BLIKSEM

Verenigingsorgaan N.S.A.F. ZeuS

Jaargang 14, nr. 2, april 2014

Deze keer in de Bliksem:

Inhoud

Deze keer in de Bliksem: 2
Van de redactie 3
De voorzitter aan het woord 4
Verslag – Futurumshop.nl NSK Indoor 5
Verslag NSK Cross, Los in het Bos! – Door Marriël Schelhaas 8
Verslag Buitenlandreis naar Keulen – door Joris Beintema 10
Verslag Lustrumreis van Asterix – door Michael Beuwer 13
De Roddels: Wist je dat… 15
Aankondiging – Futurumshop.nl NSK Baan 17
Aankondiging – NSK Meerkamp 18
Aankondiging NSK Teams 19
Buitenlandreis #2 Europacup voor Landteams in Braunschweig 20
Aankondiging mini ALV 21
Het laatste woord 22
Agenda 24
Contact SAV's 25
Contact ZeuS-bestuur 26

Van de redactie

Hallo allemaal,

De eerste wedstrijden van het baanseizoen zijn alweer geweest en door het mooie weer voelt het als echt lente en prachtig trainingsweer! De voorbereidingen voor de zomer NSK's zijn dan ook in volle gang, meer informatie is te lezen in de NSK Baan en Meerkamp aankondigingen.

In deze Bliksem gaat de temperatuur van de verslagen van hoog naar laag. In het verslag van de Lustrumreis van Asterix nemen de Galliërs je mee naar de zon van Monte Gordo terwijl er tijdens het NSK Cross nog sprake was van sneeuw.

Om de temperatuur nog wat op de schroeven zitten er ook weer hete roddels in deze editie van de Bliksem. Om weer een beetje af te koelen kun je in het verslag van de Buitenlandreis lezen over wat de coole Keulse biertjes met de Groningers heeft gedaan. Vergeet ook niet de aankondiging voor de 2e buitenlandreis te lezen en je op te geven!

Veel leesplezier!

Met sportieve groet,

Evelien

*PS: De deadline voor de volgende Bliksem is **1 juli.** Verslagen, aankondigingen, roddels en andere stukjes kunnen opgestuurd worden naar: secretaris@studentenatletiek.nl .*

Nederlandse Studenten Atletiek Federatie
ZeuS
Bliksem 4-2014

De voorzitter aan het woord

Lieve SAV-leden,

Zo halverwege het jaar wordt het dan toch eens tijd om de balans op te maken. Zo ligt Oekraïne al weer een tijdje in puin, en lijkt het er niet snel beter op te worden, heeft Yolanthe Sneijder-Cabau een reality serie, stopt Pauw en Witteman en gaat Maurice de Hond gewoon lekker door met belangrijke meningen peilen. Natuurlijk ook niet te missen was het schaatsgeweld in Sotsji, en volgens mij hebben Nederlanders hier iets speciaals mee. Niet alleen met het binnen halen van vrijwel alle medailles, maar ook als supporter waren we in grote getalen aanwezig in ofwel de Adler arena zelf of gewoon voor de tv in Niderlandy. De vele studenten atleten hebben nog net iets meer met schaatsen, we lijken toch een beetje op elkaar als sporter, behalve dan als het Olympisch stadion wordt ingenomen. Gelukkig stond ook het studenten atletiek wereldje niet stil.

Heel wat NSK's zijn weer de revue gepasseerd. Of het nu echt heel erg koud was bij het NSK Cross in Groningen weten we nog steeds niet zeker. Sneeuw en modder maakt een wedstrijd in ieder geval altijd lastig. Gelukkig was er ook nog het NSK Trappenloop waar menig atleet gewoon in zijn korte broek naar boven kon stuiteren, om uiteindelijk met een lekker droog hoestje de kroeg in te verdwijnen. De kwaliteit van atletiek werd bij het NSK Indoor naar een hoger niveau getild, niet alleen de atleten hebben sport van hoge kwaliteit en genot geleverd, ook de wedstrijd zelf was erg goed georganiseerd. Dit keer met een goed gevulde maag kon iedereen nog meer genieten van een lange prijsuitreiking, en van een nog langer zwoel feestje. Het weekendje weg naar Köln was ondanks de ietwat lagere opkomst ook zeker een succes, het bleek maar weer eens dat een stukje hardlopen toch echt alleen bijzaak is voor een student als er goed Duits bier bij komt kijken.

Niet veel langer daarna werd er in Nijmegen goed vergaderd over de toekomst van ZeuS bij de halfjaarlijkse ALV. We waren heel blij met de vele input die we kregen op wat nieuwe beleidsvorming. En omdat er tijdens die dag nog niet genoeg geïntegreerd werd staan er ook weer heel wat nieuwe gelegenheden op de planning. Tijdens het NSK Baan, 29 en 30 Mei, zal het Olympisch stadion weer terug genomen worden door de sport waar het voor bedoeld is. Ook tijdens deze hemelvaartdagen zal weer hoogwaardige atletiek worden verwacht, en wie weet weer een Olympische 400m midden in de nacht. Vergeet ook allemaal niet het NSK Meerkamp dat zal volgen op 6 Juni, wat in combinatie met het Loopgala een mooie wedstrijd beloofd te worden.

