



Rabobank Sylvestercross

31 DECEMBER 2014

IMPRESSIEBOEK



34

SYLVESTERCROSS
SOEST
31 DECEMBER





ONS GOEDE DOEL

VOOR ALLE KINDEREN DIE HET MOEILIJK HEBBEN

De afgelopen drie jaren hebben we de Hartstichting ondersteund als goed doel van de Rabobank Sylvestercross. De komende jaren steunen we de stichting 'De Regenboogboom'. De Stichting inspireert kinderen hun eigen kracht te ontdekken. Vrijwilligers van de Regenboogboom helpen kinderen (die te maken hebben met ziekte, trauma en handicap) te ontdekken, dat zij op eigen kracht een innerlijk gevoel van veiligheid en vrijheid kunnen scheppen op ieder moment dat zij daar zelf behoefte aan hebben. Ze kunnen daarmee met meer zelfvertrouwen, rust en levenslust hun moeilijke omstandigheden tegemoet treden. Kinderen worden bezocht in (academische) ziekenhuizen en instellingen. De medewerkers van de Stichting hebben in de loop der jaren een wijze van werken ontwikkeld, waardoor de gedachtewereld van een kind wordt afgeleid van diens pijnlijke situatie naar een wereld waar ruimte is voor de eigen fantasie en levenskracht. Daarvoor gebruiken we o.a. een met kristallen en bloemen versierde boom, liedjes en verhalen.

De deelnemers aan de Rabobank Sylvestercross hebben samen het prachtige bedrag van in totaal bijna € 3.000 aan de Regenboogboom gedoneerd.

Meer info op www.sylvestercross.nl of www.regenboogboom.nl



VOORWOORD VOORZITTER AD VAN DER WIEL

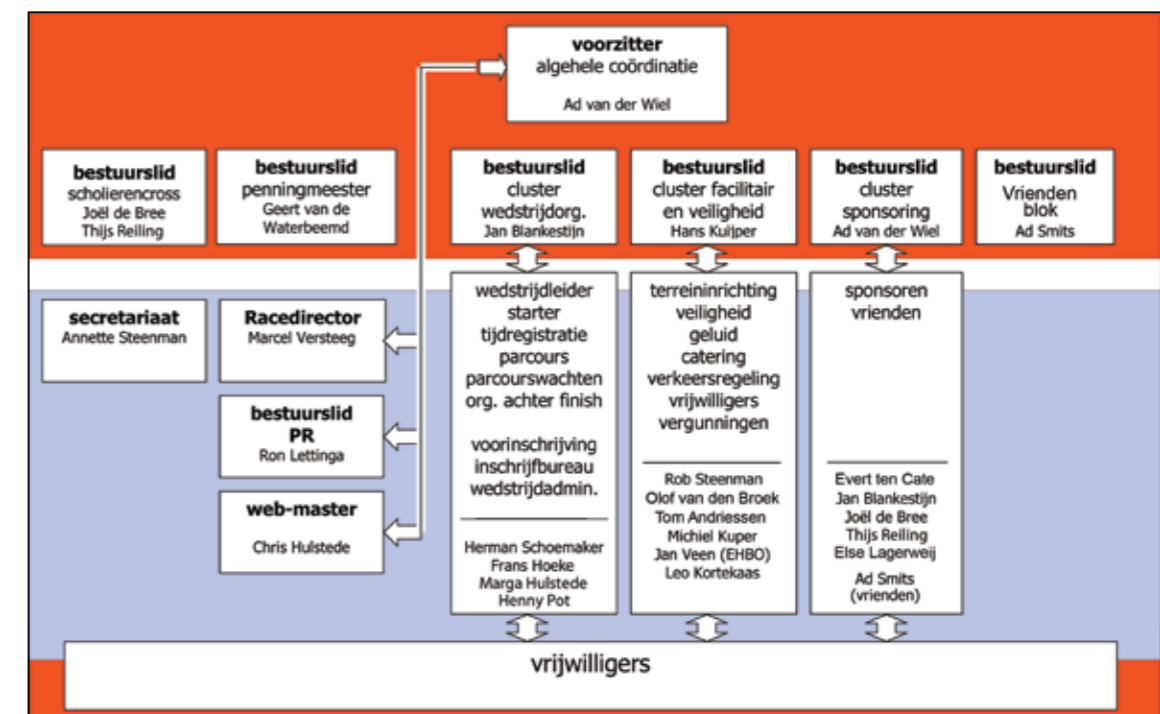
Met dit impressieboek wil de organisatie van de Rabobank Sylvestercross laten zien dat de 34^e editie weer een zeer geslaagde en fantastische cross is geweest, die met recht "de mooiste cross van Nederland" genoemd mag worden. Niet alleen voor de 3300 deelnemers en minstens even zoveel toeschouwers, maar ook voor de sponsors, de gemeente, de provincie, de Atletiekunie en het grote aantal vrijwilligers. Met de Rabobank als nieuwe naamssponsor zijn we nog beter in staat het de deelnemers naar de zin te maken.

Naast de traditionele wedstrijden voor de jeugd, de wedstrijdathleten van de AtletiekUnie en de grote prestatieloop voor zo'n 1750 fanatieke lopers zijn onderdelen als de BINK Sylvester Scholierencross en de Rabobank Sylvester BusinessRun inmiddels een vaste waarde binnen het uitgebreide programma op oudejaarsdag. Het is alweer het vierde jaar van het Nationaal Lotto Crosscircuit. Dit crosscircuit voor Nederlandse topatleten (voor junioren en senioren) bestaat uit de Warandeloop in Tilburg, de Rabobank Sylvestercross in Soest, de Abdijcross in Kerkrade en de Mastboscross in Breda.

Met de foto-impressies en de andere bijdragen in dit impressieboek bieden we u een sfeerbeeld van deze laatste editie van de Rabobank Sylvestercross, een cross waaraan u naar ik hoop met genoeg terugdenkt.

Ad van der Wiel

voorzitter Stichting Sylvestercross Soest





NABESCHOUWING PUBLIC RELATIONS SYLVESTERCROSS 2014

De 34e editie van de Rabobank Sylvestercross heeft op oudejaarsdag weer veel geboden. Wederom was het door de mooie weersomstandigheden weer goede PR-zaken doen. De 3300 deelnemers en het publiek, de genodigden en pers hebben weer kunnen genieten van “de mooiste cross van Nederland”. In de Soester Duinen wordt jaarlijks een tijdelijk atletendorp opgebouwd. Het wedstrijdterrein wordt verder aangekleed met diverse reclame-uitingen in de vorm van vlaggen, spandoeken, en het welbekende compleet aangeklede ‘ceremonieel’ podium met direct daarachter bij de Finish de verwarmde opvangtent voor winnaars. Uit de wind en droog, even herstellend van de zware inspanning kunnen de winnaars binnendoor naar het ereschavot om hun prijzen in ontvangst te nemen.

