

α . s . r . | *Vitality*[®] **Sylvestercross**

IMPRESSIEBOEK

39



SYLVESTERCROSS

SOEST

30+31 DECEMBER





INHOUDSOPGAVE

Voorwoord.....	4
Vaarderhoogt Sylvester By Night.....	6
Sponsors en Suppliers	7
Vrienden van de Sylvestercross	8
Jeugdlopen.....	9
Vrijwilligers	11
Rabobank Sylvester Businessrun	14
Bink Sylvester Scholierencross.....	16
In de media.....	17
Bentinck Fonds Sylvester G-Cross	20
PK Masterscross en Double Korte cross	21
a.s.r. Vitality Prominenten.....	22
Eregallerij	23
Ons Goede doel.....	24



VOORWOORD

De 39ste editie van de a.s.r. Vitality Sylvestercross werd gekenmerkt door fantastisch weer, zowel op de 30ste als op de 31ste december. Het zand van de duinen was daardoor muller dan anders, maar voor het opbouwen en afbreken van het parcours en het start-finish gebied was dit wel zo aangenaam.

Ook deze editie verliep soepel, zowel in sportief als in organisatorisch opzicht. Alles bij elkaar hadden we dit jaar meer dan 5000 inschrijvingen!

Het programma was hetzelfde als het voorgaande jaar, maar gezien het succes, hebben we de Vaarderhoogt Sylvester by Night tot vast onderdeel van het evenement gemaakt en ons logo hierop aangepast.

Dit jaar was wederom voor een ongelooflijk mooi parcours gezorgd vol verrassingen en prachtige lichteffecten in de mooie Soester Duinen. Schitterend en met een geweldige sfeer! Daardoor kwamen er in deze 3e editie maar liefst 765 deelnemers, die overduidelijk met volle teugen genoten.

Op de 31ste december was er het gebruikelijke programma, maar nu met onze nieuwe hoofdsponsor a.s.r. Vitality. Een merk dat geweldig aansluit op een evenement als dit. Naast de Bink Sylvester Scholierencross was er ditmaal voor de 3e keer de Bentinck Fonds G-cross. Wij waren verheugd over de grote deelname aan beide evenementen. De Bas van de Goor Foundation, ons goede doel, kon dit jaar dankzij grote inzet van hun team de overwinning van de Rabobank Sylvester Businessrun op hun naam schrijven. Dit was hen, tot hun spijt, vorig jaar niet gelukt.

Bij de Prominenten en Masters werd een geweldige sportieve strijd geleverd. Onze Racedirector was erin geslaagd om zowel bij de dames als de heren een mooi startveld te organiseren met vele bekende namen. Veel opkomend talent ging de strijd aan met de gevestigde orde.

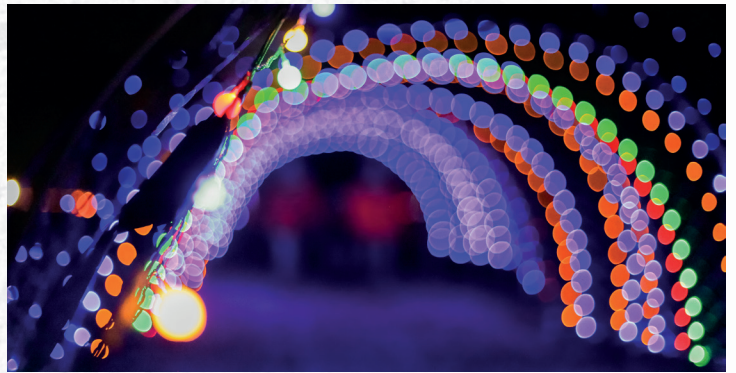
Tot slot danken wij de vele vrijwilligers voor hun grote inzet, voor de warme ondersteuning van Vrienden, Sponsors en Suppliers, maar zeker ook voor de goede samenwerking met AV Pijnenburg. Heel veel dank daarvoor!

In 2020 organiseren wij de 40e editie van de Sylvestercross, een jubileum. Dat zullen wij zeker laten blijken bij deze editie. Wij kijken daarom met veel plezier uit naar deze 40e editie van de Mooiste cross van Nederland!

Evert P. ten Kate

Voorzitter Stichting Sylvestercross Soest





SYLVESTER BY NIGHT

SUCCESSVOLLE DERDE EDITIE VAARDERHOOGT SYLVESTER BY NIGHT

Het bestuur zou na 3 jaar bepalen of de Sylvester by Night een blijvend onderdeel zou worden van de Sylvestercross. Wegens het grote succes van de eerste twee edities was er een vroegtijdig oordeel geveld: de Sylvester by Night mag blijven!

Ons creatieve projectteam is in september samengekomen om te evalueren, brainstormen en taken en subgroepen te verdelen. Vol enthousiasme kwamen er verschillende ideeën op. Hoe kunnen we de start nog meer aandacht geven? Iets doen met tenten? Nog meer verlichting tussen de verschillende onderdelen? En zo ja: wat dan? Zelf maken? Huren?

