

**JAARVERSLAG AV DE KOPLOPERS**

**2009 - 2010**

JAARGANG 24 • 15 SEPTEMBER 2010

# **JAARVERSLAG 2009-2010**



Zie ook <http://www.dekoplopers.nl>

**ALGEMENE LEDENVERGADERING AV DE KOPLOPERS  
TE HOUDEN OP WOENSDAG 15 SEPTEMBER 2010**

**Aanvang 21.00 uur**  
Clubgebouw SV Wippolder

DE TRAINING OP 15 SEPTEMBER 2010 ZAL TOT UITERLIJK 20.30 UUR DUREN

## **AGENDA**

- 1. Opening en ingekomen stukken**
- 2. Behandeling en vaststelling notulen Algemene Ledenvergadering  
d.d. 16 september 2009**
- 3. Verslag secretaris**
  - a) Bestuur
  - b) Trimloopcommissie
  - c) Technische Commissie
  - d) Wedstrijdcommissie
  - e) Medische Commissie
  - f) Redactie Het Kopstuk
  - g) Webteam
  - h) Golden Tenloop
  - i) Public Relations
  - j) Studentencommissie
- 4. Verslag penningmeester**
- 5. Verslag Kascommissie**
- 6. Rondvraag**
- 7. Bestuursverkiezing**

PAUZE

- 8. Bestuursbeleid 2010-2011**
- 9. Vaststellen contributie**
- 10. Begroting 2010-2011**
- 11. Verkiezing Kascommissie**
- 12. Rondvraag**
- 13. Sluiting**



Toegang tot de algemene ledenvergadering hebben alle leden, voor zover zij niet ten tijde van de vergadering zijn geschorst (Statuten artikel 17 sub 1a & 1b).

1. Alle in artikel 17, lid 1 onder a bedoelde leden zijn stemgerechtigd. Zij mogen ieder één stem uitbrengen. Stemmen bij volmacht is toegestaan met dien verstande dat alleen aan een ander stemgerechtigd lid volmacht kan worden gegeven, waarbij een lid maximaal één ander lid kan vertegenwoordigen (Statuten artikel 17 leden 2 & 3).
2. Tot aan de aanvang van de algemene ledenvergadering kunnen door het Bestuur of door tenminste tien leden kandidaten worden voorgesteld voor de functie van Bestuurslid (Statuten art. 9 lid 2).

Het Bestuur is op 30 juni 2010 als volgt samengesteld:

<b><u>Naam:</u></b>	<b><u>Functie:</u></b>	<b><u>Treedt af per:</u></b>
Ron Koorevaar	Voorzitter	<b>1 juli 2010</b>
Wim Aalbertsberg	Vice-voorzitter Penningmeester	1 juli 2012
<b><u>Vacature</u></b>	1 <sup>e</sup> secretaris Medische Commissie	n.v.t.
Marion Smit	2 <sup>e</sup> secretaris Sociale Zaken Studentencommissie	<b>1 juli 2010</b>
Alec van der Voort	Lid Het Kopstuk Website	<b>1 juli 2010</b>
Jan Massar	Lid Technische Commissie	1 juli 2011
Nanda van der Sluis	Lid Trimloopcommissie	1 juli 2012

1. **OPENING EN INGEKOMEN STUKKEN**
  
2. **BEHANDELING EN VASTSTELLING NOTULEN ALGEMENE LEDENVERGADERING d.d. 16SEPTEMBER 2009 (zie bijlage 1)**
  
3. **VERSLAG SECRETARIS**
  - a. **Bestuur**

#### Algemeen

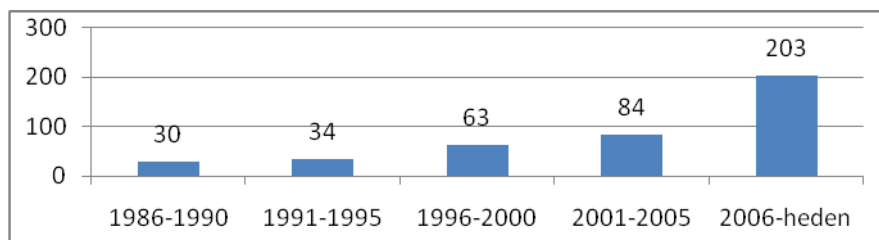
Het bestuur heeft gedurende het afgelopen verenigingsjaar 12 maal vergaderd. Tevens hebben één of meerdere bestuursleden, als linking-pin, waar nodig door het jaar heen de vergaderingen van de verschillende commissies en het trainersoverleg bijgewoond.

Daarnaast is gewoontetrouw –waar nuttig– gezamenlijk vergaderd met verschillende commissies met als voornaamste doel om (toekomst)ideeën uit te wisselen en eventuele knelpunten op te lossen. Dit verenigingsjaar heeft het bestuur overlegd met de Technische Commissie, tweemaal met de Jubileumcommissie, de Instroom- en Herstelgroep en de Medische Commissie.

#### Ledenbestand

Op 1 juli 2010 telde de vereniging 414 leden en 6 donateurs. Een jaar eerder waren er 437 leden en 7 donateurs. In het seizoen 2009-2010 is het ledental dus gedaald met 23. Sinds 2005 was het ledental stijgende, vorig jaar bleef het stabiel, dit jaar is sprake van een daling. Enkele wetenswaardigheden die uit de administratie voortvloeien:

- In het afgelopen jaar zijn er 58 leden bij de club gekomen en hebben 81 leden opgezegd;
- Het aantal leden dat als studentenlid staat geadmistreerd is 19, dit is 2 minder dan vorig jaar;
- Het jongste lid is 20 jaar en het oudste lid 78 jaar (!);
- Het aantal mannelijke leden is 254 (61%) en het aantal vrouwelijke leden 160 (39%);
- Bijna 57% van leden woont in Delft, 15% in Delfgauw en 12% in Pijnacker/Nootdorp;
- Het aantal leden met een wedstrijdlicentie bedraagt op 1 juli 74 (vorig jaar waren dat er 72);
- Er zijn helaas nog steeds 89 leden die per acceptgiro betalen en dat betekent extra kosten voor de vereniging en extra werk voor de penningmeester;
- Onderstaand grafiek laat zien in welke jaren de huidige leden lid van de AV de Koplopers lid zijn geworden. Op dit moment is er nog één persoon die vanaf de oprichting lid is (i.c. Kees Olsthoorn).