Onze website www.sylvestercross.nl heeft samen met de social media zoals Facebook en Twitter de Sylvestercross goed in beeld gebracht. Daarnaast zijn er diverse flyers, persberichten en nieuwsbrieven op gezette tijden naar de deelnemers, media en andere belangstellenden verstuurd. Persmappen met uitgebreide informatie over het programma en de lopers hebben hun diensten bewezen. Ook in onze jaarlijkse terugkerende advertenties (Soester Courant) hebben we melding gemaakt van de komende cross. De PR van de Rabobank Sylvestercross heeft in de aanloop weer veel werk moeten verzetten, maar is op de wedstrijd dag zelf en de dagen erna weer meer dan voldoende beloond.

De media was de laatste dag van het jaar weer massaal present in de Soester Duinen. Bewegende beelden zijn gemaakt door o.a. NOS Studio Sport, RTV Utrecht en RTV Baarn. Daarnaast zijn er veel sfeerbeelden en lopers op de gevoelige plaat vastgelegd door de massaal aanwezige fotografen, waar onder onze huisfotograaf Jaap van den Broek. Veel van deze bijdragen zijn terug te zien op de ‘IMPRESSIE’ pagina van onze website.

Met onze “Bedankt-advertentie” in de Soester Courant hebben we zoals ieder jaar onze sponsors, suppliers, vrienden en alle vrijwilligers nogmaals bedankt voor al hun inspanningen. Met zijn allen kijken we terug op een zeer geslaagde 34e editie van de Rabobank Sylvestercross.

De voorbereiding van de 35e editie op 31 december 2015 is alweer opgepakt. Het beloofd natuurlijk in dit jubileumjaar weer een speciale editie te worden. We hopen u allen dan zeker weer te treffen!

Ron Lettinga

Public Relations Stichting Sylvestercross Soest

PRINT
copy.nl

PrintCopy
vermeerdert
met plezier



100 visitekaartjes
nu vanaf:

7,50
gratis verzending!

eenvoudig
online te
bestellen



Kijk voor meer aanbiedingen op www.printcopy.nl



DANKWOORD SPONSORING 2014

Het is al weer meer dan zeven jaren geleden dat de Sylvestercross een naamsponsor aan zich wist te binden. Dit jaar is de Rabobank als naamsponsor binnengehaald, waardoor de Sylvestercross is omgedoopt in Rabobank Sylvestercross.



Gelukkig kunnen we daarnaast blijven bouwen op een groot aantal trouwe sponsors, die bereid blijven met geld of in natura de organisatie van onze cross mogelijk te maken. Belangrijk ook zijn de Vrienden van de Sylvestercross en (de leden van) AV Pijnenburg, die samen een significante bijdrage leveren aan het welslagen van onze cross. Het verkrijgen van financiële steun, vooral vanuit het bedrijfsleven, zal ook in 2015 speerpunt van de activiteiten van het cluster sponsoring zijn.

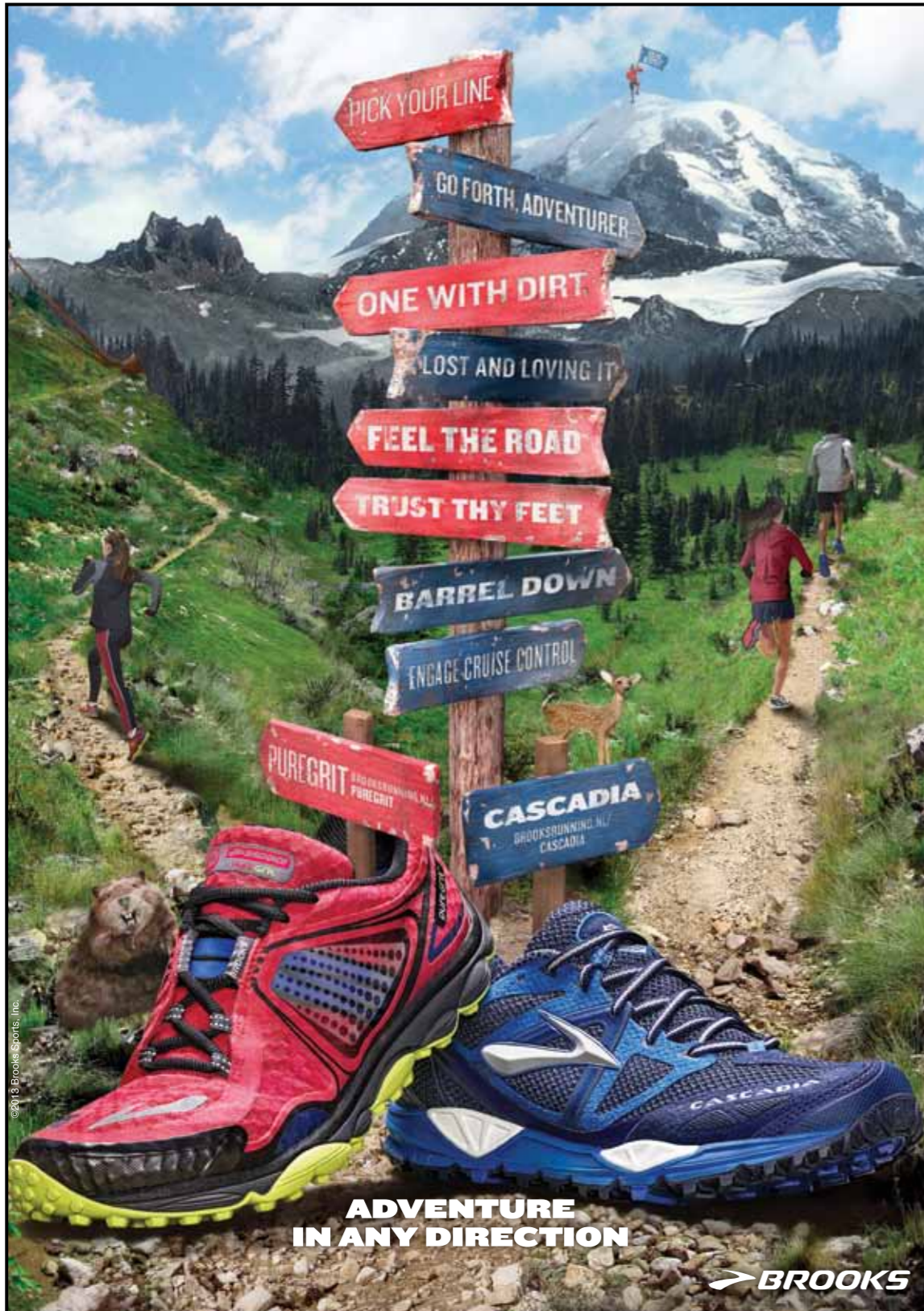
Er is vooraf, op de wedstrijddag zelf en achteraf in de regionale en landelijke media veel aandacht besteed aan de Rabobank Sylvestercross. Live uitzendingen van radio Soest en natuurlijk de reportages van de NOS en RTV-Utrecht zijn daar voorbeelden van. In regionale kranten zoals de Soester Courant, de Gooi en Eemlander, het AD met de edities van de Amersfoortse Courant en het Utrechts Nieuwsblad zijn weer veel artikelen, advertenties en wedstrijdverslagen gepubliceerd. De NOS heeft in een prachtige reportage verslag gedaan van de spannende prominentenwedstrijd met Khalid Choukoud (NED) en Lucy Macharia (KEN) als mooie winnaars bij de prominentenlopen. Bij al die publiciteitsuitingen hebben we ons best gedaan onze sponsors in beeld te brengen.