Vervolgens aan de slag. Tussentijdse besprekingen. Hoe staat iedereen ervoor? Wat is er nog nodig en wat lukt wel of niet?

Tevens is er weer de nodige aandacht voor veiligheid. En niet te vergeten aan het inzetten van sociale media, met name Facebook en Instagram, naast de verspreiding van flyers en posters.

Steeff Biesterveld, projectleider sinds dag één, heeft dit jaar het stokje overgedragen aan ondergetekende.

Gelukkig bleef Steef, met zijn expertise, nog nauw betrokken bij de organisatie.

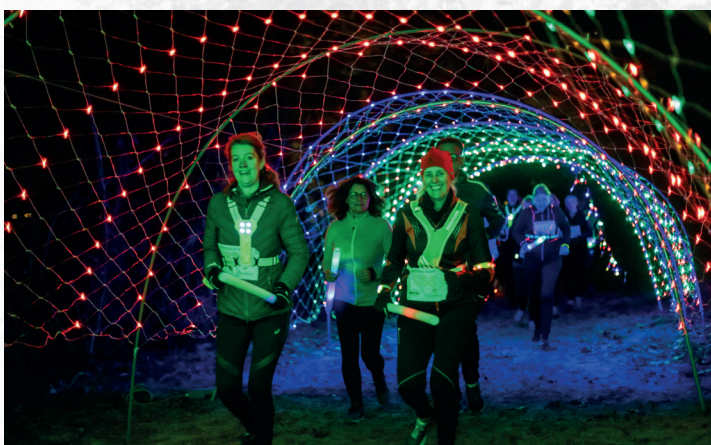
Met deze derde editie hebben we onszelf nogmaals van onze beste kant laten zien, met nieuwe sfeerelementen zoals onder andere geisers bij de start, een lichttunnel en een lichtgevende reus. Aan alle kanten was onze twee jaar aan praktijkervaring goed te merken. En bij het op- en afbouwen hebben we vermoedelijk een nieuw PR gevestigd.

Aan de reacties van de 765 deelnemers en het publiek te horen: zondermeer wederom een geslaagd evenement. Dit met dank aan een onmisbaar team van zo'n 35 enthousiaste vrijwilligers, het bestuur en de sponsors.

Ik heb het projectleiderschap ervaren als een dankbare taak met een grote verantwoordelijkheid en kijk nu al uit naar de volgende editie.

Marijn Uijland

Organisatie Vaarderhoogt Sylvester by Night



SPONSOREN



SUPPLIERS

Amsterdamsche Club voor Zweefvliegen	Evenementen Hekken Ermelo	Expressive Audio Rental	Fotograaf Jaap van den Broek
Gebr. Beijer Soest	JvA Dogsecurity	Massagepraktijk Soest	Medical Team Nederland
Nederlandse Rode Kruis	S.O. Soest	Sportmassageteam Amersfoort	Stefan Rademaker
Sushi Time	TBS Soest B.V.	Troefmarkt Harry Janmaat	Uit in Soest/RBT
Van Doorn Soest	Van Doorn Verhuur	VRU Brandweer Regio Utrecht	Top's Edelgebak
Ijssalon Beemer			

VRIENDEN

GOLDEN VRIENDEN



ZILVEREN VRIENDEN

Garage van Beek
Jager Bokdam De Visser Netwerk
Notarissen
Kok Tuinmachines
Majoor Makelaars
MidCoat B.V.
Straal-Totaal Soest B.V.

(DIKKE) VRIENDEN

Gebr. Beijer Containerverhuur
Hans Nota Optiek
Kapsalon Haarland
MEGA Tegels en Badkamers
Van de Hoef Dental
Van Zal Camper&Caravanherstel
Verdonk Trappen bv
Vlaai & Zo
Wasiel Steitner Woninginrichting
Westra Recycling
Wolverlei Apotheek

Badkamerhuys Soest
Bakkerij de Zoete Verleiding
Bob's Bloemen
Cafeteria Lekkerr
Fysio- en manuele therapie Overhees

Fysiotherapie Van Putten
G. van de Munt Soest bv Automaterialen
Grieks Restaurant Nostalgie
Hulleman Optiek
Kleinegris Administratiekantoor
MMS MEUBEL MAATWERK SOEST
NOTARISKANTOOR van Veeren
Optiek Zuid
Sluyter Kappers
Stomerij Roelofs
Uw slager Marco Veenema
Valk Accountancy
Vakantie Xperts
Van der Linden - Slijterij & Wijnhandel
Wijnhandel-Slijterij Brouwer
Witgoed Specialist Soest
W & P personeel en salaris

DANKWOORD

VRIENDEN VAN DE SYLVESTERCROSS 2019

Voor de Sylvestercross worden gedurende het jaar vele voorbereidingen getroffen. Hierbij zijn diverse vrijwilligers betrokken en hun aantal neemt toe, naarmate de data van de cross – 30 en 31 december – naderen. Het totaal aantal mogelijke deelnemers is op de 31ste december onder andere begrensd door de aan veiligheid gestelde eisen en met name bij de prestatie-loop door de capaciteit van het parcours. Toch vindt er elk jaar groei en verbetering plaats. Er worden nieuwe zaken ontwikkeld.

