedstrijd voor Kronos, of hebben wij dat verkeerd begrepen?

Neem je je wedstrijden wel serieus?

Op afstanden onder de 400 mtr ben ik wel altijd serieus, maar als het langer wordt ga ik nog wel eens lachen. *En jij had aspiraties op de halve marathon?*

Wat voor kleren hadden je barbies (of kens) aan (ofzo)?

Ik speelde altijd met Lego®, daar maakte ik het liefste huisjes mee. *Vandaar nu de studie bouwkunde?*

Wat is je leukste boek/film/TV serie

- Ik lees niet *of kan ze dat niet?*
- The Sixth Sense
- Friends, Friends, Friends !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Oh jeetje Dani heeft nog steeds mijn videoband, *wil je die teruggeven Dani (doen wij ook nog eens wat nuttigs..)*
- Sportprogramma is Studio Sport

Hoe vind jij jezelf het mooist?

Met los haar, blouse en een stretchbroek.

Wat wil je iedereen binnen Kronos toewensen?

Een gelukkig kerstfeest. *Wij wensen jullie ook nog een happy nieuw jaar!*

Wie moet er nu geïnterviewd worden?

Ja, uhm..... John natuurlijk!!!

Op speciaal verzoek:**Halve liter test, met bier wel te verstaan (iets sterkers mag ook).**

Aangezien we dit interview in de oh zo gezellige mensa afnamen, hebben we besloten om de halve liter test met water af te nemen (eigenlijk smeekte ze ons). Ondanks dit voordeel kwam ze toch al tot een toptijd van 1.02 minuten. John dat moet jij toch wel kunnen verbeteren of niet dan?

Natuurlijk is er ook nu weer de mogelijkheid om jullie eigen vragen in te zenden. Wij zullen ze John stellen zonder dat hij ooit zal weten wie dat wilde weten. Chantal heeft al toegezegd een lijstje te zullen inleveren, maar we verwachten meer!!!!!!!!!! Zoals jullie weten, het kan niet wild, lomp, intiem, raar of serieus genoeg. Kom maar op, wij zijn er voor jullie! Meel ons!!

Uw lopende reporters, Martijn en Pieter

Cocktail Tequila Sinderen on the Rocks

Aangezien je je af en toe helemaal het leplazurus loopt en feest, duurt het in die gevallen wat langer om hierover verslag uit te brengen aan je mede-Kronautjes.... De 21^e Pheidippidesloop op zaterdag 28 oktober te Utrecht, was weer zo'n evenement..... een marathon met zijn 7en..... het kostte al wat moeite om een KRONOS team samen te stellen..... daarom is er overgegaan tot inter"studentenatletiekverenigingale" samenwerking tussen KRONOS en 't Haasje. Met een team bestaande uit Demian, Ruubje, Patje, Marjolijn, Pim, Lorraine (ja: deed Lorraine mee en Marcel niet, hoe kan dat nou ?) en ikke maakten we natuurlijk goede kans om hoog te eindigen, maar het ging natuurlijk om de gezelligheid..... Zo werd ook de teamnaam bedacht: tijdens mijn verjaardagsfeestje, na het Tequila slammen met Marjolijn: Cocktail Tequila Sinderen on The Rocks (enige uitleg is hier op zijn plaats: **Cocktail** van 2 SAV's ;

Tequila: Marjo en Ard slammen Tequila ;

Sinderen: plaatsje halverwege route Batavierenrace, dus verwijzing naar Pim, Marjo en ikke, bovendien wilde Demian richting zijn gemiddelde snelheid op de Bata lopen ;

on the Rocks: Lorraine en Ruubje van De Keien en John die net uit de bergen kwam.

Uiteraard is de volgende vraag hoe je gekleed gaat, OK, daar bel je de vrijdagavond van tevoren Marjo over op en sluit de weddenschap dat er gelopen wordt in het outfit van degene die het meest hesjes van zijn vereniging naar Utrecht meeneemt: resultaat: Hazen in KRONOShesjes (o.a. Lorraine in die van Marcel!).