Ook op internet was er veel aandacht voor de Rabobank Sylvestercross via websites en social media als twitter (470 volgers) en facebook (1151 likes). Op de wedstrijddag zelf stond de uitslag van de prominentenlopen met een korte sfeertekening direct al op vele plekken van het World Wide Web. Eenieder die de Sylvestercross heeft gesteund als vriend, sponsor of supplier bedanken we hierbij zeer voor hun welwillende bijdrage.

De voorzitter

Cluster sponsoring Stichting Sylvestercross Soest





HOOFDSPONSOREN SPONSORS 2014





SPEEL LOTTO VOOR DE SPORT!

ÉN NATUURLIJK VOOR DE JACKPOT.

Official partners

2 6 37 15 45

Lotto DAT IS WIN WIN!

Met Lotto maak je elke week kans om de Jackpot van minimaal € 7,5 miljoen te winnen. Maar wist je dat je ook automatisch de Nederlandse sport steunt? Dankzij de jaarlijkse miljoenenbijdrage van Lotto aan de sport worden de Koninklijke Nederlandse AtletiekUnie, sportverenigingen en top-amateursporters ondersteund, wordt talent ontwikkeld en worden lokale clubhuizen en trainingsfaciliteiten verbeterd. Dus als je van sport houdt, speel je Lotto! Ga naar Lotto.nl, of speel mee in de winkel!

lotto.nl

KLEINE SPONSORS + SUPPLIERS SPONSORS 2014



VRIENDEN VAN DE SYLVESTERCROSS 2014

De 'Dikke Vrienden' en de 'Vrienden' van de Sylvestercross leverden ook dit jaar weer een onmisbare bijdrage. Helaas moesten 10 Vrienden om allerlei redenen afhaken. Daarentegen mochten we 19 nieuwe Vrienden welkom heten; hiervan tekenden er 4 in om als Dikke Vriend mee te doen. Bij de nieuwe Vrienden zijn er die, na enige jaren, opnieuw meedoen. Goed om deze veerkracht te constateren. Van het totale aantal van 78 (Dikke) Vrienden, nemen 12 loopgroepen van AV Pijnenburg een flink deel voor hun rekening. Naast het werk dat vele AVP-vrijwilligers doen, vindt er dus ook een financiële ondersteuning plaats.

Alle (Dikke) Vrienden overziend, stellen we vast dat de Sylvestercross door een breed samengestelde hoeveelheid actieve en ondernemende Soesters wordt ondersteund. Hun belangstelling en hun betrokkenheid waarderen we zeer. De nieuwe groep (Dikke) Vrienden zijn tijdens de 34e editie van onze cross weer opgenomen in het Programmaboek, de advertenties in de Soester Courant, onze website en uiteraard het Impressieboek. Ook op het Vriendenbord, dat het hele jaar in de kantine van AV Pijnenburg hangt, zijn de actuele namen weergegeven.

Wat ons betreft mag deze Vriendschap nog vele jaren voortbestaan.

Ad Smits

Bestuurslid Vrienden

DIKKE VRIENDEN

COMAG
 DE BOSMAN BEDRIJVEN B.V.
 De Kaasspecialist Overhees
 De Lange Brink huisartsen en fysiotherapeuten
 Eetcafé Centraal
 Fysiotherapie Soestdijk
 Gommers Wijnimport
 Hans Nota Optiek
 Kapsalon Haarland
 MEGA Tegels en Badkamers
 Restaurant De Korte Duinen
 Valk Accountancy
 Van de Hoef en Renes Tandtechniek
 Van Zal Camper&Caravanherstel
 Verdonk Trappen B.V.
 Verhage Orthopedie techniek & diagnostiek
 Wasiel Steitmer Woninginrichting
 Westra Recycling
 Wolverlei Apotheek

de vrienden
 van de
 Sylvestercross



VRIENDEN

A Groep Chris
 Badkamerhuys Soest
 Bakkerij de Zoete Verleiding
 B groep Dymen en Hans
 Den Haen Klokken Reparatie
 Duetz Menswear Soest
 Eet-Villa Van den Brink
 ETECH
 Foodmaster
 Fred Dalhuisen groente en fruit
 Fysiotherapie Van Putten
 Gebr. Beijer Containerverhuur
 Grieks Restaurant NOSTALGIA
 Groep Co
 Groep Marieke
 Groep Marlon
 G. van de Munt Soest bv Automaterialen
 Haico Tweewielers
 Hulleman Optiek
 Intersport van Dam
 Jacco de Bruin UW RIJWIELSPECIALIST
 Jager Bokdam De Visser Netwerk Notarissen
 Joop Heerkens
 Karla en Arno Priem
 Kleinegris Administratiekantoor
 Kok Tuinmachines
 Kwalitaria Nieuweweg
 Lijstenmakerij 't Verstek
 Loopgroep C 3 Anita
 Loopgroep Ety / Jos Pijnenburg