De vereniging heeft tien leden van verdienste: Kees Bos, Wim van Velzen, Frans van der Zon, Martin van Peppen, Wim Aalbertsberg, William Lustig, Bruun van der Steuijt, Jan Holierhoek, Marjan Heemskerk en Cor Hoebeke.

#### Bestuursbeleid 2009-2010

Tijdens de Algemene Ledenvergadering op 16 september 2009 heeft het bestuur zijn beleid voor het verenigingsjaar 2009-2010 voorgelegd aan de leden. Naast het dagelijks besturen van de vereniging heeft het bestuur zich in het achterliggende verenigingsjaar specifiek gericht op de volgende aandachtsgebieden:

- Het organiseren van het Nederlands Studenten Kampioenschap Cross;
- Het 25-jarig bestaan van AV De Koplopers in 2011 tevens Europees Jaar van de Vrijwilliger;
- Veteranenbeleid.

#### Het organiseren van het Nederlands Studenten Kampioenschap

In de tweede helft van 2009 is AV De Koplopers erin geslaagd de organisatie van het Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) Cross te verwerven. De Studentencommissie heeft de organisatie op uitstekende wijze ter hand genomen, met steun van het Sportcentrum van de TU, de wedstrijdcommissaris en enkele andere deskundigen uit de vereniging, en met medewerking van S.V. Wippolder en sponsorsteun van Runnersworld Delft.

Inmiddels heeft het NSK Cross plaatsgevonden als onderdeel van de KrokusCross op zaterdag 20 februari jl. Het was een open kampioenschap. Dat betekent dat iedereen aan de lange of korte cross kon meedoen maar natuurlijk alleen studenten kwamen in aanmerking voor deelname aan het NSK.

Het studentenveld was bij de verschillende afstanden goed bezet, er werd op een behoorlijk hoog niveau gestreden om de ereplaatsen. De deelname van niet-studenten was niet zo groot, bijvoorbeeld vergeleken met de opkomst bij onze Oliebollencross.

Het NSK Cross werd 's avonds afgesloten met een gezamenlijke maaltijd en een feest voor de deelnemende studenten.

Een geslaagd evenement waar we met veel plezier op terug kunnen kijken. Met een compliment voor de totale organisatie!

#### Het 25-jarig bestaan van AV De Koplopers in 2011 tevens Europees Jaar van de Vrijwilliger

Op 21 maart 2011 bestaat de vereniging 25 jaar. Het Bestuur neemt zich voor om verspreid over het jaar 2011 verschillende jubileumactiviteiten te organiseren. Daarmee beoogt het Bestuur tevens een positieve impuls te geven aan het verenigingsleven en het clubgevoel. De waardering voor de onmisbare inzet van onze vrijwilligers neemt daarin ook een belangrijke plaats in.



Om het jubileumprogramma te ontwikkelen en sturing te geven aan de organisatie van de activiteiten is inmiddels een Jubileumcommissie opgericht. Marjan Heemskerk, Tom Dielen en Margret Krimp hebben zich daarvoor aangemeld. Guus Heemskerk zal de financiële zaken voor zijn rekening nemen en Carla van der Gaag zal waar nodig haar ervaringen met het vorige jubileum inbrengen. Vertrouwde gezichten waar we erg blij mee mogen zijn.

Op 9 februari jl. hebben het bestuur en de Jubileumcommissie (JC) met elkaar gesproken over de contouren van het jubileumprogramma. Vervolgens is de JC aan de slag gegaan. Op 18 mei hebben bestuur en JC opnieuw de ideeën, activiteiten e.d. van het programma verder besproken. De hoofdlijnen van het jubileumprogramma zullen tijdens de Algemene Ledenvergadering gepresenteerd worden.

#### Veteranenbeleid

Maatschappelijk gezien blijken ouderen steeds jonger en actiever te blijven. De 'oudere' van nu is een geheel andere 'oudere' dan 20 jaar geleden. Ook bij AV De Koplopers merken we dat lopers met het stijgen der jaren actief betrokken willen blijven bij de vereniging en daarbij ook actief willen blijven lopen. Graag willen we bezien hoe we met het verenigingsaanbod zo goed mogelijk kunnen aansluiten aan de wensen en behoeftes van oudere Koplopers.

Om een goed beeld te krijgen van enerzijds de wensen en behoeftes van oudere leden en anderzijds de mogelijkheden van de vereniging zijn:

- de leden uitgenodigd individueel te reageren;
- enkele ronde-tafel-gesprekken gevoerd met groepen oudere Koplopers;
- verschillende brainstormsessies gehouden met en binnen de Technische Commissie.

Hieruit zijn onderstaande punten gekomen. Het lijkt allemaal wat voor de hand te liggen maar het was goed om na te gaan of het ook werkelijk zo is. Met name de ronde-tafel-gesprekken vonden de deelnemers erg plezierig en zinvol. De betrokkenheid werd zeer op prijs gesteld.

Bevindingen:

1. Oudere lopers hechten aan een goede balans tussen de sportieve en sociale betekenis van de vereniging. Met het stijgen der jaren verschuift het belang naar de sociale betekenis met meer aandacht voor elkaar.

*AV De Koplopers wil graag een vereniging zijn waar naast hardlopen ook tijd en aandacht is voor het sociale aspect en waar leden (jong en oud) zich thuis voelen. De vereniging faciliteert hierin door activiteiten te organiseren zoals de nieuwjaarsreceptie, de zomer BBQ, een feestavond en gezellige avonden rondom Pasen, Sinterklaas en Kerst. Maar sociale betrokkenheid is vooral iets dat door de leden zelf gecreëerd moet worden. En waar elk lid individueel en naar eigen behoefte aan de ene kant zijn bijdrage aan kan leveren en aan de andere kant op terug kan vallen.*

2. Oudere lopers hechten aan specifieke aanwijzingen bij de wekelijkse trainingen die rekening houden met de fysieke belastbaarheid van oudere hardlopers.