Maargoed, aangekomen in Utrecht bleek de concurrentie vrij sterk, met nationale toppers als Carina van Dorp, Casper Vroemen, Koen Raymakers en Marco Glastra. Natuurlijk begonnen wij met goede moet, met Patje op de eerste etappe (ditmaal helaas geen herhaling van zijn flitsende HPR-start)....Patje liep een mooie sprinterstijd, en onze Deem nam het stokje over, gevolgd door het Nijmegenblok en na ikke, sloot Ruubje onze marathon prachtig af, in een zware strijd tegen Casper Vroemen, die hem net 2 minuten voorbleef.....

Hier natuurlijk de uitslag van ons team:

etappe	Naam	klassering	tijd (min)	km/u	tijd per km
1	Arjan Pathmamanoharan	32	30:47	13.644	4:23
2	Demian Pot	15	27:30	15.237	3:55
3	Lorraine van Summeren	6	14:32	14.862	4:02
4	Pim Quist	8	25:36	16.406	3:39
5	Marjolijn Jongmans	9	15:27	13.981	4:17
6	Ard Vlooswijk	8	25:48	16.279	3:41
7	Ruben van Leeuwen	8	24:37	17.062	3:31

Dit alles resulteerde in een 9^{de} plaats in het algemeen klassement. Reden te meer dus om volgend jaar met een echte sterke KRONOS-delegatie te komen

Na afloop van al het geloop gingen we dan naar Patje om te douchen en ons klaar te maken voor het stappen..... Maar eerst moest Lorraine natuurlijk even de door Patje ontworpen en door de moeder van Ivo gemaakte nieuwe Phoenixwedstrijdtenues passen. Prachtig: en Lorraine komt op de ALV van Phoenix de pakjes showen om een keus te maken voor het nieuwe tenue (is KRONOS binnenkort ook niet toe aan een nieuw wedstrijdtenue ?).

Na een hapje in de stad, een toetje, 3 koppen thee en 4 Jan Hagels is het dan toch tijd voor waar het allemaal om draait: de tequila, slammen ! Wederom bleek dat je moet slammen aan het eind van een avondje stappen..... Maar goed, we gingen op pad, op stap met ons team, vriendjes van Patje en mijn zus....

Naar aanleiding daarvan wil ik natuurlijk ook nog even kwijt dat ik in afgelopen Kronometer de rubriek van Henk Raket nogal miste, daarom bij deze maar enige avonturen van deze stapavond deel 2489 bij Patje in Utrecht: Onze Ruubje heeft drugsvriendinnetjes..... bepaalde Utrechtse vrouwen schijnen drugsgebruikers nogal aantrekkelijk te vinden, en Ruubje is duidelijk een gebruiker. Op de dansvloer kwam dit duidelijk naar voren, Ruubje danste aan 1 stuk door en verleidde daarmee een Utrechts damestrio..... vet aan de pillen !!!!! Enige oefening is echter nog op zijn plaats, want stoned kwam Ruubje helaas niet verder dan een simpel gesprekje....

Natuurlijk ging onze John niet alleen mee voor de mental support..... Nee, die jongen wilde na een weekje met alleen maar mannen in de bergen weer eens wat vrouwen ontmoeten en daar is Utrecht uitermate geschikt voor..... John maakte vooral gebruik van reeds bestaande contacten van mij..... Na een scoorpoging bij mijn zus (John, mijn zus is wijzer dan ik ben.....), heb ik geprobeerd John voldoende informatie te verschaffen over een meisje uit het dorp van mijn ouders, zodat hij daar kon scoren (ik woon toch liever bij John in het dorp dan dat hij mijn zwager is....). Helaas, John kon wel een gesprekje beginnen, maar mijn informatie was te beknopt om dit door te zetten.....Maar John: niet getreurd, ze zit elke vrijdagavond in mijn stamkroeg, dus binnenkort komt die grote KRONOS Montfoort-stapavond !

Enfin, we hadden die avond wel een uurtje extra om te slapen, maar toch komt aan elke stapavond een einde.... Zo ook aan deze: gezellig met zijn allen bij Patje in de kamer slapen.....