Marcel's Corner Videotheek/Speelgoed
 Nordic Walking Groep Loes
 Nordic Walking Woensdag
 Notariskantoor van Veeren
 Optiek Zuid
 Pannenkoekenboerderij De Smickel
 Powerwalk A groep
 Powerwalk B groep
 Profile Bandenservice
 Schoonheidssalon Bettina Beauty Care
 Schoonheidssalon Petra van Os
 Slijterij Ben van der Linden
 Sluyter Kappers
 Sportcentrum Fit in Motion
 Stomerij Roelofs
 Straal - Totaal
 SVE Hooijer
 Tandarts Hoogteijling
 Tandprothetische Praktijk TEN FELD
 Tante Jet : koffie, thee & bonbons
 thuisin brandsma mooi wonen
 Vakantie Xperts Hagen
 Van de Ven Boekhandel
 Van Senten Groenprojecten
 VERSPECIALIST EDUARD VAN DE HOEF
 Wedstrijdgroep AV Pijnenburg
 Wijnhandel - Slijterij Brouwer
 Witgoed Specialist Soest
 W & P personeel en salaris



OVERZICHT WINNAARS SYLVESTERCROSS 33^e EDITIE 2014

HOOGVLIET MEISJES PUPILLEN C (1.200 m)

1	Sophie Eikendal (Atverni)	5:49
2	Lotte Aerts (Generaal Michaelis)	6:12
3	Pippa Chadwick (AV '40)	6:22

HOOGVLIET JONGENS PUPILLEN C (1.200 m)

1	Quinten de Vos (PAC)	5:46
2	Christian Kleermaker (Nederland)	5:48
3	William van Triest (Clytoneus)	5:55

HOOGVLIET MEISJES PUPILLEN B (1.200 m)

1	Evi Falkena (Flevo Delta)	5:52
2	Lana Broers (Hera)	5:59
3	Jana Nagtegaal (AVV '36)	6:02

HOOGVLIET JONGENS PUPILLEN B (1.200 m)

1	Florian Vriezen (GAC Hilversum)	5:19
2	Vasco Mosselman (SAV)	5:31
3	Harm Walleweerd (Hellas)	5:40

HOOGVLIET MEISJES PUPILLEN A (1.200 m)

1	Isa van der Valk (Illion)	5:16
2	Tess van Randwijk (AV '34)	5:17
3	Myrte van der Schoot (GAC Hilversum)	5:19

HOOGVLIET JONGENS PUPILLEN A (1.200 m)

1	Ingmar Mulder (Nederland)	4:56
2	Niels Laros (Scorpio)	4:57
3	Pieter Fallaux (Energie)	5:06

HILTON MEISJES JUNIOREN D (2.000 m)

1	Anne Knijnenburg (Oss '78)	8:05
2	Anna Hightower (Arnhem)	8:09
3	Anna Eikendal (Atverni)	8:10

HILTON JONGENS JUNIOREN D (2.000 m)

1	Jesse Fokkenrood (Atverni)	7:24
2	Rick van Riel (Attila)	7:29
3	Lars Laros (Scorpio)	7:37

HILTON MEISJES JUNIOREN C (2.000 m)

1	Floor Doornwaard (De Gemzen)	7:50
2	Marije Hijman (AV '47)	7:51
3	Lotte Veldhoen (Energie)	7:56

HILTON JONGENS JUNIOREN C (2.000 m)

1	Robin van Riel (Attila)	6:57
2	Arne van der Linde (Energie)	7:02
3	Sieb Mostert (Pallas '67)	7:08



Naam: Fenne Gringhuis (10 jaar) en Mere Gringhuis (13 jaar)
Categorie: Hoogvliet meisjes pupillen A en Hilton meisjes junioren C
Club: Rotterdam Atletiek

Fenne (10) staat met haar vader Rob, en haar grote zus Mere (13) aan een statafel in de grote tent. Vader warmt zich aan de snert en de kinderen ruilen zoetigheid uit hun snoepzak. Ze zijn helemaal uit Rotterdam gekomen om aan de Sylvestercross mee te doen; "Er was geen andere cross vandaag" zegt Fenne. "En ik mag dan chauffeur spelen", beseft Rob. "En aanmoediger, én coach zijn!", vult zijn jongste dochter aan. Op de vraag of de cross leuk was, zijn de meningen verdeeld. Mere vond de laatste honderd meter erg zwaar, ze was er haast door gevallen. Zusje Fenne vond de finish wel leuk: "ik had nog iemand ingehaald vlak voor de finish!"



Naam: Anne Knijnenburg (12 jaar)
Categorie: Hilton meisjes junioren D en BINK Scholierencross groep 3/4

Anna, Anna, Anne; op volgorde van brons naar goud het podium bij de meisjes junioren D. Toeval bestaat niet, zegt men. Na de prijsuitreiking loopt winnares Anne naar haar opa en oma: "Wil je deze even vasthouden oma?", vraagt Anne de beker en bloemen voor zich uit stekend. Ze analyseert de wedstrijd met haar grootouders: "Omhoog door het zand was echt verschrikkelijk. En er werd veel geduwd en getrokken tijdens de wedstrijd." Zo vat ze de race samen als een echte professional. "Maar nu lekker oliebolletjes eten!", voegt ze er nog aan toe. Anne was trouwens vorig jaar ook al winnares in deze categorie.



Sport
mogelijk
maken

voor
iedereen.