*Omdat in dit kader fysieke belastbaarheid van oudere hardlopers een belangrijk aandachtspunt is, is dat het hoofdonderwerp geweest van de trainersbijeenkomst op 10 oktober jl. Deze dag werd gepresenteerd door John IJzerman, de bondsarts van de Atletiekunie en georgani-*



*seerd in samenwerking met AV 40 en het Cultuur- en Sportcentrum van de TU Delft. Ook bij de regionale trainersbijeenkomst van de NKS op 30 mei jl. is ruim aandacht besteed aan de leeftijdsafhankelijke aanpak, belang, nut en effect van loopscholing en een specifieke warming-up in relatie tot de kerntraining. Deze clinic werd verzorgd door Jack Wouters, oud-bondstrainer crosscountry.*

3. Actief blijven in welke vorm dan ook blijft een essentieel deel van het lidmaatschap. Wandelen wordt binnen het verenigingsaanbod als dé vorm van actief bewegen gezien voor leden die – tijdelijk of permanent – niet meer kunnen hardlopen. Oudere lopers die beperkt kunnen hardlopen en daar wel behoefte aan hebben, zouden emplooi kunnen vinden in een specifiek duurloopgroep(je).

*Gaandeweg het jaar hebben we van de nood een deugd gemaakt door op beperkte schaal een wandelgroep te starten. Deze wandelgroep was geen doel op zich maar een middel om een activiteit te bieden aan (een) oudere Koploper(s) en geblesseerden. Zo moet de wandelgroep ook worden gezien, hij is er alleen als er bij de leden voldoende behoefte aan is.*

4. Andere activiteiten, zoals bijvoorbeeld denksporten horen niet binnen AV De Koplopers thuis.

#### Conclusie

Er is geïnventariseerd waar oudere lopers behoefte aan hebben en wat de mogelijkheden zijn. Trainers worden/zijn getraind om de oudere loper gerichte adviezen en aandacht te geven. Wandelen is een prima alternatief voor als hardlopen (even) niet meer gaat. En als er net zoals afgelopen verenigingsjaar spontaan een wandelgroep gestart wordt door en voor leden dan wordt dat door het bestuur omarmd. Op dit moment is er te weinig vraag naar een dergelijke wandelgroep met een permanent karakter. Het bestuur zal sociale activiteiten zoals onder 1 genoemd blijven faciliteren, maar benadrukt ook de eigen verantwoordelijkheid van de leden om AV De Koplopers tot een sociale vereniging te maken. Het bestuur, maar ook de oudere leden, is van mening dat andere activiteiten zoals denksporten, bridgen, etc. niet binnen AV De Koplopers thuis horen.

#### Hoe verder?

Gezien de vergrijzing, ook binnen het ledenbestand van AV De Koplopers, blijft de aandacht voor oudere leden een punt van aandacht. Niet alleen dit jaar, maar ook de komende jaren. Het bestuur zal regelmatig toetsen of het aanbod nog steeds aansluit bij de vraag van de doelgroep. Maar ook buiten deze momenten om blijven suggesties van de leden altijd welkom.



## b. Trimloopcommissie

### Samenstelling

De trimloopcommissie bestond dit jaar uit: Jan Doorduijn (coördinator), Annie van Oosten en Nanda van der Sluis (coördinatoren inschrijving), Cor Rijnvis (uitslagverwerking) en Nijs de Graaff en Titus de Koning (coördinatoren fuikopbouw en materialenonderhoud). Peter Hallensleben is coördinator richting de organisatie van de '1 van de 4 lopen' en Hans Verbeek heeft de Oliebollencross georganiseerd en het parcours van de cross uitgezet, samen met Johan van de Reijken.

De financiën worden beheerd en geadmistreerd door Peter de Haan.

De bedrijvenloopcompetitie wordt georganiseerd door een apart groepje mensen, dit jaar bestaande uit: Marieke van den Akker, Aleida van den Akker, Caroline Gaultier en Jan Doorduijn.

### Taken

De trimloopcommissie organiseert de volgende loopevenementen:

- elke 2e zondag van de maand de Kopjesloop in de Delftse Hout;
- de gelijktijdig gehouden Bedrijvenloop in januari t/m maart;
- de '1 van de 4-loop' in februari (onderdeel regionaal circuit);
- de jaarlijkse Oliebollencross (onderdeel regionaal circuit).

### Parcours

In de maand januari was het parcours dermate glad en onveilig dat er geen wedstrijd op gelopen kon worden. Ook een snel gevonden alternatief parcours bood op dat moment geen veilige mogelijkheden.

### Ontmoetingsavond

Ook dit jaar is aan het begin van dit seizoen een ontmoetingsavond gehouden, met als doel afscheid te nemen met de vertrekkende medewerkers, kennis te maken met de nieuwe medewerkers, en eventuele informatie te verstrekken. Deze avond werd als prettig en informatief ervaren.

### Materialen en locaties

Voor de Bedrijvenloop was voor de maanden januari en maart de ruimte van Scouting Willem II bijgehuurd. Ondanks dat de Bedrijvenloop op het laatste moment niet doorging, is de huur niet in rekening gebracht. Het contract is omgezet naar een reservering voor de maanden september en november.

Voor de 1 van de 4-loop in februari is de kantine van DKC gehuurd om de extra toestroom van lopers op te kunnen vangen.

### Bedrijvenloop

Vanwege de slechte weersomstandigheden, zoals sneeuw, gladheid, veel wind en lage temperaturen kon in januari, ondanks de inspanningen, geen Kopjesloop gehouden worden. Dat was erg jammer omdat daarmee ook de Bedrijvenloop geen doorgang kon vinden. Na zorgvuldige afweging is besloten om de Bedrijvenloop te verplaatsen naar de maanden september t/m november. Mogelijk zal in de toekomst de Bedrijvenloop altijd in deze maanden plaatsvinden. De deelnemers hebben dan wat meer tijd om de teams te formeren en te trainen. In de oude situatie waarbij de loop in het begin van het jaar werd georganiseerd gaf dat altijd een samenloop met de 1-4 loop en de wedstrijden in Schoorl. Dat wordt voorkomen door de Bedrijvenloop in het najaar te organiseren.



### Deelnemers

In totaal werden er in het seizoen 2009-2010 acht Kopjeslopen en één Crossloop gehouden. In april werd er geen Kopjesloop gehouden i.v.m. samenloop met de Rotterdam Marathon. Zoals eerder vermeld is er ook in Januari geen Kopjesloop en Bedrijvenloop gehouden. Dit heeft uiteraard een negatieve invloed op het totaal aantal deelnemers (zie uitleg kader).