Vergeet je allemaal overigens niet in te schrijven voor de 2e buitenlandreis van dit jaar die ons zal brengen naar Braunschweig waar in het weekend van 21 en 22 Juni zal worden gestreden tijdens de Europacup voor Landenteams door verscheidene topatleten. We gaan er met een leuke groep een mooi weekend voor topsport en Duitse biertjes van maken.

Ik hoop jullie allemaal nog sneller te zien bij de Batavierenrace, want de sport bier drinken en hardlopen blijft toch onze specialiteit!

Marjolein Olsthoorn

Verslag – Futurumshop.nl NSK Indoor

Zaterdagochtend 1 maart, heel vroeg in de ochtend was het zover. Het NSK Indoor zou na maanden van voorbereiden eindelijk plaats gaan vinden. Terwijl de laatste puntjes op de 'i' werden gezet, kwamen langzaamaan de eerste atleten binnen druppelen. Met een deelnemersveld van rond de 300 atleten uit het hele land beloofde het een mooie dag te worden. De organisatie was er klaar voor, laat de wedstrijd maar beginnen!

De dag begon met het verspringen en kogelstoten voor de vrouwen, het polsstokhoogspringen voor de mannen en de series 60m. Het polsstokhoogspringen voor de mannen werd na een lange en spannende strijd gewonnen door Timo de Water met 4,80m. Hierna vond de 3000m plaats, welke bij de vrouwen gewonnen werd door Bo Ummels met een tijd van 10.22,75, wat maar vier tiende langzamer is dan het studentenrecord.

Aan het begin van de middag zou de enige 200m indoor van dit seizoen plaatsvinden. Door de grote belangstelling beloofde dit een mooie strijd te worden en dat werd het. Bij de mannen sneuvelde het studentenrecord door de fantastische tijd van 21,97s gelopen door Rogier Janssen. Bij de vrouwen was Zanna Vanterpool het snelste met een tijd van 25,84s.

Daarna was het tijd voor het hoogspringen voor de mannen. Dit was wederom een zeer spannende strijd waarbij Robert Bervoets en Gijs Tops beide het studentenrecord verbroken met maar liefst 6cm. Doordat Robert minder sprongen nodig had om de hoogte van 2,07m te halen, mag hij zich het komende jaar Nederlands studentenkampioen noemen. Bij de vrouwen was Marlies van Haaren de beste met een hoogte van 1,76m wat een evenaring van het studentenrecord is.

Als afsluiter van de wedstrijd werd er de 4x200m estafette gelopen waar het team van Twente Atletiek er bij de heren met de eerste prijs vandoor ging. Bij de dames waren de Daventria Chicks het snelst met een tijd van 1.45,04.

Na de wedstrijd was het eerst tijd voor de prijsuitreiking en daarna een moment voor iedereen om weer even bij te komen. Voor alle uitgehongerde atleten was er volgens een (vaak twee en soms zelfs drie) heerlijk(e) bord(en) pasta om weer op krachten te komen voor de avond, want een NSK is natuurlijk niets zonder feest! Na het eten en het klaar leggen van alle slaapplekken, kon het feest dan eindelijk losbarsten. Het thema was gênant/charmant op het strand, dus de foute zonnebrillen, zwemkleding en allerhande attributen waren tevoorschijn gehaald. Het was in een woord geslaagd! Na de polonaise, de foute strandnummers en genoeg biertjes was het tijd om allemaal de slaapzak op te zoeken in de naastgelegen hal om enkele uurtjes te slapen.

Zondagochtend verscheen iedereen met kleine oogjes aan het ontbijt, waar een broodje werd genuttigd en vervolgens iedereen met de trein weer naar huis vertrok. Al met al was het een zeer geslaagde wedstrijd en weekend, en daar wil ik alle atleten, de vrijwilligers en wedstrijdleiding voor bedanken. Uiteraard mag ik mijn eigen commissie ook niet vergeten om te bedanken, Jolanda, Leonie, Emmy, Vera, Fynn en Stefan, bedankt voor vier mooie maanden en op naar het volgende NSK!

Verslag NSK Cross, Los in het Bos! – *Door Marriël Schelhaas*

Zaterdag 25 januari – een frisse winterse dag in januari waarop voor vele studentatleten het NSK Cross, als onderdeel van de Zac Freudenburg Cross, op het programma stond. Het stadspark van Groningen was nog groen/bruin/rood/oranje/geel gekleurd, en het was nog net niet begonnen met sneeuwen. Ideale weersomstandigheden dus voor een lekker modderige cross. Met een groot aantal deelnemers (125), waarvan 71 studenten kon de organisatie terug kijken op een zeer geslaagde cross wedstrijd en een mooi NSK. De organisatie was in alle vroegte begonnen met het opbouwen van het parcours. Dit parcours liep over wat heuveltjes, drassig gras en veel modder. De grote ronden bestonden uit 1,4 km en de kleine rondjes waren 400m. Deze kleine rondjes werden als eerste gelopen door de kids en de G-sporters. De ronden van 1,4 km vonden achtereenvolgens plaats. De vrouwen liepen een korte cross (2,8 km) of een lange cross (5,6 km). De korte cross van de mannen was ook 2,8 km en de lange cross ietsje langer, namelijk 8,4 km.