Rabobank naamsponsor van de Sylvestercross

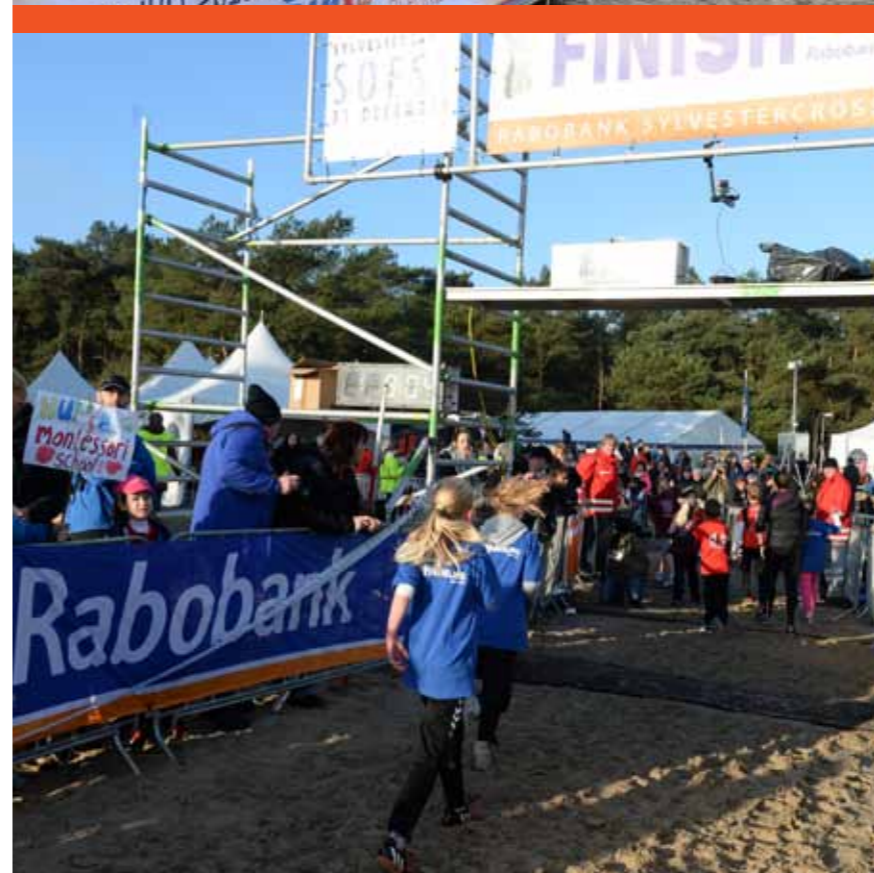
Sport inspireert en verbindt. Daarom steunt de Rabobank de sporten waar we allemaal graag naar kijken, maar ook de sport waar iedereen aan mee kan doen. Daarom zijn we met trots naamsponsor van de Sylvestercross.

www.rabobank.nl/sbe

Een aandeel in elkaar



Rabobank





RABOBANK SYLVESTER BUSINESSRUN teams (8.000 m)

1 Balance (Amsterdam)	2:24:41
2 Roads (Amsterdam/Haarlem)	2:25:37
3 Smink Afvalverwerking BV (Hoogland)	2:30:12

RABOBANK SYLVESTER BUSINESSRUN individueel (8.000 m)

1 Jelte Brontsema (Smink Afvalverwerking BV)	32:18
2 Sebastiaan v.d. Bunt (Smink Afvalverwerking BV)	33:15
3 Sylvester v.d. Bunt (Smink Afvalverwerking B.V.)	33:57



RABOBANK Sylvester BusinessRun

Om kwart voor 10 lopen meer dan 200 hardlopers in felgekleurde shirtjes in een lange stoet van de sportkantine van voetbalvereniging SO Soest naar het startterrein van de Sylvestercross in de duinen. Tien minuten later hebben de eerste bedrijventeams zich verzameld bij de boog van De Regenboogboom om zich te laten fotograferen door de huisfotograaf van de Sylvestercross Jaap van den Broek.

Na wat inlopen en sanitaire stops verzamelen de lopers zich bij het startvak. De zon begint te schijnen en maakt van deze editie van de BusinessRun één van de zonnigste en warmste sinds jaren. Om 10:35 uur klinkt het startschot en beginnen de lopers aan de roemruchte run.

Na afloop op de terugweg naar SO Soest louter blij en tevreden gezichten. Hans de Wolff en Wouter de Blocq van de organisatie, die zelf ook meeliepen, hoorden wederom veel positieve geluiden. Gemak, gezelligheid en service worden als de unieke eigenschappen van de Sylvester BusinessRun genoemd. Bij het afscheid is de uitspraak stevast "tot volgend jaar". Betere reclame en feedback kan de organisatie niet krijgen.



Naam: Rob onder de Linden (67 jaar)
Categorie: Rabobank Sylvester Businessrun
Bedrijf: Rabobank

Hij blaast zijn handen warm en hij schopt zijn benen nog eens wat los. Hij staat te trappelen om van start te gaan met de Businessrun. En dat is voor Rob Onder De Linden niet voor de eerste keer; het is de 20e keer dat hij deelneemt aan de Sylvestercross. "Ik ben hier op de fiets naartoe gekomen. Ik woon haast om de hoek", zegt de 67-jarige man. Het is wel voor het eerst dat hij voor de Rabobank loopt. "Ik ga gewoon lekker lopen!"



SCHOLIERENCROSS SYLVESTERCROSS 2014

BINK Sylvester Scholierencross blijft groeien!

De Bink Sylvester Scholierencross is inmiddels een vast item geworden in de sportagenda's van de scholen in Soest en Soesterberg. Elk jaar wordt op oudejaarsdag bepaald welke school zich een jaar lang "de snelste school van Soest" mag noemen. Er wordt bij deze wedstrijd gelopen over 1200m in de categorieën groep 3/4, groep 5/6 en groep 7/8 in (gemengde) teams van 4-7 scholieren.

Dit jaar was er een record aantal inschrijvingen, en zo'n 220 deelnemers wisten de finish te bereiken. Na afloop ontvingen de deelnemers een door Hoogvliet samengesteld pakketje met eten en drinken voor een snel herstel.

Dat dit grote aantal scholieren de finish heeft weten te halen mag geen verrassing heten. In de aanloop naar de cross waren ze door René Godlieb (oud winnaar van de prominentenloop) en - binnen de kringen van AV Pijnenburg alom geprezen trainer – Rob Jansen klaargestoomd met een clinic op en om de atletiekbaan.

Het is ieder jaar weer een prachtig gezicht hoe de kleine atleetjes – aangemoedigd door juf, meester, vader, moeder en/of opa en oma – met een hoog beentempo en vol overgave de laatste zandheuvel richting de finish weten te bedwingen. Na afloop is er dan ook voor iedereen een beker.

Door de aanwezigheid van veel publiek bij de scholierencross is de prijsuitreiking ieder jaar weer één van de hoogtepunten van de dag. Na het bekendmaken van de top 3 is er aan het enthousiasme van de scholieren niks meer te merken van de vermoeidheid na de cross. Ook volgend jaar zullen we er als organisatie weer werk van maken om een mooie Bink Sylvester Scholierencross neer te zetten.

**BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS****Groep 3 en 4 (1200 m)**

1	R.K. Montessorischool (Teamcaptain Julia Velt)	605 pnt
2	De Driesprong (Teamcaptain Florijn van der Vliet)	539 pnt
3	De Bron (Teamcaptain Luca Dreef)	493 pnt

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS**Groep 5 en 6 (1200 m)**

1	De Driesprong (Teamcaptain Floris Knigge)	607 pnt
2	De Driesprong (Teamcaptain Diederik van der Vliet)	462 pnt
3	R.K. Montessorischool (Teamcaptain Mathijs Kwakman)	426 pnt

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS**Groep 7 en 8 (1200 m)**

1	R.K. Montessorischool (Teamcaptain Koen van Logtestijn)	476 pnt
2	De Bron (Teamcaptain Joey Daselaar)	468 pnt
3	R.K. Montessorischool (Teamcaptain Ramses Plantinga)	423 pnt



Naam: Lasse Drop
Categorie: BINK Sylvester Scholierencross groep 3/4
Club: Basisschool De Bron (uit Soest)

Met zijn klasgenoten staat Lasse Drop rond Lizzy Dreef, de moeder van zijn vriendje. Zij begeleidt de zes scholieren van Basisschool de Bron bij de scholierenloop. De kinderen zitten niet op atletiek. "De meesten zitten op voetbal. Maar nu doen we even een andere sport" legt Lasse uit. Een klasgenote vult hem aan: "We zitten op zwemmen, zeilen, hockey en judo." Toch vinden de kinderen het duidelijk leuk, en ook wel een beetje spannend, om hard te lopen. Al tien minuten voor de start begeven ze zich naar de startlijn. Klaar voor de start!

OVERZICHT WINNAARS SYLVESTERCROSS 34^E EDITIE 2014

BROOKS MEISJES JUNIOREN B (3.200 m)

1	Jasmijn Lau (CIKO '66)	12:50
2	Jasmijn Bakker (Triathlon)	12:51
3	Merel van der Marel (Haarlemmermeer)	12:53

BROOKS JONGENS JUNIOREN B (4.000 m)

1	Tom Hendrikse (AAC '61)	14:10
2	Bram Anderiessen (AKU)	14:17
3	Tristan Valkenburg (Olympus '70)	14:38

BROOKS MEISJES JUNIOREN A (4.000 m)

1	Nisrine Masrhalmi (Energie)	16:02
2	Veerle Bakker (Triathlon)	16:19
3	Diane van Es (PAC)	16:37

BROOKS JONGENS JUNIOREN A (6.000 m)

1	Manuel de Backer (THOR)	21:02
2	Wesley Mols (Cifla)	21:09
3	Kalid Amin (Triathlon)	21:15

PK MASTERCROSS
VROUWEN 35 (6.000 m)

1	Mirjam Koersen (GAC Hilversum)	24:49
2	Paddy Herijgers (Achilles)	26:09
3	Nathalie Klaassen (AAV '36)	26:40

PK MASTERCROSS
HEREN 35 (8.000 m)

1	Zac Freudenburg (AV '23)	28:05
2	Manu Loverie (België)	28:34
3	Marco Gielen (Scopias)	28:52



Naam: Jean-Pierre Hoeboer (42 jaar)
Categorie: PK Masterscross Mannen M35
Club: AV Sprint

In de warme VIP-tent geniet Jean-Pierre van een welverdiende oliebol. "Het ging écht goed", vertelt hij trots, "anders had ik mezelf niet met een oliebol beloond!" Jean-Pierre finisht als vijfde over-all en is daarmee ook vijfde bij de M35. Dat het haast zomers weer is, midden in de winter, vindt de atleet wel fijn: "Ik ben een echte warmweerloper. De kou knelt mij", weet hij uit ervaring.

PK MASTERCROSS
VROUWEN 45 (6.000 m)

1	Agnes Schipper (Hellas)	27:03
2	Renee Ligteringen (Phanos)	27:39
3	Cora Siermans (Zaanland)	28:16

PK MASTERCROSS
HEREN 45 (8.000 m)

1	Pip Tesselaar (Hera)	30:13
2	Nico Altorf (NSL)	30:27
3	Arjen Driesen (BB Lopers)	30:42

PK MASTERCROSS
VROUWEN 55 (6.000 m)

1	Carla Ophorst (Olympus '70)	26:39
2	Jannet Vermeulen (Phoenix)	29:30
3	NVT	

PK MASTERCROSS
HEREN 55 (8.000 m)

1	Rob Barel (VAV)	32:56
2	Hennie Punt (Trias)	33:33
3	Jos Broekhuis (Loopgroep Aart Stigter)	33:39

PK RUNNINGSHP MASTERCROSS
HEREN 65 (8.000 m)

1	Bert Streumer (Hellas)	36:07
2	Cor Zegers (Oss '78)	38:16
3	Henry Snetselaar	39:23

Naam: Michiel Stiemer (45 jaar)
Categorie: PK Masterscross Mannen M45
Club: GAC Hilversum

Het zweet dampt van Michiels armen en rug. Hij verwisselt zijn wedstrijdschoenen voor zijn gewone loopschoenen. De Master zit er verslagen bij. Begrijpelijk, want hij vertelt dat hij zijn wedstrijd niet af heeft kunnen maken: "Ik kreeg in de tweede ronde last van mijn achillespees. Zonde, want het ging net zo lekker." Toch blijft Michiel positief: "Het was een mooie training, conditioneel zit het wel goed. Nu even rust houden en dan knallen op de NK cross."



OVERZICHT WINNAARS SYLVESTERCROSS 34^E EDITIE 2014

KORTE CROSS
VROUWEN (3.200 m)

1	Julia van Velthoven (Cifla)	12:29
2	Marije Peters (Seven Hills Running Team)	12:47
3	Bo Ummels (Atletiek Maastricht)	12:49



KORTE CROSS
MANNEN (3.200 m)

1	Abdellah Dacha (België)	10:30
2	Richard Douma (Zaanland)	10:35
3	Wouter Dilling (Seven Hills Running Team)	10:39

Naam: Joep Staps (23 jaar)
Categorie: Korte Cross Mannen
Club: TLV de Langstraat

Joep Staps zit in de nationale duathlon selectie. Voor hem is de korte cross tijdens de Sylvestercross een 'conditionele prikkel'. Hij hoopt in het nieuwe jaar – waarin hij onderdeel uitmaakt van een Frans duathlonteam - zijn persoonlijk record op de 5 km te verbeteren.

De toekomstige international heeft een bijzondere herinnering aan de oudejaarscross: "Ik verloor eens één van mijn schoenen tijdens de start", begint Joep, "Al lopend heb ik toen ook mijn andere schoen uitgeschopt en ben ik op blote voeten verder gegaan." Dit jaar heeft Joep zijn schoenen aan weten te houden.