Een mooi voorbeeld is de dit jaar voor de 3e keer succesvolle 'Sylvester by night Run' die aan de vooravond van de 31ste december plaats vindt. Om dit alles mogelijk te maken is financiële ondersteuning blijvend belangrijk.

De VRIENDEN van de Sylvestercross spelen hierin al vele jaren een belangrijke rol. Hun trouwe ondersteuning

blijft voor de organisatie van grote waarde. Elk jaar is het goed te constateren dat vele VRIENDEN opnieuw bereid zijn hun financiële aandeel te leveren. Sommige moeten soms afhaken, maar we vinden daarnaast ook weer nieuwe VRIENDEN bereid om mee te doen.

Veel zaken en acties die tezamen tot een geslaagde Sylvestercross leiden, zijn mede door de opgebouwde ervaring goed te beheersen. Alleen het WEER blijft altijd een onzekere factor. Deze cross hadden we alles mee... het was schitterend weer, een mooi winterzonnetje en vrijwel geen wind...ideale omstandigheden! Mede daardoor was de 39ste SYLVESTERCROSS GRANDIOOS.

Dank voor jullie ondersteuning!

Ariena van den Hout en Ad Smits
Leden Sponsorcommissie / Vrienden

JEUGDLOPEN

MEISJES PUPILLEN D (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Liv Kay	Assendelft	07:25
2e	Luka de Klerk	Atletiek Abcoude	07:49
3e	Benthe Walen	Pijnenburg	08:00

JONGENS PUPILLEN D (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Maas Janssen	PAC	06:44
2e	Bomba Bomba	Ciko '66	06:46
3e	Hugo Hulleman	Atletiek Abcoude	06:59

MEISJES PUPILLEN C (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Lynn van Hest	TRR	05:51
2e	Celine Struijvé	Doorwerth	05:56
3e	Flore van Keulen	Clytoneus	05:57

JONGENS PUPILLEN C (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Samuel Hulleman	Atletiek Abcoude	05:46
2e	Jarno van Mourik	Bennebroek	06:22
3e	Mark Strang van Hees	Pijnenburg	06:36

MEISJES PUPILLEN B (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	June van Hooijdonk	Hellas	06:12
2e	Pueblita Renfurm	SAV	06:13
3e	Wende Geurtsen	Pijnenburg	06:29

JONGENS PUPILLEN B (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Eneas Verbakel	Pijnenburg	05:35
2e	Thijmen Mol	GVAC	05:42
3e	Quinten Orij	Hylas	05:45

MEISJES PUPILLEN A (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Valerie van Keulen	Clytoneus	05:18
2e	Jasmijn van Steenpaal	Atverni	05:26
3e	Liz Schoonhoven	Atverni	05:26

JONGENS PUPILLEN A (1200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Henry Nicolaas	Altis	04:51
2e	Thijmen van Wijchen	GAC Hilversum	04:55
3e	Per Bakker	PEC 1910	04:57



JEUGDLOPEN



Als je ziet met wat voor geweld de jeugd het Sylvestercross parcours in de ochtend over raast kun je niet anders dan concluderen dat het in de ochtend net zo spectaculair is als in de middag als de prominenten heren en dames de Soester Duinen betreden.

Bij de jongste deelnemers aan de cross wordt er keihard gestreden om de drie podiumplekken. En dat begint al om 9.30uur als de pupillen D hun wedstrijd aanvangen.

Ouders zijn ieder jaar weer vroeg op de been om hun kroost aan te moedigen tijdens de verschillende wedstrijden en op te vangen als zij uitgeput hun onderdeel afsluiten. Hoe jong of hoe oud ze ook zijn. Ieder heeft één doel: zo snel mogelijk over de eindstreep en het jaar zo sportief afsluiten.

MEISJES JUNIOREN D (2000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Sophie Eikendal	Ciko '66	07:51
2e	Kaate Mulders	Gennep Atletiek	08:02
3e	Pippa Chadwick	AV '40	08:04

JONGENS JUNIOREN D (2000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Jeffrey de Kok	Haarlemmermeer	07:42
2e	Stan Winter	PAC	07:43
3e	Jeremy Eilander	Veluwe	07:50

MEISJES JUNIOREN C (2000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Selina Franken	AV Zeewolde	07:54
2e	Sien van Vuuren	AV Castricum	07:56
3e	Jikke van der Ploeg	Triathlon	07:57

JONGENS JUNIOREN C (2000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Niels Laros	Scorpio	07:05
2e	Juan Zijderlaan	Atverni	07:11
3e	Jaap Zoon	Flevo Delta	07:18

MEISJES JUNIOREN B (3200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Tess van Randwijk	AV '34	13:00
2e	Luna de Bruin	NTB	13:15
3e	Marit Griep	Scorpio	13:28

JONGENS JUNIOREN B (4000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Stefan Nillessen	Cifla	14:03
2e	Tim de Wild	Hellas	14:07
3e	Mads Meijer	De Sprinter	14:08

MEISJES JUNIOREN A (4000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Emmy van den Berg	Prins Hendrik	15:40
2e	Amina Maatoug	Leiden Atletiek	15:43
3e	Vera de Vries	Horror	15:45

JONGENS JUNIOREN A (6000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Rick van Riel	Attila	20:51
2e	Noah Baltus	SAV	20:55
3e	Djoao Lobles	Noordkop	20:57

VRIJWILLIGERS



BEDANKT!