De grote favoriet bij de lange cross van de mannen was natuurlijk Zac Freudenburg himself. Echter had hij aan Frank Blikslager (Team 4 mijl) een geduchte concurrent. Frank hield het namelijk vol om bijna alle ronden Mr. Freudenberg te volgen. Toch won Zac de wedstrijd met een hele knappe tijd, te weten 27:45. Frank werd eerste in het NSK klassement, met een tijd van precies 28 minuten. Zijn broertje Niek werd derde en tussen hen in eindigde Lucas Nieuweboer op de tweede plek. Bij de korte cross voor mannen werd Michael Beuwer (van Asterix) vrij overtuigend 1^{e} in 9:48, daarna volgde “blote voeten Vitalist” Erik Verhaar. De derde plaats was voor Luuk Weijering (’t Haasje).

Bij de vrouwen werd de NSK titel op de lange cross overtuigend in de wacht gesleept door Martine Bruinsma in een tijd van 23:55. An Bennema, de nieuwe secretaris van Vitalis, werd tweede en daarachter eindigde Joanne Siccama (Tartlétos) op de derde plek. De korte cross bij de vrouwen werd overtuigend gewonnen door Elisa de Jong (Team 4 mijl) in een tijd van 11:03. Haasje Hester van Oorschot werd tweede en Vitaliste Marije Hulzebos eindigde op de derde plaats.

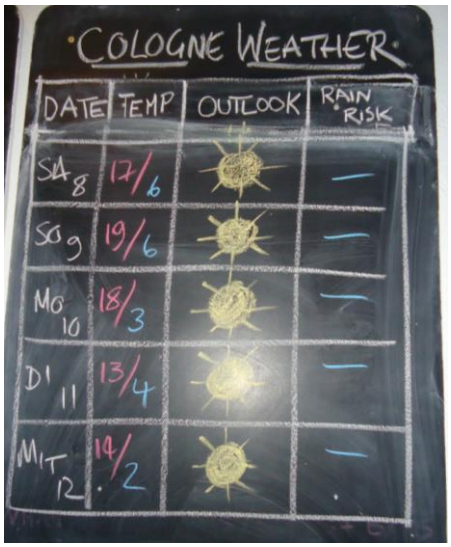
Nadat de wedstrijd was afgelopen, trok bijna iedereen verkleumd naar de kleedkamers om daar een welverdiende warme douche te pakken. Om 18.00 uur stond alweer een gepaste stamppot maaltijd te wachten in de kantine van Groningen Atletiek. Toen de buikjes eenmaal rond waren, werd er nog wat nagepraat en gekaart. Daarna ging iedereen eerst weer huiswaarts om zich klaar te maken voor het veelbelovende “los in het bos” feest. Dit feest begon om 21.30 uur in Tram 13. Er kwamen een hoop mensen op af, waarvan sommige prachtig verkleed. Er waren een pinguin en kangoeroe aanwezig en er kwam zelfs nog een (nep) bijl met houthakker voorbij. Nadat de drankjes als warme broodjes over de toonbank waren gegaan, trok een grote groep de besneeuwde stad in om daar verder te feesten. Judith Kas werd versierd door een kangoeroe en ook Vitalisten onderling flirtten er op los, wellicht zodat ze de rest van de nacht een warm onderkomen zouden hebben…

Het was een erg succesvolle wedstrijddag waarvan de organisatie (en hopelijk ook alle deelnemers) erg genoten heeft! Namens de commissie: bedankt voor jullie deelname aan de wedstrijd én het feestje, en tot snel op het volgende NSK ☺

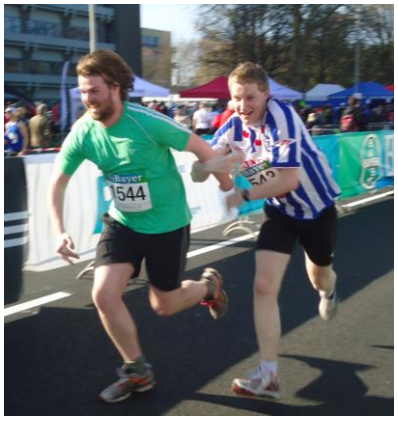
Verslag Buitenlandreis naar Keulen – *door Joris Beintema*

Het was vrijdag, naar later bleek een mooie vrijdag. De buitenlandreis van Zeus had de bestemming Keulen. Aan het eind van de middag vertrokken we met het gros van de reizigers vanaf Groningen richting Arnhem. Daar moest Vera nog worden toegevoegd aan het reisgezelschap. Tevens moest de enige niet-vitalist daar ook worden opgepikt, ene Evelien. Na een gezonde hap bij de mac vervolgden we onze weg naar Keulen. In de auto waar Martijn het stuur in handen had werd het een sport om het piepje van de snelheidsbegrenzer te verslaan. Als gevolg van deze bezigheid waren we in recordtempo in Keulen, waar we hartelijk werden ontvangen in het hostel. Helaas ging de reis in het busje iets minder soepel. Na een alarmkreet vanuit de kofferbak werd het busje aan de kant gezet. Er werd een rood lichtje gedetecteerd op het dashboard wat daar volgens sommigen niet hoorde. Na deze, achteraf onnodige, vertraging waren de passagiers van het busje wat later dan gepland ook in het hostel.