Naam: Richard Douma (24 jaar)
Categorie: Korte Cross Mannen
Club: Team Distance Runners (TDR)

Hij won de korte cross van de Warandeloop in Tilburg. Zijn doel voor de Sylvestercross: "lekker racen." Het is een politiekcorrect antwoord van Richard Douma, die favoriet is voor de winst. "Laat de jongens eerst maar wat uitrazen. Dan kruip ik later in de cross wel naar voren", verklaart hij zijn tactiek. Dat de wedstrijd vervolgens totaal anders verloopt en dat hij direct de kop neemt, kon hij natuurlijk niet weten. Uiteindelijk wordt hij verdienstelijk tweede. Zoals een echte topsporter betaamd, is hij daarmee natuurlijk niet tevreden.

RABOBANK VROUWEN
PROMINENTENLOOP (6.000 m)

1	Lucy Macharia (Kenia)	21:52
2	Maureen Koster (Phanos)	21:54
3	Almensch Belete (België)	22:04

RABOBANK MANNEN
PROMINENTEN (10.400 m)

1	Khalid Choukoud (Haag Atletiek)	34:45
2	Roman Romarenko (Oekraïne)	34:58
3	Roman Romarenko (België)	35:05



Mooie winnaars prominentenloop

De Rabobank Prominentenlopen hebben bij de vrouwen en mannen weer mooie strijd en winnaars laten zien. Lucy Macharia uit Kenia heeft bij de vrouwen flink strijd moeten leveren om de Nederlandse topper Maureen Koster achter zich te laten. 'Ik heb gevochten, maar kon haar echt niet meer bijhouden. Daarom ben ik heel tevreden met deze tweede plek. Een mooie afsluiter van 2014, toch?' aldus Maureen Koster.

Khalid Choukoud heeft een topjaar in 2014 en sluit het jaar af met een mooie overwinning bij de sylvestercross. Tot het ingaan van de laatste ronde bleven Choukoud, Romarenko en Bouchikhi bij elkaar, maar de laatste ronde zette Choukoud nog even aan. 'Hoe dat voelt, in topvorm zijn? Dat je 's ochtends blij wakker wordt en dat de benen goed voelen. Ja, dat had ik vanochtend ook.'



LAAT je hardloop- en wandelschoenen (gratis) AANMETEN!

De juiste hardloop- of wandelschoen voorkomt **overbelasting, blaren** en zelfs **blessures**. De adviseurs van PK Runningshop meten daarom gratis schoenen aan, door middel van een *deskundige voet- en loopanalyse*, zodat je er zeker van kunt zijn dat je met de juiste schoen naar huis gaat.

- Gratis **statische en dynamische voetanalyse**
- Persoonlijk en deskundig **advies**
- Twee 35m lange **testbanen** met video-opname
- **Gratis parkeren** voor de deur
- **Beste prijs-kwaliteitverhouding**

Alle adviseurs van PK Runningshop zijn ervaren hardlopers en wandelaars. De grote schat aan gedeelde kennis biedt je de garantie dat zij de schoen kunnen vinden die bij uitstek voor jou geschikt is.

Dus: of je nu een beginnende hardloper bent, of juist een recreatieve wandelaar, **voor het beste schoenadvies ga je naar PK Runningshop!**



PK TEAMKLEDING Laat zien wie je bent!

Hardloopteams - wielerteams - voetbalteams - sportteams
PK Teamkleding is een afdeling binnen PK Runningshop die al jarenlang *bedrijven-teams, verenigingen en particulieren* van functionele en mooie outfits voorziet. Of je nu op zoek bent naar teamkleding voor *3 personen of 100 personen*, PK Teamkleding helpt je graag met het aankleden van **jouw team!**

- **Breed assortiment** met verschillende prijsklassen
- **Kwalitatief** hoogwaardige kleding
- Al je **wensen** zijn **mogelijk** (custom made)
- **Snelle** levering
- **Beste prijs-kwaliteitverhouding**

De werkwijze van PK Teamkleding is **snel, eenvoudig en kwalitatief hoogwaardig**. Als je precies weet wat je wilt, is het mogelijk om alles online te regelen. Als je nog niet van alle mogelijkheden op de hoogte bent, is het mogelijk om in de **showroom** bij PK langs te komen om de kleding te passen, te voelen en te bekijken. Ook bestaat de mogelijkheid, dat PK bij je langskomt om de mogelijkheden te laten zien.

Vraag vrijblijvend een offerte aan en ontdek welk verschil PK Teamkleding voor jouw bedrijf of organisatie kan maken!



PK RUNNINGSHOP

Dalwagen 43 Tel: 0488 480 350
6669 CB Dodewaard E-mail: info@pkrun.nl



PKRUN.NL
FACEBOOK.COM/PKRUN





EREGALERIJ WINNAARS HEREN PROMINENTEN 1981-2014

1981	Rob Strik	Nederland
1982	Hans Koeleman / Stijn Jaspers	Nederland
1983	Marti ten Cate	Nederland
1984	Pieter van der Haas	Nederland
1985	Aart Stigter	Nederland
1986	Aart Stigter	Nederland
1987	Herman Hofstee	Nederland
1988	Marc van Rooij	Nederland
1989	Marcel Versteeg	Nederland
1990	Tonnie Dirks	Nederland
1991	Herman Hofstee	Nederland
1992	Rene Godlieb	Nederland
1993	Tonnie Dirks	Nederland
1994	Aziz Bougra	Marokko
1995	Aziz Bougra	Marokko
1996	Kamiel Maase	Nederland
1997	Ayele Mezgebu	Ethiopië
1998	Richard Limo	Kenia
1999	Raymond Yator	Kenia
2000	Cyrus Kataron	Kenia
2001	Kamiel Maase	Nederland
2002	Simon Kiprof	Kenia
2003	Luke Kibet	Kenia
2004	Hillary Chenonge	Kenia
2005	Kamiel Maase	Nederland
2006	Nvt	
2007	Aziz Ennaji El Idrissi	Marokko
2008	Lucas Rotich	Kenia
2009	Jesper van der Wielen	Nederland
2010	Michel Butter	Nederland
2011	Dawit Wolde	Ethiopië
2012	Khalid Choukoud	Nederland
2013	Abdi Bashir	België
2014	Khalid Choukoud	Nederland



PROMINENTEN 1981-2014 EREGALERIJ WINNAARS VROUWEN

1988	Wilma van Onna	Nederland
1989	Wilma van Onna	Nederland
1990	Yvonne Kramer	Nederland
1991	Stefanie Staituviene	Nederland
1992	Anja Smolders	Nederland
1993	Irma Heeren	Nederland
1994	Selina Chirchir	Nederland
1995	Anja Smolders	Nederland
1996	Anja Smolders	Nederland
1997	Kutre Dulecha	Ethiopië
1998	Yimenashu Taye	Ethiopië
1999	Susan Chempkemei	Kenia
2000	Erika van der Bilt	Nederland
2001	Viola Kibiwott	Kenia
2002	Lenah Cheruiyot	Kenia
2003	Lornah Kiplagat	Nederland
2004	Gelete Burka	Ethiopië
2005	Etalemahu Kidane	Ethiopië
2006	Nvt	
2007	Adrienne Herzog	Nederland
2008	Adrienne Herzog	Nederland
2009	Adrienne Herzog	Nederland
2010	Miranda Boonstra	Nederland
2011	Veerle Dejaeghere	België
2012	Sifan Hassan	Ethiopië
2013	Sifan Hassan	Nederland
2014	Lucy Macharia	Kenia





Zonder Vrijwilligers van AV Pijnenburg geen cross!