BUSINESSRUN

RABOBANK SYLVESTER BUSINESSRUN - GEZELLIGE SYLVESTER BUSINESSRUN

Zoals elk jaar start de Rabobank Sylvester BusinessRun van de Sylvestercross met ontvangst in de sportaccommodatie van SO Soest. Zo rond 10 uur ging de bontgekleurde lange stoet van deelnemers richting het startterrein van de Sylvestercross in de duinen. De fotograaf maakte mooie groepsfoto's onder de boog van ons goede doel 'Bas van de Goor Foundation, sportief met diabetes'. Na nog wat inlopen en parcoursverkenning vulde het startvak zich met de lopers.

Het startschot zette om 10:35 uur de 221 deelnemers in beweging voor vier mooie ronden van 2 km door het duinzand en over de goed geprepareerde bospaden. De weersomstandigheden waren optimaal: lekker fris en een waterig zonnetje. Het veld ligt na de eerste ronde al uiteen, de toppers gaan flink

door en de meer recreatieve lopers kost het per ronde zichtbaar meer moeite om de zandstrook bij start-finish te slechten. Maar bij de vlag niets anders dan voldane gezichten en high-five's.

De organisatoren van de BusinessRun hoorden als altijd veel positieve geluiden. Gemak, gezelligheid en service worden wederom als de unieke eigenschappen van de Rabobank Sylvester BusinessRun genoemd. Na de opfrisbeurt en de massage bij S.O. Soest gaat de lunch er ook weer goed in. "Tot volgend jaar" is het credo en zo hoort de organisatie het graag!

Wouter de Blocq en Hans van de Wolff
Organisatie Rabobank Sylvester Businessrun

RABOBANK SYLVESTER BUSINESSRUN INDIVIDUEEL (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Eltjo van Mechelen	Bas van de Goor Foundation	31:49:00
2e	Vincent Koch	Bas van de Goor Foundation	32:20:00
3e	Jeroen Akerboom	Balance	32:44:00

RABOBANK SYLVESTER BUSINESSRUN TEAMS (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1	Bas van de Goor Foundation	Arnhem	02:11:58
2	Gemeente Utrecht	Utrecht	02:15:18
3	Triodos Bank	Zeist	02:28:00





SCHOLIERENCROSS

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS SLUIT EERSTE DECENNIUM AF MET RECORD AANTAL DEELNEMERS

De afgelopen 10e editie van de Bink Sylvester ScholierenCross deden 436 lopers mee. In het startjaar 2010 deden 75 scholieren mee het vijfde jaar waren dat er 216. Inmiddels is het aantal deelnemers verdubbeld naar 436 en daarmee stijgt ook het aantal belangstellenden in de ochtend tijdens de ScholierenCross. Dankzij onze sponsor Bink Kinderopvang uit Soest en Hilversum is deelname via de scholen gratis. We hebben gezien dat in de categorie groep 7-8 al een paar jaar op rij veel kinderen voor de zesde keer lopen. Een bewijs dat zij het 'gaaf' vinden om elk jaar weer mee te doen.

De ScholierenCross is daarmee uitgegroeid tot een van de grootste onderdelen van de Sylvestercross. In de omstreken Soest en Soesterberg en daarbuiten zoals Vleuten zien we dat veel basisscholen en scholieren deze cross een vaste plek in de agenda gaven. Scholieren vanaf groep 3 streken in teams van 4-7 leerlingen om

de titel 'de snelste scholieren van Soest en omstreken!' in drie verschillende leeftijdscategorieën. Dit jaar was de cross extra zwaar vanwege het droge mulle zand. Moe en voldaan kwamen de enthousiaste scholieren over de finish. Iedereen kreeg als beloning een bekertje. De prijsuitreiking van de ScholierenCross was het drukst bezochte onderdeel van dit jaar. Honderden scholieren, begeleiders, docenten en ouders stonden met spanning voor het grote podium te wachten. Benieuwd welke winnaars ze toe konden juichen.

Met plezier kijken wij uit naar het onderdeel 'ScholierenCross' op de 40e Sylvestercross. We komen graag met (nieuwe) scholen in contact over hoe 'gaaf' het is. Wie weet kunnen we dan nog meer scholen op dit evenement verwelkomen!