Dit was het startsein van een fijne avond. Eerst werden de nodige halve liters bier soldaat gemaakt in het hostel. Daarna werd dit door het grootste deel van de mensen voortgezet in de stad. Een van de weinige minpunten van Keulen was dat het uitgaanscentrum erg ver van het hostel af lag. Maar goed we waren met allemaal hardlopers dus de afstand was een te nemen horde. Het eerste café dat we binnen gingen leek na inspectie geen goede eerste halte. De regenboogversiering binnen verraadde dat het hier ging om een café dat vooral werd bevolkt door mensen die hun ogen uit keken op mensen van het eigen geslacht. Voor het café hebben we evengoed nog de grootste lol gehad met de plaatselijke bevolking. Vervolgens werden we door deze behulpzame mensen richting het uitgaansgebied genavigeerd. Eenmaal daar splitste de groep op in een groep die graag een kroeg in wou en een groep die zich op straat prima vermaakte met de plaatselijke bevolking. Na het bezoek aan meerdere kroegjes en cafés was het tijd om richting het hostel te gaan. Uiteraard met de nodige souvenirs, o.a. paaltjes en mooie glazen.



De volgende ochtend was het al weer vroeg dag want de auto's moesten verplaatst worden ... Nadat dit was gebeurd ging iedereen zijn weg. Sommigen gingen naar een museum anderen gingen shoppen. Uiteraard waren er ook de levensgenieters. Deze mannen van het goede leven gingen alleen naar de supermarkt voor de nodige voorraad om de hele middag langs de rijn te kunnen vertoeven. Ook werd er nog een bal aangeschaft om de nog aanwezige energie te lozen. Het voornemen werd op waarde geschat door een lokale horecabazin die de hulp inriep van deze heren. Nadat de mannen de horecabazin hadden geholpen met het tillen van haar vers ingekochte kratten bier werden zij beloond met 6 ijskoude halve litertjes bier. Uit betrouwbare bron heb ik vernomen dat de halve liters wel goed terecht zijn gekomen tijdens de warme middag, waar het kwik soms op liep tot 20 graden. 's Avond was het weer tijd om een drankje te doen in het hostel. Met een wat afgeslankte groep ten opzichte van de avond er voor werd de stad nog maar eens bezocht. Omdat bij de meesten de energie wel wat op was, werd het een wat rustiger avondje stappen dan vrijdag.



Na wederom een kort nachtje voor sommigen moesten we om 8.20 in de trein zitten richting het dichtbij gelegen Leverkusen. Daar stond nog de hardloopwedstrijd 'rund um das bayerkreuz' op het programma. Voor sommigen was dit toch het hoogtepunt van het weekend. Anderen hadden op vrijdagavond al ingecalculeerd dat het zondagochtend wel eens een zware opgave kon worden. Op de campus van het farmaciebedrijf Bayer moesten twee rondjes van 2,5 af worden gelegd. Voor de meesten was dit geen obstakel. Helaas waren een aantal meegereisde atleten nog niet helemaal hersteld van de nachtelijke activiteiten.

De effecten van de nachtjes stappen in het mooie Keulen waren zowel negatief als positief voor de prestaties. Zo liepen Menno en Martijn de 5 kilometer in 17 minuten en respectievelijk 27 en 20 seconden. Daarnaast liepen nog een aantal mannen een prima tijd onder de 20 minuten. Ook de dames lieten prima resultaten zien. Echter twee heren, waar van ik de namen niet nader zal noemen, lieten wel een heel erg uitzonderlijke race zien. Het van te voren ingecalculeerde joggen werd ingeruild voor het nog lagere aangeschreven tempo namelijk: sjokken. Maar tot ieders verbazing lieten deze twee heren nog een heerlijk sprintduel zien op de laatste meters van het parcours.

Nadat iedereen binnen was kon er worden gedoucht en werd de middag voornamelijk verbleven in de heerlijke zon. Aan het eind van de middag gingen we met het hele reisgezelschap weer terug richting Groningen, via Arnhem.