#### *Aantal deelnemers Kopjeslopen laatste drie seizoenen*

Seizoen	1 km	5 km	10 km	15 km	totaal
2007-2008	139	1.077	717	316	<b>2.249</b>
2008-2009	134	1.260	823	284	<b>2.501</b>
2009-2010	74	731	643	229	<b>1.667</b>

#### *Aantal deelnemers Oliebollencross laatste drie seizoenen*

Jaar	2½ km	5 km	10 km	Totaal
2007	21	78	149	<b>248</b>
2008	13	75	121	<b>209</b>
2009	6	36	114	<b>156</b>

Ook in het seizoen 2010-2011 vallen de Kopjeslopen van februari, maart en april samen met de halve marathon van Schoorl, respectievelijk de City-Pier-City-Loop, respectievelijk de marathon van Rotterdam. Besloten is om voor komend seizoen de Kopjesloop van maart te laten vervallen in plaats van die van april.

De eerste Kopjesloop dateert uit het seizoen 1986-1987. Totaal zijn er to- to en met afgelopen seizoen 243 wedstrijden georganiseerd. Dit betekent dat volgend jaar het 25 jarig jubileum zal zijn, en dat in april de 250<sup>e</sup> wedstrijd gelopen kan worden. Mogelijk kan er een feestelijk tintje aan deze loop verbonden worden.

In het verenigingsjaar 2009-2010 kende de Kopjesloop 517 minder deelnemers dan het jaar ervoor. De deelnemers aan de Bedrijvenloop zijn hierbij buiten beschouwing gelaten.

Het lagere aantal deelnemers heeft een aantal oorzaken:

- De Kopjesloop van januari is niet doorgegaan vanwege de sneeuw. De Kopjesloop van januari trok vorig seizoen in januari 140 deelnemers.
- De Kopjesloop van februari trok 163 deelnemers minder (-/- 38%) dan het seizoen ervoor, waarschijnlijk deels omdat deze in tegenstelling tot het vorige seizoen samen viel met de halve marathon van Schoorl.
- De Kopjesloop van maart trok 108 deelnemers minder (-/- 48%) dan het seizoen ervoor, waarschijnlijk deels omdat deze in tegenstelling tot het vorige seizoen samen viel met de City Pier City Loop.
- In april is er in tegenstelling tot vorig jaar geen Kopjesloop georganiseerd, omdat deze dit seizoen samen viel met de marathon van Rotterdam. De Kopjesloop van april trok vorig seizoen 131 deelnemers.

### Goed doel

Evenals voorgaande jaren gaat een deel van het inschrijfgeld van de Kopjesloop en de Bedrijvenloop naar een goed doel. Dit jaar is de keus gevallen op De Voedselbank. Het idee is om een financiële bijdrage te leveren aan de aanschaf van isolerende rolcontainers. Hiermee zouden bederfelijke goederen tijdens het transport en opslag langer vers gehouden kun-



nen worden. Het goede doel voor het komend seizoen is nog niet bepaald. Er zal evenals voorgaande jaren weer aan de Koplopers gevraagd worden hier ideeën voor aan te leveren. (belangrijkste criteria: concreet, binnen de regio en zo mogelijk te besteden aan iets blijvends).

#### Financieel verslag 2009-2010

##### *Baten (€)*

Inschrijfgelden .....	3.169,00
Bedrijvenloop .....	0,00
Krokuscross .....	192,00
Te veel ontvangen .....	<u>16,10</u>

**Totaal baten** **3.477,10**

##### *Lasten (€)*

Diverse tekorten .....	2,85
Vergoeding DES .....	616,50
Consumpties .....	341,00
Prijzen Bedrijvenloop .....	0,00
Bloemen prijswinnaars .....	22,85
Finishkaartjes Kopjeslopen .....	129,82
Spelden .....	29,75
Factuur TU-Delft (WWL 2010) .....	45,25
Goede doel (opbrengst Kopjeslopen) .....	750,00
Rekening NSK-cross 2010.....	137,80
Huur DKC .....	76,50
Oliebollencross .....	50,00
Vrijwilligersavond .....	58,30
Reparatie klok .....	636,65
Diversen .....	<u>107,21</u>

**Totaal lasten** **3.004,48**

**SALDO** **+ 472,62**



### c. Technische Commissie (TC)

#### Samenstelling

Elke Jacobs (voorzitter) verliet de TC per 1 december 2009. Als nieuwe leden zijn erbij gekomen Fred Rodewijk en Elleke Koornneef. De andere TC leden zijn Ria van Wijk, Zion Sherabi, Ronald Wilschut en Jos Tóth (voorzitter). Jan Massar vertegenwoordigt het bestuur binnen de TC.

#### Doelstelling

De doelstelling van de TC is om alle activiteiten die invloed hebben op de hardlooptrainingen te ondersteunen en, waar nodig of gewenst, te verbeteren. Nauwe samenwerking en communicatie met het bestuur, de andere commissies, de trainers én de lopers staat hierbij centraal.

#### Taken TC algemeen

De TC heeft vanuit het bestuur het mandaat om op o.a. onderstaande terreinen actief te zijn:

- beheer van de loopgroepen en het trainerscorps
- registratie deelname aan de trainingen (lopers én trainers)
- scholing en bijscholing van trainers
- werven van trainers
- uitzetten en onderhoud van de trainingsparkoersen
- organisatie van de Koplopers Klassen Cup
- contact met de KNAU v.w.b scholingsonderwerpen
- communicatie over TC werkzaamheden in het clubblad
- communicatie (loopgroepen, trainers, bestuur)
- klachtenafhandeling op looptechnisch gebied
- beleidsondersteuning en advisering (bestuur).

Dit doen wij op een wijze die aansluit bij de behoefte van de loopgroepen en de (verdere) ontwikkeling hiervan. Elk TC-lid heeft één of meerdere taakaccenten en draagt daardoor bij aan het geheel.

#### Beleidsondersteuning en advisering (bestuur)

De TC adviseert het bestuur zowel gevraagd als ongevraagd. Het laatste jaar heeft de TC onderstaande adviesstukken dan wel informatie verzameld en opgesteld.

