



AMAK

AKERSLOTTER MARATHON KLUB



Marathonafdeling sinds 1981



Wandelafdeling sinds 1994

Nummer 242 augustus 2024

AKERSLOTERMARATHONKLUB AMAK
Opgericht 31 januari 1981 (wandeltak sinds april 1994)

COLOFON

BESTUURSLEDEN:

Sandra Eriks	voorzitter	Dielofslaantje 2 06-17378556 voorzitter@amakakersloot.nl
Ans Kaptein	secretaris	Klein Dorregeest 7a secretaris@amakakersloot.nl
Lida Oud	penningmeester	Kerklaan 19 penningmeester@amakakersloot.nl
Edwin Jaspers	technische zaken	Delving 42 hardlopen@amakakersloot.nl
Erwin Tiebie	bestuurslid	Madeliefpad 12 redactie@amakakersloot.nl

LEDENADMINISTRATIE:

Marlies Dekker voorzitter ledenadministratie@amakakersloot.nl

WANDELAFDELING:

Kees Deijlen secretaris wandelen@amakakersloot.nl

REDACTIE CLUBBLAD:

Erwin Tiebie redactie@amakakersloot.nl

Website: www.amakakersloot.nl

Documenten over het privacy beleid van de vereniging kunt u vinden op de website.

Kopij voor het volgende clubblad inleveren voor 6 oktober 2024

BANKRELATIE:

IBAN: NL02INGB0004106770, t.n.v. Akersloter Marathon Klub

Beste AMAK leden,



Ik hoop dat jullie net zo van de zomer genieten als ik. Het is heerlijk weer en het ziet ernaar uit dat dit weer nog even aanhoudt.

Heerlijk om erop uit te trekken. En dan 's avonds de Olympische spelen te volgen. Morgen de finale 400 horden waar Femke Bol gaat strijden tegen McLaughlin. Dat belooft een spannende race te worden.

Maar ook voor de mensen die lekker lopen maar niet zo hard, is het natuurlijk net zo fijn om te sporten. Want wandelen en/of hardlopen kan altijd en overal. Dat is zo fijn aan deze sport.

Het bestuur komt eind augustus weer bij elkaar om de activiteiten van de 2^e helft van dit jaar te bespreken. Dit jaar geen AMAK-dag omdat er niemand is die de organisatie op zich wil nemen. Jammer maar het is niet anders.

Het ontbijt na het dauwtrappen afgelopen mei was een groot succes. Wie weet krijgt dat nog een vervolg. We houden jullie op de hoogte.

Wat we in de 1^e helft van dit jaar hebben gedaan, lees je in dit clubblad.
Geniet nog even van de zomer!

*Namens het bestuur,
Sandra Eriks-Mynett
Voorzitter*

Koppelestafette krijgt vervolg in 2025

Na het wegvallen van de triatlon van enkele jaren geleden, was het nu de beurt aan een gezamenlijk initiatief van AMAK en KPB tot het houden van een koppelestafette tussen AMAK hardlopers en mountainbikers van KPB.

Zondag 23 juni traden 16 duo's, samengesteld via loting, aan voor een bijna 2 uur durende happening waarbij de deelnemers tot het uiterste gingen. Hierbij begon de mountainbiker aan zijn eerste omloop op het KPB parcours om daarna zich te laten aflossen door zijn loopster of loper. Slechts een loopster, Marleen Veldt, had het aangedurfd om samen met Jan Veldt de confrontatie aan te gaan. Broer Piet Veldt, mede organisator, moest samen met Erik Blokker de eer zien te redden. Ook bij de mountainbikers liet zich een vrouw zien in de persoon van Femke Mossinkoff, die via het lot Mick Kerssens kreeg toegewezen. Jongste deelnemer Mart Pronk, 12 jaar uit Castricum, ging samen met Rob Dekker het gevecht aan. Hierbij startte de mountainbikers als eersten om na een ronde op het mountainbike parcours het virtuele stokje in het parc ferme over te geven aan zijn of haar hardloper. Dit proces herhaalde zich steeds om en om tot de mountainbiker met nog een omloop te doen de eindtijd liet afdrukken. Dit leidde tot een uitslag met op plek 1 Femke Mossinkoff samen met Mick Kerssens, tweede werd het koppel Walter van Kuilenburg-Bob Pepping, die zich middels het onderdeel mountainbiken nog wisten te ontdoen van het duo Jurriaan May/Floris Putter, die daardoor de derde plek restte. Moegestreden werd na een opfrissing in de accommodatie van Meervogels 31 de huldiging verricht door een bestuurslid van de AMAK, waarna onder de entourage van de Amerikaanse bus van Adrie Kaandorp nog een gezellige napraat kon plaatsvinden. De deelnemers(sters) lieten blijken al uit te zien naar revanche in 2025. Dank gaat uit na alle sponsors die deze eerste editie mogelijk hebben gemaakt.