De laatste dagen van het jaar zijn zo'n kleine 200 vrijwilligers van AV Pijnenburg druk met de voorbereidingen en organisatie van de Sylvestercross in en om de Soester Duinen. In het clubgebouw de Pijnenburgt worden 2 dagen voor de wedstrijddag enveloppen met startnummers gevuld, de computers met startlijsten worden warm gedraaid, en het inschrijfbureau geïnstalleerd. Buiten worden dan aan de toegangswegen van Soest routeborden en parkeerborden geplaatst. De dag voor de wedstrijd is het topdrukte. Het atletendorp in de Soester Duinen wordt opgebouwd. Terreinwagens en tractoren rijden af en aan om het opbouwmaterial naar de juiste plekken te rijden. Het dorp krijgt met de tenten, start- en finishgebied, looproutes, afzettingen, reclamedoeken al snel zijn vorm. Als alle 'tijdelijke gebouwen' zo aan het begin van de middag staan worden ze verder ingericht. Keukens, tafels en stoelen, bewegwijzering, planten en bloemen, geluids- en video-installaties alles krijgt nog voor het ingaan van de avond zijn plek. Het juist gereede 'tijdelijke dorp' loopt leeg en de vrijwilligers nemen nog een afzakkertje in de Pijnenburgt. Hier liggen ondertussen de honderden lunchpakketten voor de vrijwilligers voor de volgende dag gereed. Het tentendorp wordt trouwens gedurende de nacht tot de volgende ochtend bewaakt.

Al vroeg op de wedstrijddag worden de diverse cruciale locaties in de Pijnenburgt en het tijdelijke dorp bemenst. Verkeersregelaars, personeel inschrijfbureau, parcourswachten, barpersoneel, start- en finishorganisatie, medisch team en Rode Kruis en vele andere vrijwilligers maken zich op voor onze gasten. Vanaf het 1e startschot om 09.30 uur worden zo'n 3300 deelnemers over de uitgezette parcours geleid, en worden uiteindelijk aan de finish opgewacht. Allen ontvangen een drankje en een aandenken. Prijswinnaars worden op het podium in de bloemetjes gezet. Zo vliegt de dag voorbij, waarbij niet wordt vergeten om alle vrijwilligers te voorzien van een hapje en drankje. En dan na het laatste startschot, waarbij de grote groep van prestatielopers de duinen nog eenmaal tergt, wordt er gestart met de afbouw van het tijdelijke dorp.

De 'opruimploeg' is dan tot in het donker bezig om de Soester Duinen weer netjes achter te laten. Na afloop nog een afzakkertje in de Pijnenburgt en dan naar huis waar een ieder zich opmaakt voor de komende jaarwisseling. De Rabobank Sylvestercross is wederom zeer succesvol verlopen met medewerking van al onze vrijwilligers.



Prestatielopers en loopclinics op vier achtereenvolgende zondagochtenden in de maand december zijn een goede voorbereiding voor de Rabobank Sylvestercross!?

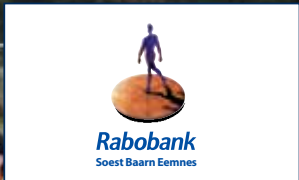
Het legioen prestatielopers, dat aan de Rabobank Sylvestercross meedoet, is een stabiele en groeiende factor voor de organisatie. Het aantal deelnemers is zodanig gegroeid, dat een prestatieloop over 4 km. aan het programma is toegevoegd, en het parcours is voor de 1e ronde aangepast met een extra lus. Hierdoor is de doorloop van de loop beter geworden. Mooi dat zo'n groot aantal lokale en regionale lopers aan onze cross meedoet. Het is ook heel mooi dat een deel van deze lopers zich middels de aangeboden clinics goed voorbereid op de komende cross. Onder deskundige begeleiding van looptrainers van AV Pijnenburg komen loopscholing, techniek, kleding en uiteraard routeverkenning aan de orde. Zo'n 70 deelnemers deden weer mee. Tijdens de laatste clinicdag hebben de trainers hun 'leerlingen' de laatste tips en trucs aangereikt om de cross goed te volbrengen.

Na afloop werd het nieuwe Rabobank Sylvestercross loopshirt uitgereikt. Dit jaar een wit Brooks shirt met aan de voorkant de logo's van onze naamsponsor 'de Rabobank' en onze eigen 'voetstap', en aan de achterkant het logo van ons goede doel 'de Regenboogboom'. De 3 loopgroepen zijn met hun trainers - allen in het nieuwe loopshirt - wederom op de gevoelige plaat gezet.



Naam: Maïke Gieling (31 jaar)
Categorie: Regenboogboom prestatieloop 4 km
Club: Hellas Triathlon Utrecht

Over wat ze van de loop vond, is Maïke heel duidelijk: "Dood gaan." Ze weet dat ze overdrijft en herstelt zich snel: "Het was wel echt pittig." Samen met twee clubgenoten zit ze aan de chocomel te genieten van de omgeving. Want dat was er tijdens de cross niet bij volgens de Utrechtse: "Het is een ontzettend technisch parcours. Je moet oppassen waar je loopt en als je door het losse zand zwoegt, heb je ook geen tijd om even rustig om je heen te kijken." Ondanks het vele klagen weten de drie atleten het zeker; "volgend jaar zijn we er weer bij."



COLOFON |

Eindredactie: Ron Lettinga
Interviews: Jesse van de Ven
Fotografie: Jaap van den Broek en Bert van den Broek
Ontwerp & lay-out: Noenus Design, Soest
Druk: Esed, Soest