- Beleidsvoorstellen naar aanleiding van de evaluatie van de WG.
- Ouderenbeleid.
- Opkomst op de vrijdagavondtraining.
- Beleid ten aanzien van de clubkampioenen lange en korte cross.
- Verhogen variatie in de trainingen van de loopgroepen.

Verder is over een reeks kleinere onderwerpen informeel en ad hoc overleg geweest.

#### Werven van trainers

Door het vertrek van Rijnvis van Wirdum (december 2009) en Rob Brinks (juni 2010) heeft de TC trainers geworven voor de WG. Cor Rijnvis werd bereid gevonden de training per 1 december 2009 partiel op zich te nemen. Door het vertrek van Cor als trainer per 1 juli 2010 is er weer geworven. Dit heeft uiteindelijk geresulteerd in een trainerscollectief voor de WG. Hierin nemen deel: Dick Lam (coördinator), Gé van de Kraan (baantraining) en Elleke en Jan Koornneef.



### Scholing en bijscholing van trainers

#### *Algemeen*

Op 28 april 2010 hebben twee leden van de TC deelgenomen aan de workshop "Stappenplan voor werving, behoud en ontwikkeling van trainers binnen de atletiekvereniging of loopgroep".

#### *Primaire opleiding*

Twee leden van onze vereniging hebben de opleiding voor assistent trainer gevolgd. Te weten Rowien Jager en Marjolein Daman. Deze opleiding is gegeven in de nieuwe KNAU opleidingsstructuur (LT2). Beiden zijn geslaagd voor de opleiding.

#### *Bijscholing*

In het afgelopen jaar hebben verschillende (assistent) trainers en TC-leden deelgenomen aan onderstaande (bij)scholingen:

Wanneer	Onderwerp	Deeln.	Organisatie
Okt 2009	Themabijeenkomst 'fysieke belasting van oudere lopers'	Ca. 20	AV'40 De Koplopers TU Delft
Jan 2010	Scholingsdag voor trainers tot praktijkbegeleiders	2	KNAU
Mei 2010	Workshop loopscholing en warming up	12	NKS

### Algemene en specifieke loopgroepen

In juni 2010 telt AV De Koplopers 10 loopgroepen. Zie voor een actueel overzicht hiervan en de bijbehorende trainers de Koplopers website. Drie van deze loopgroepen bieden een breder scala aan loopniveaus of hebben een specifieke doelstelling. Het betreft de Wedstrijdgroep (WG), de Instroom Herstel Groep (IHG) en de Marathon Groep (MG). De MG is vanaf december 2009 actief en wordt hieronder nader toegelicht.

#### De Marathon Groep (MG)

In de MG lopen de leden die voor een marathon trainen. Men traint in deze groep via een op de marathon gericht trainingsschema. Dit kan tijdelijk (trainen voor één specifieke marathon en gaat daarna terug naar de eigen groep) of continu (altijd trainen voor de halve dan wel hele marathon). Zoals bij de start afgesproken heeft inmiddels (juni 2010) een evaluatie van de MG plaatsgevonden. Het resultaat van de evaluatie is overwegend positief waardoor de MG definitief als groep aan AV de Koplopers is toegevoegd. Rob Smit en Paul Dekkers zijn de trainers van de MG.

#### Deelname aan de trainingen (lopers én trainers)

In verenigingsverband wordt op drie avonden getraind. Met name de studenten uit WG maken op maandag gebruik van de atletiekbaan van AV 40. De overige loopgroepen (inclusief de WG) trainen op woensdag- en vrijdagavond. Deelname aan de trainingen wordt geregistreerd door de trainers. Doel hiervan is o.a. om inzicht te krijgen in de deelname aan de trainingen in relatie tot de formele groepsgrootte. De registratie van de trainer is van belang voor het verstrekken van de vergoedingen. Per twee maanden is hierdoor een up-to-date overzicht beschikbaar. In onderstaande tabel is de gemiddelde groepsgrootte op de trainingsavonden en



de spreiding tussen de groepen binnen de periode juli 2009 tot en met april 2010 zichtbaar.

<b>Trainingsdag</b>	<b>Gemiddelde opkomst per loopgroep</b>	<b>Spreiding in gemiddelde opkomst tussen de verschillende groepen</b>
Maandag (WG/stud.)	12	n.v.t.
Woensdag	17	11 tot 25 lopers
Vrijdag	13	6 tot 21 lopers

De TC heeft samen met de trainers gekeken naar de oorzaken van de steeds lager wordende opkomst op de vrijdagavondtraining. Doel is om de opkomst weer te laten toenemen.

#### Uitzetten en onderhoud van de trainingsparkoersen

Zion Sharabi beheert de trainingsparkoersen. Deze parkoersen vallen in twee groepen uiteen (de herfst-winter en voorjaar-zomerparkoersen). Een of twee keer per jaar worden de parkoersen gecontroleerd. Hierbij wordt gekeken naar de aanwezigheid/zichtbaarheid van de zogenaamde 100 meter strepen inclusief de hierbij horende nummering.

#### Organisatie van de Koplopers Klassen Cup (KKC)

Doel van deze wedstrijd is om clubkampioenen (m/v) binnen leeftijdscategorieën te bepalen. Ook wordt de 'roekie of the year' bepaald. De roekie is de snelste man en vrouw die sinds de vorige KKC lid zijn geworden. Fred Rodewijk is binnen de TC aanspreekpunt voor de KKC. De TC streeft ernaar zoveel mogelijk Koplopers te motiveren om deel te nemen. Dit jaar bedroeg het aantal deelnemers meer dan 150. Echter, de vereniging heeft circa 430 leden, groei in deelname is dus nog steeds mogelijk!

#### De Instroom Herstel Groep (IHG)

Door een steeds grotere toename van vrouwelijke lopers bij de IHG was het wenselijk om een vrouwelijke trainer toe te voegen aan het trainers-team. Rowien Jager is bereid gevonden hierin deel te nemen. Alle IHG trainers zijn in het bezit van het reanimatie certificaat (verplicht!). Het laatste jaar is de IHG regelmatig bijgestaan door invaltrainers uit de vereniging. Samen met hen kunnen de vele nieuwe instromers professioneel begeleid worden. Met name de persoonsgerichte aanpak wordt erg gewaardeerd. Veel instromers vinden na enige weken een plek binnen onze vereniging. Ook de geblesseerden weten de IHG steeds sneller te vinden. Zij laten hun blessure rustig en verantwoord genezen binnen deze groep.