Om vervolgens zondagmorgen wakker te worden en te kunnen genieten van een volledig verzorgd "Patmamanoharan special continental breakfast", smullen! Bij deze wil ik Patje nogmaals bedanken voor de gastvrijheid en het heerlijke ontbijt, John voor de mental support en alle teamgenoten voor het leuke weekend. En het lijkt me duidelijk: bij de 22^e Pheidippidesloop in 2001 verschijnt KRONOS met minimaal 3 teams aan de start in Utrecht ! Met aansluitend stapavond bij Patje !

Groet,
Teamcaptain Cocktail Tequila Sinderen on the Rocks,
a.k.a. Ard

ASA in Griekenland

Hallo Kronauten

ASA hier, hij gaat even laten horen hoe het in Griekenland bevalt, als het goed is.

Te beginnen met een enorm verschil met de Nederlandse maatschappij: De registratie in Griekenland is een beroep op zich. Het is echt ongelooflijk. Eerst moet je uren in de rij staan om de coordinator te spreken, die je vervolgens een stuk of vijf formulieren meegeeft, die je overal heen moet gaan brengen, om vervolgens andere formulieren te krijgen die weer naar andere plaatsen gebracht moeten worden. Je krijgt een beetje het PTT gevoel, maar dan telkens met enorme wachttijden. Dit was dus waar ik de eerste week vooral mee bezig was naast de twee weken durende Grieks cursus, die toen begon.

De colleges psychologie zijn in het Grieks, maar na de introductie cursus van twee weken, en natuurlijk ook de nodige zelfstudie, kan ik inmiddels ongeveer de helft opvangen van wat mij verteld wordt. Hiervoor moet ik wel helemaal voor in de collegezaal gaan zitten, wat wel weer jammer is, want het is ongeveer 90 procent meisjes. Ik heb ook besloten om een cursus van de taal te volgen die elke week 10 uur in beslag neemt. Verder zit ik in een heel gezellige flat met allemaal buitenlanders uit heel Europa. Omdat we niet echt heel erg midden in het centrum zitten: het is zo'n 40 minuten lopen naar de universiteit, heb ik na een week maar een fiets aangeschaft, zo'n mountainbike.

Nu kan je daar echt ontzettend goed de omgeving mee verkennen. Ik heb al menig tripje gemaakt, niet alleen de stad verkent (fietsen in Thessaloniki is nogal wat anders dan fietsen in Enschede), maar ook buiten de stad. De stad ligt aan zee, maar zodra ja van de zee af beweegt ga je omhoog. De stad is namelijk omringd door heuvels en bergen.

Schitterende uitzichten over Thessaloniki. Het is ook erg leuk om buiten de stad de kleine zandweggetjes te verkennen. Vanaf de flat waar we wonen kun je een aantal bergen zien liggen en inmiddels ben ik op de top van allemaal geweest. Er is een heuvel van 800 meter, een van 1200 meter, die je helaas niet helemaal op kan, vanwege een militair iets op de top, en een heuvel van 726 meter. Deze ligt wat verder weg, maar ik heb uitgevonden dat het zandweggetje wel helemaal naar de top leidt en je hebt vanaf daar echt een schitterend uitzicht. Niet alleen kun je in de verte Thessaloniki zien liggen, maar de andere kant op ligt een hele mooie bergketen, die ook zeker de moeite van het verkennen waard is, het probleem is dan dat je om daar te komen eerst 25 kilometer over de weg moet fietsen, maar die tijd zal zeker komen.

De weekenden zijn over het algemeen om de omgeving te verkennen. In het begin zijn we (een jongen uit Engeland en twee meisjes uit Litouwen en ik) naar een schiereiland gegaan. Schitterend palmstrandje bezocht en de volgende dag een kustdorpje. Echt heel gaaf dat dat allemaal zomaar in een weekend mogelijk is.

's Avonds is het vaak erg gezellig in de keuken, omdat er ongeveer 80 mensen in onze flat wonen, dus er is altijd wel iemand. Een tweepersoonskamer is wel een beetje jammer van de privacy, maar ja, daar kunnen we allemaal niks aan doen.

Door de week heb ik dus een cursus nieuw grieks, twee dagen per week, en die is behoorlijk intensief. Alle anderen in de cursus spreken behoorlijk vloeiend grieks, dus ik ben ongeveer de slechtste, maar dat geeft niet, want daardoor leer je het wel het best. En ik kan me inmiddels wel aardig verstaanbaar maken, dus dat komt allemaal wel goed. Ik leer het wel.