Patrick Mulder
Bestuurslid Teamlopen en MVO

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS GROEP 3/4 (1200M)

Uitslag	Naam	Plaats	Tijd
1e	3e Van der Huchtschool	Soest	27:38:00
2e	Eerste van der Huchtschool	Soest	29:48:00
3e	De Werveling	Soest	30:49:00

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS GROEP 5/6 (1200M)

Uitslag	Naam	Plaats	Tijd
1e	Basisschool de Bron	Soest	24:42:00
2e	De Werveling	Soest	26:38:00
3e	De Twaalfruiter	Vleuten	26:46:00

BINK SYLVESTER SCHOLIERENCROSS GROEP 7/8 (1200M)

Uitslag	Naam	Plaats	Tijd
1e	3e Van der Huchtschool	Soest	24:24:00
2e	Insingerschool	Soest	24:47:00
3e	Eerste van der Huchtschool	Soest	25:25:00



Nieuwe lichting topatleten

Sylvestercross bol van spanning en gezelligheid

Het avondschede van het Soester Sylvestercross op 30 december in Soester Duinen was een spannende wedstrijd met een grote sfeer. De organisatie was erin geslaagd om een geweldige avond te maken met een leuke lichting topatleten en een gezellige sfeer. De organisatie was erin geslaagd om een geweldige avond te maken met een leuke lichting topatleten en een gezellige sfeer.



HV Eindhoven moet op zoek naar nieuwe technische staf

Handballers zorgen voor grote versiering tegen HC '36

De Nederlandse handballers van HV Eindhoven moeten op zoek naar een nieuwe technische staf. De huidige staf heeft hun contract niet verlengd, dus de club is op zoek naar nieuwe talenten.

Avondloop vol sfeer voor hele familie

'Sylvester by night' niet meer weg te denken

De Sylvestercross by night is uitgegroeid tot een van de populairste evenementen in Soester Duinen. Het trekt duizenden toeschouwers en deelnemers, wat zorgt voor een geweldige sfeer voor de hele familie.



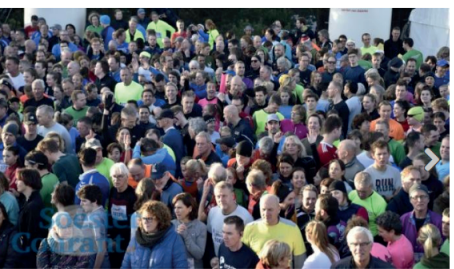
templeijte • Volgen
Soest, Netherlands



181 vind-ik-leuks

templeijte Sylvestercross Soest @sylvestercross.soest

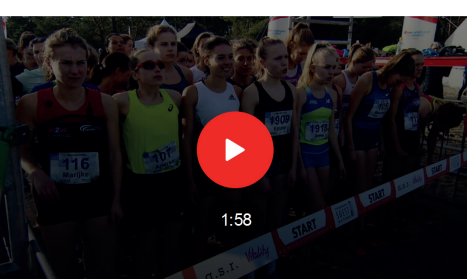
... meer



NOS 8 km 9°

NOS SPORT • ATLETIEK • DI 31 DECEMBER, 15:32

Koster schrijft Sylvestercross op haar naam, Belgische mannen domineren



Koster schrijft Sylvestercross op haar naam

Maureen Koster heeft de 39ste editie van de Sylvestercross in Soest op haar naam

kleinjefloretsports • Volgen
Soester Duinen

36 vind-ik-leuks

syvester_by_night Wat hebben jullie leuke foto's gemaakt! En dat zand is inderdaad best pittig he! Maar super dat jullie er was dankjewel 🙌🙌

Antwoorden weergeven (1)

hoogland Super gaat! 🙌

Antwoorden weergeven (2)

daar_loopt_ze_waar Supericou

Antwoorden weergeven (2)

0:22:12

3,50km

10 DECEMBER 2019

Een opmerking toevoegen...

Sfeervolle Sylvestercross: duizenden lopen en duizenden kijken

31-12-2019, 19:22

SOEST De Sylvestercross is meer dan alleen een hardloopevenement. Het is een grootschalige happening waar duizenden mensen plezier aan beleven. De traditionele cross op Oudejaarsdag is inmiddels een tweedaags festijn geworden. De Soester Duinen is een grote ontmoetingsplaats waar sportievelingen het jaar actief afsluiten. Op 30 december de Sylvester by Night en op Oudejaarsdag dertig verschillende starts voor jong en oud.