#### Contact met de KNAU en NKS

Ronald Wilschut is namens de TC contactpersoon voor de KNAU en NKS (Nederlandse Katholieke sportfederatie). Het betreft contacten die raakvlakken hebben met opleidingen etc. De TC brengt deze vervolgens onder de aandacht van de trainers van de vereniging en organiseert het eventuele deelnemen. Van de NKS is de vereniging sinds dit jaar lid. Door de contributie aan NKS kunnen wij gratis of relatief goedkoop gebruik maken van allerlei activiteiten.

#### Communicatie over de TC werkzaamheden

De TC heeft in de periode 2009-2010 op verschillende manieren gecommuniceerd met de leden, de trainers en het bestuur.



### Clubblad

In elk clubblad worden korte verslagen opgenomen over de activiteiten van de TC. Elleke Koornneef is binnen de TC hiervoor het aanspreekpunt. Door de artikelen blijven de leden op de hoogte en kan men hierover contact opnemen met de TC.

### Flyers/Email

Via mailberichten en/of flyers naar de trainers wordt informatie verstrekt dan wel hulp gevraagd. Deze communicatiemiddelen zijn het laatste jaar gebruikt voor de informele wandelgroep (WaG), deelname aan de KKC opkomst op de vrijdagavondtraining en de stimulering deelname aan de KKC

### De TC traint mee!

Met de trainers is afgesproken dat vanaf 2010 periodiek door een vast TC-lid per loopgroep wordt meegetraind. Doel hiervan is om de TC dichterbij de loopgroepen te brengen. Hierdoor kan de TC nog beter en mogelijk sneller inspelen op wensen en behoeften van de loopgroepen. Inmiddels is het 'meetrainen' gestart.

### Overleg met de trainers en assistent-trainers

Elk jaar worden voor beide groepen trainers een overleg in combinatie met een sociale activiteit georganiseerd. De assistent-trainers bijeenkomst heeft in september 2009 plaatsgevonden. De trainers hebben maart dit jaar overleg gehad met de TC. Aan bod komen thema's als:

- training (belasting voor de trainers door de verantwoordelijkheid om 'altijd' aanwezig te zijn)
- kwaliteit van de training (baantraining?!)
- de deelname aan wedstrijden
- opkomst op de training
- scholingsbehoefte
- contact met de TC.

Aan de hand van de verkregen informatie zet de TC vervolgens nieuwe activiteiten uit.

### Klachtenafhandeling looptechnisch gebied

Afgelopen jaar is door één lid van de vereniging bij de TC een formele klacht ingediend. Deze klacht is met beide partijen los van elkaar besproken en door de voorzitter van de TC afgehandeld.

### Informele wandelgroep

Begin 2010 is op verzoek van enkele leden een informele wandelgroep (WaG) actief geworden. Marijke van Hemert heeft hier veel energie in gestoken. Echter, het aantal deelnemers blijft achter bij de verwachting.

### Vooruitblik 2010-2011

De TC wil de in dit jaarverslag genoemde activiteiten in het komend verenigingsjaar 2010-2011 continueren.

Toch is de wens aanwezig om structureel te werken aan een verdere verbetering van met name de activiteiten van de loopgroepen.

De TC is daarom gestart om beleid te ontwikkelen voor de middellange termijn (2011-2014).

Dit is wenselijk om niet alleen reactief bezig te zijn, zoals nu vaak het geval is, maar ook pro-actief.



Dit willen wij doen door een missie, visie en strategie te ontwikkelen die past bij de doelstellingen van de vereniging maar specifiek gericht is op de ontwikkeling van de loopgroepen.

#### Financieel verslag 2009-2010

##### *Baten (€)*

Vergoeding TU sportkaarthouders studenten .....	1.386,00
Vergoeding KNAU cursus praktijkbegeleider .....	280,00
Bijdrage AV'40 cursus fysieke belasting .....	<u>299,75</u>

**Totaal baten** **1.965,75**

##### *Lasten (€)*

Opleidingen .....	235,00
Cursus praktijkbegeleider .....	177,00
Cursus fysieke belasting ouderen NKS .....	599,50
Trainers en assistent-trainers bijeenkomst .....	143,50
Loopsportdag KNAU .....	175,00
Licentieverlenging .....	45,00
Baanhuur AV'40 .....	1.820,00
Baan- en crosskampioenschappen .....	129,80
Clubkampioenschappen 2009 .....	96,36
Cadeaubonnen kampioenschappen .....	225,00
Clubtenuue .....	75,00
Koplopers Klassencup .....	197,02
1 van de 4 lopen .....	67,41
Diversen .....	<u>130,98</u>

**Totaal lasten** **4.116,57**

**SALDO** **-/- 2.150,82**

#### **d. Wedstrijdcommissaris**

##### Samenstelling

Hans Verbeek.

##### Taken

De wedstrijdcommissie heeft in navolging van het voorgaande verenigingsjaar geen activiteiten gehad. Hans Verbeek blijft als wedstrijdcommissaris in functie en als zodanig de commissie bezetten.

#### Financieel verslag 2009-2010

##### *Baten (€)*

Opbrengst drankjes Rotterdam Marathon .....	<u>104,50</u>
---	---------------

**Totaal baten** **104,50**

##### *Lasten (€)*

Bijdrage Rotterdam Marathon (autohuur) .....	103,86
Diversen .....	<u>75,00</u>

**Totaal lasten** **178,87**

**SALDO** **-/- 74,36**



## e. Medische Commissie

### Algemeen

Uit praktische overwegingen heeft het Bestuur besloten de Medische Commissie als commissie op te heffen en de Medische Zaken als zodanig onder te brengen in de portefeuille van een bestuurslid.

### Cursus reanimatie

Er heeft helaas dit jaar geen nieuwe reanimatiecursus plaatsgevonden. Wel zijn de noodzakelijke herhalingscursussen verzorgd. Het streven is volgend jaar opnieuw een beginnerscursus te organiseren.