Toen we een keer op een dinsdag een partijtje voetballen ging ik enorm door mijn enkel. Behoorlijk klote dus, maar goed, niks aan te doen. Het leek me beter om toch even naar een dokter te gaan en na drie uur wachten was ik dan eindelijk aan de beurt en begonnen ze na een x-ray meteen gips om de enkel (tot aan de knie) aan te brengen met de mededeling: dat moet er drie weken op blijven en na tien dagen mag je proberen er een beetje op te lopen. Whatever! Gelukkig is mammie huisarts, dus ik bellen en inderdaad was het wel verantwoord het gips na een dag of drie te verwijderen. Wel had ik krukken aangeschaft (letterlijk, want in Griekenland is het niet mogelijk krukken te lenen, die koop je!) en dat hielp heel goed.

Tien dagen later hadden we met z'n vieren een auto gehuurd en zijn we naar Kavala (160 kilometer ten oosten van Thessaloniki) gereden, een heel leuk stadje en daar vlak in de buurt ligt een schitterende ruïne. De volgende dag gingen we naar het eiland Thassos. Ondanks dat het verhaal met de enkel dus nog niet zo lang geleden was, weerhield het me er niet van de Akropolis (150 meter) van Thassos town te beklimmen (terwijl ik volgens de Griekse geneesheren dus nog met poot in het gips omhoog moest zitten...). Het eiland was heel mooi en het is niet te geloven dat je dat gewoon even in een weekendje doet. We hebben op 14 oktober zelfs nog in zee gezwommen, omdat het zulk lekker weer was!

Af en toe gaan we ook naar een voetbalwedstrijd, zoals een paar weken geleden naar Iraklis - Kaiserslautern, UEFA Cup, helaas verloren ze met 1-3, maar het was leuk om eens mee te maken. Ook zijn we naar PAOK - Udinese gegaan (3-0) en binnenkort gaan we naar PAOK - PSV!!!

Vier weken na het avontuur met de enkel was het laatste weekend dat de berghut op de Olympos (hoogste berg van Griekenland 2917 meter) open was, en dus onze laatste mogelijkheid die te beklimmen. Met een meisje uit Litouwen begon ik dus maar aan de tocht en voor de zekerheid had ik een kruk meegenomen en de enkel zwaar ingetaped. Het ging allemaal prima en in twee dagen hebben we de top bereikt en zijn we weer beneden gekomen. Vooral het laatste deel is goed vasthoudend over de rotsen klimmen. Ik kende het want ik had het twee jaar geleden ook al eens gedaan. Schitterende uitzichten en we hadden enorm veel mazzel met het weer, want ja het was toch het laatste weekend van oktober, dus dat is niet per definitie goed weer, zelfs niet in Griekenland.

Over het algemeen zijn de weekenden dus heel interessant hier. Zo ben ik begin november een lang weekend naar Samothraki geweest, een spectaculair Grieks eiland met een schitterende natuur en vooral in deze tijd van het jaar natuurlijk toeristloos.

Ik heb met vier andere jongens het schiereiland Athos bezocht. Een Grieks orthodox schiereiland met 20 enorme kloosters waar nog monniken wonen. Vrouwen zijn niet toegestaan op het schiereiland. Heel interessant was dit uitstapje. Je slaapt in de kloosters en je eet met de monniken in een grote eetzaal in totale stilte. Ze gebruiken Byzantijnse tijd, wat betekent dat het twaalf uur 's nachts is als de zon onder gaat... Om deze reden ga je dus rond een uur of zes 's avonds naar bed en om twee uur 's nachts is er dan een ochtendkerkdienst van zo'n vier uur. Wij (niet orthodox) waren in de meeste kloosters niet toegestaan in de kerk tijdens deze diensten.

De natuur is ook heel bijzonder op de schiereiland, bijzonder grillig en Mount Athos, een 2030 meter hoge berg rijst op uit zee, spectaculair om te zien.

Met de Nederlands-Griekse vereniging hier in Thessaloniki heb ik Sinterklaas gevierd. Voor het eerst van mijn leven voor Zwarte Piet gespeeld, tja, dat is ook een hele ervaring.