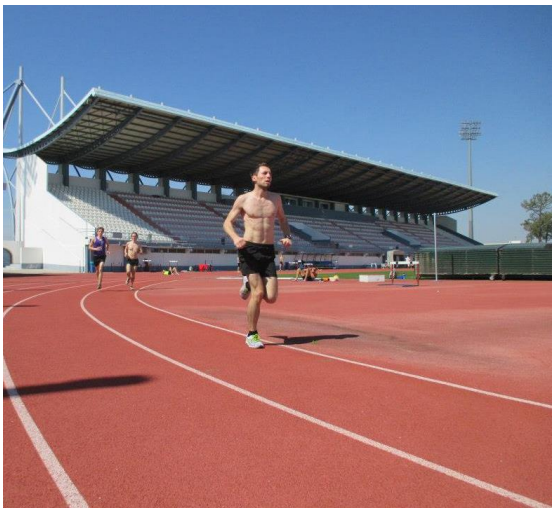
Verslag Lustrumreis van Asterix – *door Michael Beuwer*

Op een lekker warme vrijdagavond was het zover: twintig Galliërs (of eigenlijk 19, Alwin kwam een dag later) vertrokken naar zuid-Portugal. Vanaf Eindhoven airport was het drie uur vliegen naar Faro, waarna we met een privé-bus naar Monte Gordo werden vervoerd. Dit was allemaal perfect geregeld door onze reisleider Mark!

In Monte Gordo namen de Galliërs hun intrek in de mooie appartementen waar zij zelf in hun voedzame maaltijden konden voorzien, konden relaxen en uiteraard menig gezellig avondje beleven.

Na een nacht waarin de meesten door het uur tijdverschil en de opwinding over onze eerste baantraining al vroeg uit de veren waren stond iedereen na een goed ontbijt klaar om richting de baan te gaan. De baan lag zo'n drie kilometer van het hotel en met een rustig duurloopje was de warming-up al meteen voltooid. Het sportcomplex, tegen de Spaanse grens gelegen, bestaat uit een erg mooie atletiekbaan, een voetbalveld in het midden, meerder verspringbakken, een indoorruimte met polsstokhoogmat, een krachtruimte, een veld om te speerwerpen, kogelstoten en te discuswerpen en een mooi crossparcourtje; kortom alles wat onze Galliërs zich konden wensen.

Zo ging, met een heerlijk zonnetje, onze eerste training van start. Na de inspanningen van de ochtend moest er 's middags natuurlijk ontspannen worden, als is dat voor atleten natuurlijk een relatief begrip. In de middag werd er namelijk actief gebeachvolleybald, gebeachvoetbald, gezwommen en door sommige werd er ook in de middag nog getraind met een duurloopje op het strand.



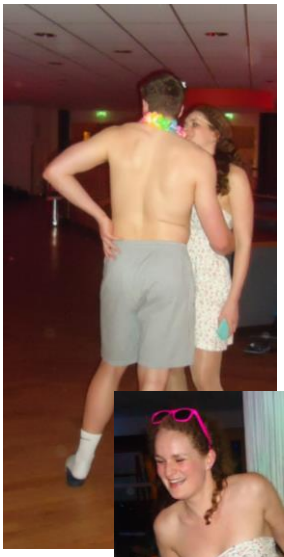
Deze fantastische eerste dag eindigde na wat alcoholische versnaperingen in een erg gezellige avond, waarin ook nog de lokale horeca werd bezocht en de nachtelijke oceaan werd verkend. Gelukkig stond de eerstvolgende training pas 's middags op het programma...

De rest van de dagen zaten eveneens vol hoogtepunten, maar die niet allemaal uitgebreid beschreven zullen worden, omdat anders dit stukje iets te lang wordt. Enkele hoogtepunten waren de eerste dag met twee trainingen (maandag), waar de Galliërs zich vol overgave in het zweet werkte, de trip naar Sevilla (dinsdag), een erg mooie stad waar de lokale cultuur werd opgeschoven en flink wat tapas en sangria werd geconsumeerd, een mountainbiketocht (donderdag) door de 'reserva natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António' waar we wilde flamingoâ€™s en veel zout water hebben gezien, een tweede kennismaking met de lokale horeca (en nachtelijke oceaan) op vrijdag en uiteraard de continue stroom van leuke, gezellige, hilarische en onvergetelijke momenten, waaronder het ontstaan van onze nieuwe aanwinst Yorvid.

Deze lustrumreis was een fantastische week waar iedereen met volle teugen van genoten heeft en waarin niet alleen vol is gemaakt, maar waar ook door iedereen hard getraind is. En het geweldige weer heeft er natuurlijk ook flink aan bijgedragen. Namens het bestuur willen we dan ook zeggen dat dit voor ons nu al het hoogtepunt van ons bestuursjaar is en dat we hopen dat de sfeer binnen Asterix altijd zo goed zal zijn!