### AED

Sinds medio 2009 beschikt AV De Koplopers over een AED. Deze zal ingezet worden bij alle door AV De Koplopers georganiseerde wedstrijden, waaronder ook de Kopjeslopen. De AED is tot op heden - gelukkig - niet gebruikt.

### Vertrouwenspersoon

De vereniging kent twee vertrouwenspersonen, te weten Cees van Velzen en Linda Bruinooge.

### Financieel verslag 2009-2010

<i>Baten (€)</i>	<i>n.v.t.</i>
Eigen bijdrage reanimatie + AED cursus .....	775,00
Subsidie aanschaf AED-defibrilator .....	815,00
<b>Totaal baten</b>	<b>1.590,00</b>
 <i>Lasten (€)</i>	
Vergoeding masseurs .....	1.317,00
Reanimatie- en AED-cursus .....	1.025,00
EHBO-materialen .....	17,72
Materialen masseurs.....	324,60
Diversen .....	2,90
<b>Totaal lasten</b>	<b>2.687,22</b>
 <b>SALDO</b>	 <b>-/- 1.097,22</b>

## f. Redactie Het Kopstuk

### Samenstelling

Na het vertrek van Roel eind vorige zomer is voor zijn opvolging een advertentie in het Kopstuk geplaatst. We kregen 2 reacties van koplopers die aanboden het werk van Roel over te nemen. Uiteindelijk zijn we in zee gegaan met Ineke Stam. Ineke heeft alweer 5 kopstukken gemaakt.

Lieveke stopt na het augustus-Kopstuk 2010 met haar werk als coördinator. Lieveke is maar liefst 9 jaar betrokken bij het Kopstuk. Aanvankelijk deed zij de uitslagverwerking en vanaf 2002 is zij hoofdredacteur. We hopen dat bij het verschijnen van dit jaarverslag een nieuwe hoofdredacteur is gevonden.



Wim van Velzen draagt op een creatieve wijze bij aan het Kopstuk en schrijft voor elke editie een column.

Wim Bierbooms doet nog steeds de uitslagverwerking m.b.v. zijn zelf ontwikkelde programma.

Marijke van Hemert redigeert de teksten en maakt regelmatig een verrassend interview.

Marieke van Loon zorgt voor het zgn. 'verzendgereed maken' van het Kopstuk.

#### Planning en werkwijze

Het afgelopen verenigingsjaar kwam het Kopstuk 5 maal uit. Door het plotselinge vertrek van Roel zagen we geen kans eenmalig een Kopstuk te produceren. Vervolgens werd het Kopstuk niet in de professionele vormgeving gemaakt maar in Word. Menig koploper zal het waarschijnlijk niet eens gemerkt hebben. De redactie is heel blij dat we redelijk gemakkelijk een nieuwe grafisch vormgever hebben gevonden. Ineke is enthousiast aan de slag is gegaan en denkt ook volop mee in de ontwikkeling van een nog beter Kopstuk.

Af en toe gaat er wat mis en wordt bijvoorbeeld de verkeerde versie van een aangeleverd stuk geplaatst. We kijken steeds hoe we dit soort fouten kunnen voorkomen. Ineke speelt daar een belangrijke rol in. Kritische noten stellen we op prijs maar we hopen ook op begrip. De meeste redactieleden zijn 'slechts' amateurs.

De redactie werkt momenteel aan een draaiboek. Dit draaiboek moet het overdragen van het werk aan een ander vereenvoudigen, tijdelijk ivm ziekte of vakantie en structureel ivm vertrek van een van de leden.

#### Advertenties

Twee adverteerders haakten het afgelopen verenigingsjaar af. Eén kregen we ervoor terug.

Alle sponsors van de Golden Tenloop hebben in het begin van de zomer een Kopstuk ontvangen.

#### Financieel verslag 2009-2010

##### *Baten* (€)

niet van toepassing ..... 0,00

**Totaal baten** **0,00**

##### *Lasten* (€)

Drukwerk 5 uitgaven ..... 1.639,58

Jaarverslag..... 210,74

Diversen ..... 31,25

**Totaal lasten** **1.881,57**

**SALDO** **-/- 1.881,57**



## g. **Webteam**

### Samenstelling

Het webteam bestaat uit Cor Rijnvis, Henk Koelewijn en Alec van der Voort. Laatstgenoemde is tevens de contactpersoon vanuit het Bestuur.

### Taken

De website is een belangrijk communicatiemiddel en informatiebron. De site is toegankelijk voor zowel leden als niet-leden. Het webteam houdt zich voornamelijk bezig met het actueel houden van de website, het uitbreiden/vernieuwen van de website en het beantwoorden en/of doorsturen van vragen die binnenkomen op onder andere het algemene e-mailadres av@dekoplopers.nl.

### Verslag

Het afgelopen jaar zijn een aantal onderdelen van de site uitgebreid en gestandaardiseerd. De nieuwspagina, de loopkalender en de uitslagenpagina's zijn continu bijgewerkt. Extra aandacht is gegeven aan de pagina's van de Bedrijvenloop, KoplopersKlassenCup, Oliebollencross, en 1 van de 4-lopen. Ook de Winterse Wippolder Lopen zijn opgenomen in de site.

## h. **Golden Tenloop**

### Organisatie

De werkgroep bestond in 2010 uit: Evert Wallien, Anja Kropmans, Daniëlle Goeman, Gerda Dielen, André Vos, Henny Karreman en voor de PR Bruun van der Steuijt.

### Coördinatiegroep

Parkoers:	Frank van der Kruk, Ben van der Helm
Inschrijving en uitslagverwerking:	André Vos
Medewerkerscentrum:	Marja van Valen
Fuik/start/finish:	Menno Emmink, Hans Verbeek
Hekken uitzetten:	Ben Laros, Jan Hoekstra
EHBO:	Willy Hoogesteijn
Wandeltochten:	Jeanette Smit, Jan Holierhoek

### Runnersworld Wandeltochten

De Runnersworld Wandeltocht bestond ook dit jaar weer uit vier afstanden, 5, 10, 15 en 25 km. 129 wandelaars deden hier aan mee, zij waren zeer enthousiast over de uitgezette wandelroutes al viel het deelnemersaantal, waarschijnlijk door het wat matige wandelweer, wat tegen.