Zo zie je maar,

ASA vermaakt zich wel in het Griekse land. Ik wens iedereen de groeten en ik zie iedereen in maart als ik weer terug ben.

ASA (Arnout Salome voor de nieuwe leden).

Stappen en zo in Eindhoven

Zomaar een zaterdag in december. De dag om te gaan stappen in bruisend Eindhoven. Je bent Kronaut, single en je wilt wat. Shoppen bijvoorbeeld. Onze gastheer, Jeroen, had daar geen trek in. Ruubje, Bakmeel en John natuurlijk wel. Nu was Ruubje weer zijn tandenborstel vergeten... Spijkerbroeken, stropdassen, overhemden, sokken. Van alles gezien en gekocht. Verder een zwarte lijst gemaakt. O.a. de V&D moet je niet bezoeken op de zaterdag voor Sinterklaas. Maak je een opmerking over kwantiteit en kwaliteit begint zomaar een Belg, die ook in de rij van de kassa staat, mee te lullen. Yek. De snelste weg bij de Mac is trouwens die via het buiten gelegen expres loket...

In de Bijenkorf hebben we ons, nadat Tom ook was gearriveerd, vergaapt aan de Lego, Playmobil en ander spul waar we vroeger zelf ook mee speelden. De nieuwste Lego Techniek auto doos moest fl. 349,- opbrengen in de aanbieding. Belachelijk! Vroeger was alles toch echt beter en eens te meer werd duidelijk dat zelf kinderen kweken en houden geen optie is.

Vijf uur, op naar Looijen. De bus kwam nog best wel dicht in de buurt. Chineesje gehaald, Jeroen's CDs bewondert, tandjes gepoetst en toen op naar de stad.

Eerste halte. Altstätte. Alto-tent, favoriet bij Looijen en bij John nog bekend van een avond stappen bij Asterix. Erg extreme muziek dit maal, niet allemaal even goed zeg maar. Grappig is dat als je een kudde alto's bij elkaar zet je behoorlijke eenheidsworst krijgt. Kleding: zwart. Dezelfde kisten, vrouwtjes met allemaal dezelfde topjes, erg voorspelbare piercings en die tribal tatoos waren ook niet echt origineel. Het rookte ook nog allemaal, jammer is dat. Wat nou alternatief. Het alternatiefst was nog ons vijftal. Met gaatjesschoenen, business shirts, effen, ruitje, streepje, polootje voor Tom en kakikleurige outfit voor Jeroen vielen we behoorlijk uit de toon.

Op naar de grote TMF attractie; de Danssalon! 12, 50 entrée, betalen voor èn jas èn trui ophangen. Je bent binnen en dan heb je nog niets. Meteen waren we Bakmeel kwijt. Al snel werd die gespot tussen alleen maar vrouwen op het podium. Helaas had hij zijn pedopas niet bij, dus echt opschieten deed dat niet. Toen we allemaal daar wel gestaan hadden zijn we de boel boven maar eens gaan verkennen. Beneden begon intussen een showtje dat we zo mooi konden volgen. Sigaartje erbij.

Een buikdanseressachtig dame liep over glas. Vervolgens ging ze er nog eens in liggen. Toen werd het spannend. Een dikke slang kwam uit een kist en daar ging ze mee spelen. Intussen naast ons hadden twee “dames” alweer tien Flügel naar binnen getankt. Troela 1 tegen Bakmeel. Kun je een andere kant opblazen? Ik word helemaal onpasselijk van die lucht. Overbodig te vermelden dat de troela's zelf van die ranzige peuken stonden te roken. Niet geremd door enige voorkennis probeerde Ruubje, met een bruine unit in de hand, bij troela 2, het kleintje, aan te pappen, ook dat mocht niet baten.

Tijd om af te taaien naar die andere disco. Thomas heet het. Prachtig pand met een heel hoog plafond. Lekker gedanst, nog geprobeerd een ander miepje uit te leggen dat haar Marlboro light meer meurt dan mijn sigaar. In al zijn goedheid liet Sander nog een meisje ook op de eerste rij van het podium dansen. Dat had ie beter niet kunnen doen. Zo in de spotlight werd ze helemaal gek. Rondmaaiende armen konden nog net ontweken worden.