pouwanne • Volgen
Soester Duinen

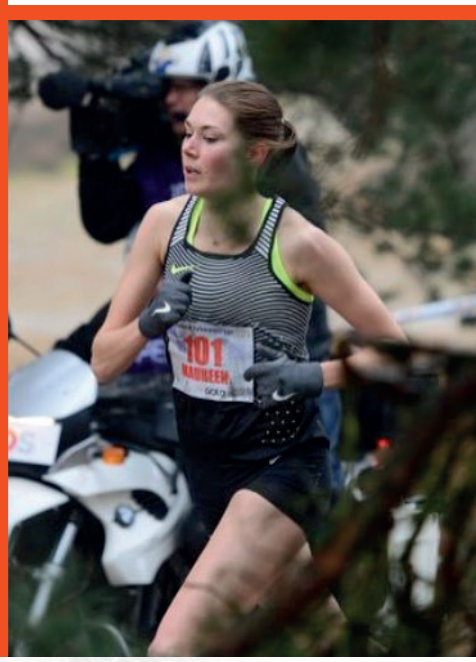
36 vind-ik-leuks

pouwanne #sylvestercross2019 #rennendhetjaaruit #lichtjeshow 🙌🙌

floor_drisen 🙌🔥

gemmynielen Lekker hoor An! 🙌🙌🙌🙌

30 DECEMBER 2019



MaaikPolders @MaaikPolders • 31 dec. 2019

Wat was leuk lopen door de verlichte Soester duinen #sylvestercross



maureenkoster • Volgen

maureenkoster Tomorrow it's RACE DAY and there is no better way to end the year than with racing @sylvestercross.soest 🙌🙌 @erki67

#athletics #athlete #fit #crosscountry #motivation #athletelife #workout #training #nike #nikewoman #racing #running #run #speed #runner #fitness #runningmotivation #instanrunner #runnersofinstagram

666 vind-ik-leuks

30 DECEMBER 2019

Een opmerking toevoegen... Plaatsen

IN DE MEDIA

vdlarschotfotografie • Volgen



34 vind-ik-leuks

vdlarschotfotografie Er staan al enkele foto's van de @sylvestercross.soest online in het Facebook album

10 Noordhollands Dagblad



Tempo 4:52 /km. Tijd 40m 34s

reijersendj • Volgen Sylvestercross Soest

lacarotte1987 Leuk tegeltje man

6 w. 2 vind-ik-leuks Reageren

Antwoorden weergeven (1)

tom.tries.to.run wat een tempo door dat mulle zand

6 w. 1 vind-ik-leuk Reageren

Antwoorden weergeven (1)

65 vind-ik-leuks

31 DECEMBER 2019

Een opmerking toevoegen... Plaatsen

Maureen Koster snelt na drie jaar opnieuw naar de winst bij Sylvestercross in Soest, Belgisch kampioen wint bij de mannen



De Alphense Maureen Koster won op nieuwjaarsdag de Sylvestercross in Soest voor de tweede maal.

© Foto Studio Kastermans/Leon Dakkus



1.479 vind-ik-leuks

31 DECEMBER 2019



irenedijksterhuis • Volgen Sylvestercross Soest

irenedijksterhuis Zonnig weer, zonnige familie. Deze traditie is er al 100 jaar in de houder! Pap heeft inmiddels zijn 21e tegeltje van de Sylvestercross - Nee De Keuren waren niet op elkaar afgestemd! #sylvestercross #winnen #running #cross #nieuwsomroeping #vrijwilliger #hardlopen #nieuwjaarsdag

6 w. 1 vind-ik-leuk Reageren

49 vind-ik-leuks

31 DECEMBER 2019

Een opmerking toevoegen... Plaatsen

Erik H. @HWH61

Start #sylvestercross #soest #topweer #hardlopen #lopenisleuk!



3:01 p.m. · 31 dec. 2019 · Twitter for iPhone

2 Vind-ik-leuks



soufiane22 • Volgen

soufiane22 🏆 Finished 2019 with a great win at the prestigious Sylvestercross in Soest! 🏆 🙌🏆

#adidasrunning
#adepts
#suzukibelux
#valdeuropeathletisme
#RFCL
#relentless
#bizzsports
@odileverzantvoort_photography

6 w.

ilyass_iza 🙌🙌🙌

6 w. 1 vind-ik-leuk Reageren

494 vind-ik-leuks

31 DECEMBER 2019

Een opmerking toevoegen... Plaatsen

Luc Veenstra @LucVeenstra

Nog even terug naar 2019.. Omdat het zo geweldig was.

#sylvestercross #soest



11:52 a.m. · 1 jan. 2020 vanuit Zuidhorn, Nederland · Twitter for Android

1 Vind-ik-leuk

BENTINCK FONDS VROUWEN G-CROSS (600M)

Uitslag	Naam	Plaats	Tijd
1e	Marianne Verdonk	Generaal Michaelis	02:48
2e	Celeste Sebel	Soest	04:04
3e	Marloes vd Breemer	Baarn	04:28

BENTINCK FONDS HEREN G-CROSS (600M)

Uitslag	Naam	Plaats	Tijd
1e	Bram Bartels	Soest	02:34
2e	Michel Stoeckart	Soest	03:20
3e	Joost Onwezen	Soest	03:22



BENTINCK FONDS SYLVESTER G-CROSS

Toen Luz Achterberg (24 jaar) en Merlijn Nijman (36 jaar) aan de start stonden van de 3e Sylvester Bentinck Fonds G-cross afgelopen 31 december, wisten zij al: wij gaan een beker winnen!