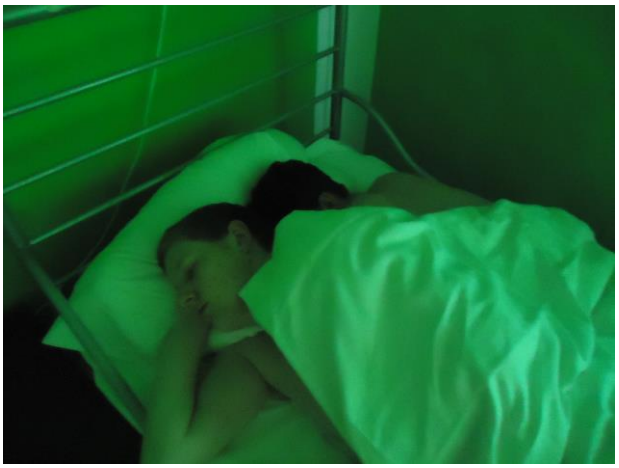
De Roddels: Wist je dat…

- Het tijdens het NSK Cross buiten superkoud was en sneeuwde, maar dat er binnen hete roddels werden gevormd.
- Onder ander door de leden van de organiserende vereniging, alsof ze elkaar nu pas hadden ontdekt
- Frank, van het duo Frank en Freek, heeft gezoend met Yara, maar dit bleek al langer wat heets te zijn
- Het zusje van Yara was ook aanwezig
- En had de aandacht van wel 2 mannen
- Aan het begin van de avond leek het nog alsof Vincent (Kronos) Yara ging scoren
- Maar aan het eind van de avond ging Thomas (Vitalis) met Yara aan de haal
- Om nog een beetje aan de verenigingsbinding te werken binnen Groningen ging (het toen nog toekomstig) bestuurslid Larissa even op onderzoek uit bij de triatlon vereniging
- En vond daar een zoenpartner
- Tot het genoegen van de integratiestimuli Bastiaan en Paul heeft Judith (Tartlétos) gezoend met Henk Lourens (Vitalis)
- Tijdens het NSK Indoor feest waren er ook al van die hoge temperaturen
- En dan kwam niet alleen door het thema van het feest (gênant & charmant op het strand)



- Eva, 27 jaar (Hellas) was intens gecharmeerd van Thomas zijn werpers-torso en met sporttape-afgeplakte tepels.
- Thomas vond het korte rokje van Eva (van boven én onder) ook erg spannend
- Er waren die avond dan ook heel wat intieme momenten
- Paul stond een hele tijd met Leonie (Vitalis) aan de bar te kletsen
- Maar uit betrouwbare bron is er vernomen dat Paul een vaste vriendin heeft
- Over 9 maanden weten we meer!
- Jochem wilde graag gesandwiched worden door 4 vrouwen → dubbele wopper!
- In Leiden hield het ook maar niet op met de zomerse sferen tijdens het Neon feest
- Sander (Aquila NSKB randzaken) zag Maaike (1 van de 5, Aquila) Boot wel zitten
- En het was ook wederzijds
- Ze hebben het moment suprême bewaard voor een donker plekje buiten
- Maaike Bloem (Aquila) wilde hier stiekem een foto van maken voor de Bliksem
- Maar was even vergeten dat ze volledig in Neon gekleed was en dus licht gaf in het donker

- Daarom is er helaas geen foto van dit stel voor de Bliksem
- Tijdens de buitenlandreis naar Keulen namen de Groningse Boys de term Bro-love wel heel serieus
- Na een avondje stappen kon een Vitalis een van de kamers niet in omdat hij geen sleutel had
- Daardoor deelden in de ander slaapkamer 2 mannelijke Vitalisten een bed
- De hele nacht



Aankondiging – Futurumshop.nl NSK Baan

Op 29 & 30 mei wordt er in het Olympisch Stadion in Amsterdam het Futurumshop.nl NSK Baan georganiseerd door ASAV Aquila. Dit is je kans om een keer een wedstrijd te lopen in het stadion waar ook het NK Atletiek plaatsvind. Tijdens dit NSK komen bijna alle atletiekonderdelen aan bod:

100m, 200, 400m, 800m, 1500m, 3000m (v), 5000m (m) 100mh, 110mh, 400mh, 3000ms, 4x100m, 4x400m, verspringen, hoogspringen, polsstokhoogspringen, hink-stap-springen, kogelstoten, kogelslingeren, speerwerpen en discuswerpen.

De eerste wedstrijddag zal afgesloten worden met een ludiek onderdeel. Daarna zal er een lekker diner worden geserveerd en zal er gefeest worden in de kantine van Phanos. Het thema van het feest is Goud & Fout!
Altijd al een Olympische droom gehad? Na het feest zal er met hoge uitzondering overnacht worden in tentjes ín het Olympisch Stadion, een unieke beleving!

De inschrijving is geopend tot 22 mei, schrijf je snel in: http://rslts.net/nskbaan2014/inschrijven
Via het inschrijfsysteem kun je de deelnemerslijst en andere statistieken bekijken.
De inschrijving voor de estafettes is op de dag zelf.

Voor meer informatie: www.nskbaan.nl

Tot hemelvaart!

Gr de NSK Baan 2014 commissie

29 & 30 mei
NSK Baan
Amsterdam
FuturumShop.nl

Aankondiging – NSK Meerkamp

Op vrijdag 6 juni zal in Wageningen het Tartlétos loopgala plaats vinden. Hierbij zal ook het NSK Meerkamp gehouden worden. Het NSK Meerkamp zal bestaan uit de onderdelen: 100 meter, verspringen, kogelstoten en 800 meter.

Als je geen zin hebt in een meerkamp kan je een van de losse onderdelen doen die we op deze avond organiseren. Op de 800, 1500 en 5000 meter zullen we hazen hebben. Op www.tartletosloopgala.nl is meer informatie te vinden over beide wedstrijden en kan je je ook inschrijven.