In Enschede heb je de Muur. In Eindhoven de warme bakker. Paar guldens erin, lekkere krentenbollen eruit.

's Ochtends redelijk op tijd eruit. Terwijl Looijen zijn oude MTB aan Ruubje poogde te verpatsen was het tijd om Jiskefet te kijken. Twee uur lang Lullo pret. Eén van ons heeft dat niet meegemaakt omdat hij elders nog een afspraak had. Blijkbaar hebben we afgesproken niet te vertellen wie en met wie dat was en waar, dus dat doe ik dan ook maar niet.

In de bus pasten we nog net. Koopzondag, zucht... Trein te laat, zucht... Aansluiting in Utrecht gemist... Bakmeel was daar al thuis, een tijdje later waren Ruubje en ik dat ook.

Moeten we vaker doen.

John B.

'Seks verkleint kans op hart- en vaatziekten'

SYDNEY (RTR) - Mannen kunnen de kans op een hartaanval of beroerte halveren door ten minste drie keer per week seks te hebben. Dat verklaarde een cardioloog dinsdag tijdens een congres over hart- en vaatziekten in Australië.

Uit Brits onderzoek bleek dat seks een goede vorm van lichaamsbeweging is, die de kans op hart- en vaatziekten vermindert. Britse cardiologen deden tien jaar lang onderzoek onder 2400 mannen naar de relatie tussen lichaamsbeweging en deze aandoeningen.

"Uit de resultaten van het onderzoek kunnen we concluderen, dat zelfs een milde vorm van lichamelijke inspanning een positief effect heeft", aldus de specialist. Uit het onderzoek bleek dat bij mannen die drie of meer orgasmes per week hadden, de kans op hart- en vaatziekten was gehalveerd.

De arts zegt zich aan te sluiten bij wat de meeste mannen altijd al 'wisten'. "Mannen rekenen seks tot een vorm van lichaamsbeweging die te vergelijken is met hardlopen of een potje squash." Tijdens het congres buigen de wetenschappers zich over uiteenlopende mogelijke oorzaken van hartziekten, zoals overspel en snurken.

(advertentie)

5 mensen (2v/ 3m) zoeken 5 andere mensen (m/v) die zelfstandig een jaar lang de oudste, gezelligste en beste studenten atletiek vereniging van gans Nederland willen gaan besturen. Bestuurservaring is niet noodzakelijk, doch enige frisse moed en zin kan zeker van pas komen. Meld je snel aan bij een van de huidige bestuursleden, want de voorbereiding is lang. Tevens kunnen zij je alles vertellen over de ervaringen van het afgelopen jaar, zij zijn degenen die weten hoe het zit en zij kunnen de vragen beantwoorden waar jij zo graag antwoord op wilt hebben. Pak dus nu de telefoon, ren naar je computer of benader iemand live.

NS[&]exK^{Cross} Wageningen 2001

zaterdag 10 februari



Nog maar een paar maanden en dan is het zover: het NS&exK-cross in Wageningen. Liefhebbers van blubber, afzien en het betere ragwerk kunnen hun hart alvast ophalen. De kosten bedragen fl 10,- en dat is inclusief een herinnering. Na afloop kan er, mits je je **voor 1 februari** daarvoor opgeeft, gegeten worden op USB De Bongerd.

En niet alleen **studenten** maar ook **ex-studenten**. Jong-, Oud- en Héél Oud-afgestudeerden zijn van harte welkom om in dezelfde wedstrijd als het nog wel studerende volk hun onderlinge krachten te meten op de onderstaande afstanden:

Voor informatie en inschrijvingen*:



<http://run.to/nskcross>

Categorie	Afstand (m)	Aanvang (uur)
Dames korte cross	2670	13:30
Heren korte cross	2670	13:50
Dames lange cross	5800	14:10
Heren lange cross	8290	14:50

* Inschrijven via internet kan to 1 februari; nainschrijven op de dag zelf is mogelijk

Wat spookt de WS-uit?

Of eigenlijk wat spoken de Kronauten uit?

Als eerste wil ik de 7 heuvelenloop vermelden (natuurlijk omdat ik hier zelf ook aan meegedaan heb). De treinreis was erg gezellig. De trein was overvol met hardlopers, maar gelukkig zaten we in een dubbeldekker (die hebben tenminste trappen waar je heel lekker op kan zitten).