Luz en Marlijn werken allebei bij de Lindenhof in Soest. Met 8 deelnemers en bijna even zoveel begeleiders was de Lindenhof zoals ieder jaar goed vertegenwoordigd. Terwijl Merlijn al eerder de G-cross gelopen had, was het voor Luz een hele nieuwe ervaring. "Het was een hele leuke sfeer, heel druk en gezellig. Heel veel mensen stonden aan de kant te kijken en te juichen. Ik was benieuwd hoe pittig het zou zijn om hard te lopen in het zand," zegt ze. Merlijn: "Ik dacht: ik ga mijn eigen tempo rennen, niet om te winnen maar voor mijn plezier." Beiden waren enthousiast geworden omdat Sander, de manager en mede-eigenaar van de Lindenhof, alle collega's had gevraagd om mee te doen als afsluiting van het jaar en om met zijn allen een sportief evenement mee te kunnen maken. Het startschot klonk en weg waren de G-crossers. Luz en Merlijn liepen ergens in het midden van de groep. Luz: "Ik kreeg na een tijdje wel wat zware benen van het zand. Gelukkig had ik mijn sportkleren aangetrokken, een ruime, makkelijk zittende legging met een trui en sportschoenen, want het eerste stuk was echt zwaar."

Merlijn had gewoon zijn spijkerbroek aan, gelukkig wel met gympen. Al gauw kwam de eerste bocht in zicht, daarna het zware paarden pad en tenslotte links de weg naar boven, het duin op. De mensen aan de kant stonden te juichen en te klappen en het leek wel of de G-crossers vleugels kregen. Hard liepen ze, harder en nog harder, totdat het duin wel erg hoog bleek te zijn en het zand behoorlijk zacht. Hardlopen werd ploeteren en het zand stooft om hun oren. Ondanks

dat Luz een fanatieke sporter is (ze fitnest twee tot drie keer per week bij een sportschool in Amersfoort, dichtbij haar woongroep) moest ze de laatste meters wel even afzien. Datzelfde gold voor Merlijn, die met rode konen hijgend, maar met een grote glimlach om zijn mond, de finish bereikte. Ook Merlijn is graag in beweging, niet alleen in de keuken en in de bediening, maar ook op de hometrainer thuis, bij zijn woongroep.

Beiden ontvingen bij de finish een tas met een flesje drinken, een heerlijke koek en natuurlijk de prachtige beker waar zij zich van tevoren al zo op hadden verheugd. Bij de finish werden zij enthousiast onthaald door Sander en toen de hele groep binnen was mochten ze in de grote tent met elkaar proosten op een fantastische slotprestatie van dit mooie jaar.

Hun welverdiende prijs staat nu in de kast (Luz) en te prijken naast verschillende Horeca-prijzen op een plank in de kamer (Merlijn). Zo kunnen ze er vaak naar kijken en nagenieten van hun prestatie.

Of ze volgend jaar weer meedoen? "Ik hoop het" zegt Merlijn. En meteen geeft hij aan alle potentiële G crossers alvast een paar tips door:

Of ze volgend jaar weer meedoen? "Ik hoop het," zegt Merlijn. En meteen geeft hij aan alle potentiële G-crossers alvast een paar tips door: "Rustig aan beginnen, niet zenuwachtig zijn want iedereen kan het. En trek sportieve kleren aan want nette schoenen en een spijkerbroek zijn toch niet zo handig....."

Yvonne Sebel
Organisatie G-Cross



MASTERCROSS EN KORTE CROSS

PK MASTERCROSS VROUWEN 35 (6000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Femke van Hest	TRR	25:47:00
2e	Ingrid Klaassen	Running Holland	26:09:00
3e	Sandra van de Kieft	Altis	27:17:00

PK MASTERCROSS VROUWEN 45 (6000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Mirjam Koersen	GAC Hilversum	25:44:00
2e	Nicole Philippens	Triathlon	26:34:00
3e	Nathalie Klaassen	AAV '36	26:58:00

PK MASTERCROSS VROUWEN 55 (6000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Carla Ophorst	Olympus '70	27:50:00
2e	Petra Hasper	De Sprinter	28:07:00
3e	Janet Stapelbroek	Pijnenburg	30:52:00

PK MASTERCROSS MANNEN 35 (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Jeroen Kramer	Zaanland	29:03:00
2e	Erik Slomp	BB Iopers	29:36:00
3e	Pieter Hendrickx	Retie	29:51:00

PK MASTERCROSS MANNEN 45 (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Nico Altorf	NSL	30:40:00
2e	Pip Tesselaar	Hera	30:48:00
3e	Michel van der Klein	PAC	30:56:00

PK MASTERCROSS MANNEN 55 (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Cees Kersten	TAS '82	32:24:00
2e	Jan Kortekaas	Leiden Atletiek	33:28:00
3e	Tim Brouwer de Koning	Leiden Atletiek	34:19:00

PK MASTERCROSS MANNEN 65 (8000M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Gerard Wouters	Spiridon	37:41:00
2e	Frans Looijer	GAC Hilversum	38:56:00
3e	Toon Verkerk	avVN	41:00:00



DOUBLE KORTE CROSS VROUWEN (3200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Britt Ummels	Unitas	12:23
2e	Marcella Herzog	Running2000	12:26
3e	Renee Eykens	België	12:29