We hopen je te zien op 6 juni!

De Tartlétos loopgalacommissie

Aankondiging NSK Teams

Het is bijna zover: 1 mei gaat de inschrijving voor de Nederlandse Studentenkampioenschappen Teams open! Dit fantastische evenement wordt georganiseerd door AV Phoenix en zal 6 september 2014 plaatsvinden op atletiekbaan Overvecht in Utrecht.

Daar moet je natuurlijk bij zijn!

Belangrijke data

Wij willen jullie vragen om vóór **1 juni** door te geven wie jullie ploegleider gaat zijn, zodat we dit ook kunnen publiceren op de website. Voor jullie ook een voordeel, want dan kunnen nieuwe studenten jullie makkelijk vinden en bereiken!

-Voor **1 augustus** moet een indicatie van de opstelling, het aantal eters en feestganger doorgegeven worden.

-Het inschrijfgeld bedraagt €75,- per team en dient te worden betaald voor **25 augustus**, even als de kosten voor het avondeten, feest en overnachting.

-De definitieve opstelling moet doorgegeven worden vóór **31 augustus**. Let op: Elk team is verplicht minimaal één jurylid mee te nemen. Naast de studententeams is er ruimte voor 8 teams buiten mededinging (4 mannen en 4 vrouwen teams).

Voor het wedstrijdreglement en chronoloog verwijzen we jullie graag door naar de site www.nskteams.nl, maar jullie kunnen ons natuurlijk ook altijd bereiken via mail (nskteams2014@gmail.com) en te vinden op social media (https://www.facebook.com/nskteams14).

Groeten De NSK-Commissie van Phoenix

Buitenlandreis #2
Europacup voor Landteams in Braunschweig

Op 21 en 22 Juni is in Braunschweig, Duitsland, de Europacup voor Landenteams, en dit jaar is ook het Nederlandse team aanwezig in de hoogste klasse. Tijdens de twee dagen zullen verscheidene Nederlandse atleten bijna alle atletiek onderdelen beoefenen.

Het beloofd een mooi wedstrijd te worden, maar dat kan natuurlijk niet zonder de support van een groot oranje publiek. De organisatie is momenteel druk bezig met het regelen van accomodatie, tickets en de invulling van het weekend. De kosten schatten wij nu in op 120 euro, maar dit is nog onder voorbehoud. Meer informatie volgt snel.

We zullen vertrekken op vrijdag avond 20 Juni, en zijn zondag avond 22 Juni weer terug op Nederlandse bodem.

Aanmelden kan vanaf nu door het inschrijfformulier in te vullen:
www.studentenatletiek.nl/index.php?option=com_content&view=article&id=198&Itemid=126

Kijk voor meer informatie ook op:http://www.atletiekunie.nl/index.php?page=109&nieuwsitem=8803

Anouk, Famke, Martijn en Marjolein

Aankondiging mini ALV

Tijdens het NSK baan zal er een mini ALV gehouden worden. Dit na aanleiding van een aantal zaken die tijdens de vorige ALV naar voren kwamen.

2 weken van te voren zullen de besturen een mail ontvangen met de benodigde informatie voor de ALV.

De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Het GNSK 2015 in Amsterdam in combinatie met het NSK Teams 2015
- Het eigen vermogen van NSAF ZeuS
- Het sponsorplan
- Beleid Inactieve verenigingen

Het laatste woord - *door Thomas Snel*

Hoewel ik altijd een trouw lezer ben van de bliksem, was het toch een verrassing toen Evelien me herinnerde dat ik de grote eer heb om het laatste woord te schrijven. Gelukkig stond ik toen net op het punt om het vliegtuig naar Portugal te pakken om daar een week lang te gaan trainen en genieten van het weer. Alle tijd dus om na te denken over wat er in zo'n stuk zou kunnen staan….. Uiteraard kwam hier niet heel veel van terecht, maar aan het einde van de week kwam er wel een idee.

Ik ben op mijn 11e begonnen met atletiek, bij AV PEC 1910 in Zwolle. Bij PEC heb ik tot aan mijn 17e getraind, en ben ik steeds meer van deze geweldige sport gaan houden! Echter was er ,zoals helaas vaker het geval, bij mijn trainingsgroepen ook een leegloop van atleten. De atleten die moesten van hun ouders mochten er mee op houden en de top atleten gingen de echte specialistische trainingen doen. Hoewel ik best aardig meedeed (top 30 Horde op jaarranglijsten, 37m discus) was dit toch niet echt opvallend genoeg bij PEC. Tussen Kjell Wolters en Robin Oenema waren mijn horde tijden niet echt speciaal. Nadat ik de laatste 2 jaar bij PEC semi-geblesseerd (alleen wat kunnen werpen) rond had gelopen was het tijd dat ik ging studeren!