Ton Kramer





38e

AMAK-LOOP

29 SEPTEMBER 2024

Jeugd

Start 10:00 uur - t/m 8 jaar - halve mijl (805m).

Start 10:15 uur - t/m 13 jaar - hele mijl (1610m).

Prijsuitreiking ca. 10:45 uur.

Senioren

Start 11:00 uur. Afstanden 5, 10 & 15 km over een verkeersluw parcours en door de mooie natuurlijke omgeving langs het Alkmaardermeer. Prijsuitreikingen na afloop van iedere afstand.



oosterbaan
sport- en wandelschoenen

Start bij de
Handbalvereniging
Meervogels,
Boschweg 3,
Akersloot

Deelname voor
jeugd gratis

Inschrijven vanaf
09:15 uur

Kosten:

www.inschrijven.nl

(€ 4,00)



Op de dag zelf ter
plekke: € 5,00

Omkleden en
douchen mogelijk

WWW.AMAKAKERSLOOT.NL

OF:

HMEIJNE@OUTLOOK.COM

AMAK
AKERSLOTER MARATHONKLUB

Wandelprogramma 2024

Datum	Omschrijving	Afstand	Tijd	Prijs
zondag 21-1	Rondje Bert	25 km	9.00/12.30 uur	
27 en 28 januari	Egmond Halve Marathon (individueel wandelen)			
Zondag 18-2	eigen wandeling	15 km	9.00 uur	
Zondag 17-3	Natuurlijke muggentocht Haarlem	15 km	9.00 uur	€ 2.50
Zaterdag 23 -3	30 van Zandvoort (individueel wandelen)	30 km /18km		
Zondag 14-4	Bloesemtocht Purmerend	15 km	9.00 uur	€ 4.00
Zondag 21-4	9e AMAK Koningswandeltocht 25e editie	5/10/15/25km		
Dauwtrappen 9- 5	Dauwtrappen (Hemelvaart)		5:00 uur	
Zondag 19-5	De Apenloop Almere	15 km	9.00 uur	€ 7.00
Di 28-5 t/m Vrij 31-5	Avondvierdaagse Scouting	10 km	18:00 uur	
Zaterdag 9-6	Muiden Sluizenroute	15 km	9.00 uur	€ 5.00
Wo12-6 t/m Za 15-6	16e Alkmaarse vierdaagse (individueel wandelen)			
Di 16-7 t/mVr 19-7	Nijmeegse vierdaagse (individueel wandelen)			
Zaterdag 27-7	22e Rondje Zandhaas Zuidkennemerland	15 km	9.00 uur	€ 3.00
Do 8 t/m Zo 11-8	Vilt (individueel wandelen)			
Zat 14-9 & Zo15-9	2 daagse NS wandelweekend			
Zaterdag 21-9	Dam tot Dam (individueel wandelen)	18/27 /40 km		
Zaterdag 21-9	Mooi- NH WSV-NoordHolland Broek op Langedijk	15 km		€ 4.00
Zondag 27-10	Verassend Amsterdam Noord	15 km		€ 6.50
Zondag 10-11	54e St Maarten tocht Beverwijk	15 km		€ 1.50
vrijdagdag 29-11 t/m30-11	Fjoertoer (individueel wandelen 13/19/25km			
Zaterdag 28 -12	Wintertocht Castricum WSV NoordHolland		9.00	Fiets
Zondag 19-1	Rondje Bert	10/ 25km	9.00 12.30	

De wandelingen vertrekken steeds om 9.00 uur! vanaf het 'Kruispunt' Mozartlaan 2 A, tenzij anders aangegeven

Voor inlichtingen:

Erwin Tiebie 0657008389

Kees Deijlen: 0651308539