DOUBLE KORTE CROSS MANNEN (3200M)

Uitslag	Naam	Vereniging	Tijd
1e	Jesper van der Wielen	Cifla	10:38
2e	Tom de Gelder	Cifla	10:40
3e	Kevin Viezee	AAC	10:45

PROMINENTEN

A.S.R. VITALITY VROUWEN PROMINENTEN (6000M)

Uitslag	Naam	Land	Netto
1e	Maureen Koster	AAV '36	22:28
2e	Tabitha Gichia	Kenia	22:45
3e	Jasmijn Bakker	Triathlon	22:51

Maureen Koster kwam deze editie bij de Vrouwen Prominenten over een afstand van 6000 meter als eerste over de finish. De specialiste van de baan kwam solo aan de finish. Het is de tweede keer dat Koster de Sylvestercross op haar naam schrijft. Zij won ook al in 2016. De Keniaanse Tabitha Gichia arriveerde als tweede met 17 seconden achterstand. Jasmijn Bakker werd derde op 23 tellen.



A.S.R. VITALITY MANNEN PROMINENTEN (10.400M)

Uitslag	Naam	Land	Netto
1e	Soufiane Bouchiki	België	35:08:00
2e	Dame Tasema	België	35:09:00
3e	Mahamed Mahamed	Groot-Brittannië	35:13:00

De zege bij de mannencross over 10,4 kilometer ging naar Belgisch kampioen Soufiane Bouchiki. Hij was twee jaar geleden ook al de winnaar. Bouchiki troefde in de eindsprint zijn landgenoot Dame Tasema af. De Brit Mahamed Mahamed werd derde. Stan Niesten was de beste Nederlander op de zesde plaats

EREGALLERIJ

WINNAARS VROUWEN

1981	Nvt	
1982	Tineke Klufft	Nederland
1983	Irma Heeren	Nederland
1984	Karin de Nijs	Nederland
1985	Tineke Klufft	Nederland
1986	Christine Toonstra	Nederland
1987	Wilma van Onna	Nederland
1988	Wilma van Onna	Nederland
1989	Wilma van Onna	Nederland
1990	Yvonne Kramer	Nederland
1991	Stefania Statkuvieniė	Litouwen
1992	Anja Smolders	België
1993	Irma Heeren	Nederland
1994	Selina Chirchir	Kenia
1995	Anja Smolders	België
1996	Anja Smolders	België
1997	Kutre Dulecha	Ethiopië
1998	Yimenashu Taye	Ethiopië
1999	Susan Chepkemei	Kenia
2000	Erika van der Bilt	Nederland
2001	Viola Kibiwot	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
2015	Almensch Belete	België
2016	Maureen Koster	Nederland
2017	Katarzyna Rutkowska	Polen
2018	Julia van Velthoven	Nederland
2019	Maureen Koster	Nederland

WINNAARS MANNEN

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	Tonnie Dirks	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 Kiprop	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	Bashir Abdi	België
2014	Khalid Choukoud	Nederland
2015	Jeroen D'Hoedt	België
2016	Abdi Ulad Hakin	Denemarken
2017	Soufiane Bouchikhi	België
2018	Napoleon Solomon	Zweden
2019	Soufiane Bouchikhi	België



basvandegoor
foundation

sportief met diabetes

Vanaf 2017 kan de Bas van de Goor Foundation rekenen op een bijdrage uit de inkomsten van de Sylvestercross. Door elke drie jaar een nieuw goed doel te kiezen, ondersteunt de Stichting Sylvestercross verschillende organisaties via bijdragen van de deelnemers. Door het evenement krijgt het goede doel ook exposure. Elke deelnemer kan bij zijn inschrijving een extra bedrag overmaken dat ten goede komt aan de stichting die zich inzet om mensen met diabetes een beter leven te bieden door ze te laten bewegen.

De Bas van de Goor Foundation zet zich sinds 2006 in om mensen met diabetes in beweging te brengen naar een betere kwaliteit van leven. Sporten en bewegen is voor iedereen goed, maar voor mensen met diabetes soms best ingewikkeld. Terwijl het juist voor deze groep heel veel positieve effecten heeft, bijvoorbeeld op hun bloedsuiker-waardes en hun medicijngebruik. Door het organiseren van sportieve activiteiten informeert de stichting mensen over deze effecten.

De deelnemers aan de a.s.r. Vitality Sylvestercross 2019 hebben samen het prachtige bedrag van in totaal € 1.825 aan de Bas van de Goor Foundation gedoneerd.

**MEER INFORMATIE VINDT U OP
WWW.BVDGF.ORG OF
WWW.SYLVESTERCROSS.NL**



Voor een sportief leven met diabetes - www.sportiefmetdiabetes.nl



EN TOT VOLGEND JAAR!





COLOFON

Eindredactie:

Joël de Bree

Fotografie:

Jaap van den Broek, Rico Uiterwijk,
Peter Alexander, Harry van 't Veld,
Rick Beijin

Ontwerp & Layout:

Niels van Rees