Eindhoven was de stad geworden waar ik de komende jaren zou doorbrengen en studeren. Sporten? Uiteraard! Welke? Atletiek natuurlijk! Ik ben direct in de eerste weken lid geworden van E.S.A.V. Asterix, één van de beste keuzes die ik ooit gemaakt heb. Bij Asterix heb ik in het eerste jaar van mijn studie de perfecte combinatie van serieus trainen en een hoop gezelligheid hierbij. Ook bij mijn eerste NSK baan bleek dit het geval, een geweldige wedstrijd waar ik een trainingsgenote van mij een iets te veel bier heb zien drinken om vervolgens de volgende dag de200m won in een goede tijd en nieuw PR!

Afgelopen jaar heb ik het NSK Indoor in Omnisport mogen organiseren. Tijdens de voorbereidingen hebben we ook vergaderingen met de leiding van Omnisport gehad. Hierbij werd er gezegd: "maar jongens, het gaat toch eigenlijk allemaal om het feest". Na afloop hebben we uiteraard nog contact gehad met Omnisport. Ze waren nu eigenlijk helemaal om: ze waren verrast door de organisatie, het deelnemersveld en het feest achteraf. Positief verrast, ze hadden niet verwacht dat alle elementen op zo georganiseerd waren. Onder andere hierdoor konden we dit jaar weer terecht in omnisport voor een geweldig NSK Indoor.

Om terug te komen waar ik mee begonnen ben, Asterix in Portugal. Het was een super goed georganiseerde reis/trainingsstage. We konden goed, veel en serieus trainen en er was daarnaast ruimte voor iedereen om zijn eigen ding te doen (5 liter wijn voor €5,- bleek voor sommigen erg goede ontspanning). 20 atleten, studenten, veel verschillende disciplines en een geweldige week, dit was voor mij een week wat de studenten atletiek zo mooi maakt. Studenten atletiek brengt een diversiteit aan atleten en kwaliteiten met zich mee, met zo'n geweldige sfeer dat ik eigenlijk alleen maar meer van deze sport ben gaan houden!

Het volgende laatste woord wil ik graag geven aan Danuta Mazurel, iemand die volgens mij ook wel geniet van de studenten atletiek.

Agenda

Datum	Evenement	Plaats
4 mei	Competitie 3e 2e divisie	Nederland
24 mei	Europacup voor Clubteams	Amsterdam
25 mei	Competitie 3e 2e divisie	Nederland
29&30 mei	NSK Baan	Amsterdam
6 juni	NSK Meerkamp	Wageningen
20 juni	Asterix Baanwedstrijd	Eindhoven
20-22 juni	Buitenlandreis #2	Braunschweig
28 juni NK Teams	NK Teams	Breda
29 juni	Competitie 3e 2e divisie	Nederland
26 27 juli	NK Atletiek	Amsterdam
6 september	NSK Teams	Utrecht

Contact SAV's

ASAV Aquila
Science Park 306
1098 XH Amsterdam
info@asavaquila.nl
www.asavaquila.nl

ESAV Asterix
O.L. Vrouwestraat 1
5612 AW Eindhoven
info@asterixatletiek.nl
www.asterixatletiek.nl

NSAV 't Haasje
Heyendaalseweg 141
6525 AJ Nijmegen
info@haasjeatletiek.nl
http://haasje.ruhosting.nl

AV De Koplopers
Mekelweg 8
2628 CD Delft
studenten.koplopers@tudelft.nl
www.delvers.tudelft.nl

DAV Kronos
Postbus 217
7500 AE Enschede
bestuur@kronos.nl
http://kronos.studenten.utwente.nl

TSAV Parcival
Academielaan 5
5037 ET Tilburg
parcivalatletiek@gmail.com
www.parcival-atletiek.nl

AV Phoenix
studentencie@avphoenix.nl
www.avphoenix.nl

EUR Roadrunners
SB-postbus 16
Burgemeester Oudlaan 50
3062 PA Rotterdam
voorzitter@eur-roadrunners.nl
www.eur-roadrunners.nl

WAV Tartlétos
Bornsesteeg 2
6708 PE Wageningen
tartletos@wur.nl
www.tartletos.wur.nl

MSAV UROS
Postbus 616
6200 MD Maastricht
besturos@yahoo.co.uk
www.uros.nl

GSAV Vitalis
Blauwborgje 16
9747 AC Groningen
secretaris@vitalis.org
www.vitalis.org

LUHV Currimus Leiden
Einsteinweg 6
2333 CC Leiden
luhvcurrimus@gmail.com
www.currimus.nl

Contact ZeuS-bestuur

Postadres
p/a Universitair Sportcentrum
Heyendaalseweg 141
5625 AJ Nijmegen
bestuur1@studentenatletiek.nl
www.studentenatletiek.nl

Bestuursleden

Voorzitter
Marjolein Olsthoorn
voorzitter@studentenatletiek.nl

Secretaris
Evelien Bos
secretaris@studentenatletiek.nl

Penningmeester
Sander Groen in 't Woud
penningmeester@studentenatletiek.nl

Commissaris NSK's & evenementen
Vera Kooiman
nsk@studentenatletiek.nl

Deze Bliksem kwam tot stand door:
Michael Beuwer
Thomas Snel
Marriël Schelhaas
Christiaan Bos
Alle anonieme roddel inzenders
Het ZeuS bestuur