Ruim op tijd kwamen we in Nijmegen aan, maar toch kregen Marije en ik het voor elkaar om op het moment van het startschot op de wc te “zitten” of hangen is beter gezegd.

Toen moesten we 15 km lopen, maar daar wil ik niet te veel over vertellen, iedereen weet wel hoe dat aanvoelt (zo niet dan moet je de volgende keer maar meegaan).

Kom ik over de finish zie ik Arjen, die stond al netjes op Marije te wachten. Wij wachten en wachten maar Marije kwam maar niet. Het regende een beetje en we kregen het wel heel koud, maar nog steeds geen Marije, zou ze met de bezemwagen komen??????

Dus wij op de bezemwagen wachten, maar nee geen Marije. Mmmmm, dan maar naar onze spullen en wie zien we daar..... Marije al omgekleed en al (grrrr). Kortom dat was een gezellig dagje.

Behalve de 7 heuvelenloop zijn er ook andere wedstrijden geweest.

7 Okt (ja dat is al een tijdje geleden) deed Brenda mee aan een werpwedstrijd in Groningen, ze behaalde daar 2 clubrecords en dit is toch wel het vermelden waard.

Dan was er ook nog de estafettecross van 't haasje op 11 november, 1 Kronos team deed mee (wel een beetje weinig als we het vergelijken met vorig jaar), ze werden 3^e.

En natuurlijk zijn er dan nog de gewone crossen, ook heel leuk om een keer aan mee te doen, vooral als John en Demian speciaal komen om aan te moedigen. John had blijkbaar veel gehad aan het stukje AAN-of ONTmoedigen, want er werd goed gelopen.

Agenda:

December

31 DL Sylvestercross te Soest
Voorinschr. t/m 15 dec.

Januari

7 Nieuwjaarscross te Eibergen
Voorinschr. t/m 7jan.

14 Diesloop te Enschede
Voorinschr. t/m 8 jan.

20 NSK indoor te Zuidbroek
Voorinschr. t/m 15 dec.

21 DL Sprintcross te Breda
Voorinschr. t/m 11jan.

Februari

4 Dortmund indoor

4 DL profile cross te Uden
Voorinschr t/m 28 jan.

10 NSK veldloop te Wageningen

Uitslagen:

Werpwedstrijd in Groningen - 07-10-'00

Kogelstoten vrouwen sen.
Brenda Pouw 11.04

Discuswerpen vrouwen sen.
Brenda Pouw 36.05 **clubrecord!!!**

Kogelslingeren vrouwen sen.
Brenda Pouw 22.16 **clubrecord!!!**

41^e warandeloop Tilburg - 26-11-'00

7200 meter mannen Neo.
13^e Ruben van Leeuwen 26:24

5800 meter Jongens A jun.
34^e Matthieu Spekkers 21:46

2600 meter Mannen KC
36^e Pieter van Langen 8:10

17^e Marathon in Eindhoven - 23-10-'00

Halve Marathon
(200) Jeroen Looijen 1:25:52

28^e Pingelloop Haaksbergen - 05-11-'00

10.000 meter mannen.
1^e Marcel Fekkes 39:16

Herikerbergloop Markelo - 27-11-'00

10.000 meter mannen sen.
8^e Marcel Fekkes 0:35:34

5.000 meter vrouwen sen.
1^e Chantal van der Krogt 0:22:14
2^e Carrie Schriemer 0:26:59

2^e estafettecross 't Haasje - 11-11-'00

Uitslag teams
3^e Kronos 1 56:35:00

7 heuvelenloop Nijmegen - 19-11-'00

Mannen sen.
250^e Arjen Eggink 0:57:25
280^e Jeroen Looijen 0:58:07
286^e Ard Vlooswijk 0:58:12
290^e Arjan van der Bijl 0:58:18
303^e Emiel Dijkstra 0:58:33

Vrouwen sen.
74^e Carla Verwijs 1:09:34
102^e Heleen bij de Vaate 1:11:41
248^e Chantal van der Krogt 1:17:31
408^e Marije engels 1:22:06