### Vermaak bij start- en finish en langs het parkoers

Voor de toeschouwers had de organisatie een contract gesloten met de percussiegroep 'Phoenix' uit Wateringen en de Trommelaars van Hans van der Blom. De poffertjeskraam stond weer op de Burgwal. Ook was de stroopwafelboer weer aanwezig. Het geluid langs het parcours werd verzorgd door "Oomens Geluid".

### Inschrijving en (elektronische) tijdwaarneming

De elektronische tijdwaarneming werd uitgevoerd door Gateway Concepts. Ook dit jaar werd weer gebruik gemaakt van de z.g. D-tag, welke aan de schoen bevestigd moet worden. Om problemen met een tekort aan startnummers / chips te voorkomen is er dit jaar een extra serie start-



nummers aangeschaft. De na-inschrijving tegen voor-inschrijvingstarieven op vrijdagavond 7 mei in het DOK-gebouw aan het Vesteplein was weer een succes.

De inschrijving op Hemelvaartsdag vond dit jaar voor het eerst plaats in de hal van het stadhuis. De organisatie is zeer verheugd dat de gemeente Delft deze prachtige locatie ter beschikking heeft gesteld.

#### Parkoers

Vanwege de toenemende verkeersdruk in de Brassershout is voor de 10 km loop een nieuw parkoers uitgezet. Er is voor gekozen het parkoers zoveel mogelijk over Delfts grondgebied te laten lopen. Met name de nieuwe parkoerscoördinator Frank van der Kruk heeft hiervoor veel werk moeten verzetten. Nadat het nieuwe parkoers was vastgesteld en uitgemeten, kwam de gemeente met de mededeling dat er vanwege opbrekingen geen gebruik gemaakt kon worden gemaakt van de Oostsingel. Er bleef toen niets anders over dan het nogmaals aanpassen van het parkoers. Achteraf bleek al deze moeite voor niets te zijn geweest, omdat de werkzaamheden op Hemelvaartsdag nog niet waren begonnen.

#### Vrijwilligersinzet

De werkgroepcoördinatoren hebben evenals vorige jaren veel werk verzet. Naast het bijwonen van de coördinatievergaderingen hebben zij hun medewerk(st)ers intensief betrokken bij de voorbereiding, waardoor op de dag van de Golden Tenloop zich weinig problemen hebben voorgedaan. Naast de werkgroepcoördinatoren was er op de dag zelf weer een groot aantal vrijwilligers op en rond het parkoers actief,

#### Trompper Optiek Golden Tenloop Krant en website

Dit jaar was Trompper Optiek voor de twaalfde achtereenvolgende keer de hoofdsponsor van de Golden Ten recreatie- en wedstrijdloop. De teksten van de Golden Tenloopkrant verzorgd door Jan Holierhoek. De opmaak van de krant heeft Jan ook voor zijn rekening genomen en het zag er weer zeer verzorgd en leesbaar uit. De bijlage bij de Krant op Zondag van 9 mei 2010 was een goed stukje PR voor de Golden Tenloop. De Golden Tenloop website is wederom verzorgd door Bob Karreman.

#### Neuzenavond

De neuzenavond is en blijft een belangrijk onderdeel van de voorbereiding op dit sportieve spektakel. Een groot aantal vrijwilligers hadden gehoor gegeven aan de uitnodiging om naar het IDL (Instituut Defensie Leergangen) aan de Brasserskade te komen. Van de werkgroepcoördinatoren kregen zij uitleg over hun taak op de dag van de Golden Tenloop. Alle deelnemers ontvingen een door de zoon van Martin Verhagen ontworpen T-shirt. In deze outfit werd de traditionele groepsfoto gemaakt. Verder was het die avond erg gezellig met een hapje en een drankje, hetgeen door iedereen erg werd gewaardeerd.

#### E-Kwadraat Reclame Run Circuit.

Ook dit jaar maakten de 5 en 10 km loop weer deel uit van het E-Kwadraat Reclame Run Circuit.

#### Kinderloop en 2½ km loop

De T-shirts voor de kinderen werden gefinancierd door HUBO Delft en de krant Delft op Zondag.

Voor de kinderloop hadden 243 kinderen ingeschreven (2009: 366)

Voor de 2½ km meldden zich 121 deelnemers (2009: 122).



### 5 en 10 km lopen

Voor de 5 km recreatieloop schreven zich 568 atleten in. Dat waren er 48 minder dan vorig jaar. De 5 km KNAU-wedstrijdloop telde 25 deelnemers, 6 minder dan in 2009. De 10 km recreatieloop telde 1413 inschrijvers, 105 meer dan in 2009. Bij de 10 km KNAU-wedstrijdloop gingen 157 deelnemers van start, 10 minder dan vorig jaar.

### Bedrijvenloop

Dit jaar was het ook mogelijk in te schrijven voor de 10 km bedrijvenloop. De teams bestonden uit minimaal 3 en maximaal 6 lopers. Voor de 5 km Bedrijvenloop schreven zich 18 teams in en voor de 10 km Bedrijvenloop 49 teams. Dit resulteerde in een totaal van 325 lopers.

### Warming-up

Gelukkig was Cathelijne de Bruijn weer zover hersteld van haar ziekte dat zij weer de warming-up kon verzorgen.

### Rond de Burgwal

Ook dit jaar konden we weer gebruik maken van het Congregatiegebouw en waren er weer twee pagodetenten beschikbaar voor het plaatsen van tassen etc.. In de Maria van Jessehof was het medewerkerscentrum gevestigd en bij Kobus Kuch konden de vrijwilligers terecht voor een drankje. Ook waren er twee kramen ingericht door vrijwilligers van Alpe d'Huzes en Live Strong, die beiden op hun eigen manier hun bijdrage leveren aan de strijd tegen kanker.

### Deelnemers 2010

Onderdeel	Categorie	Inschrijving
1 kilometer	Jongens	129
	Meisjes	114
		<b>243</b>
2½ km.	Mannen	68
	Vrouwen	53
		<b>121</b>
5 km. Recreatie	Mannen	291
	Vrouwen	277
		<b>568</b>
5 km. KNAU	M-senioren	16
	M-35	6
	V-senioren	2
	V-35	1
		<b>25</b>
10 km. recreatie	Mannen	1.035
	Vrouwen	369
		<b>1.413</b>
10 km. KNAU	M-senioren	28
	M-35	10
	M-40	18
	M-45	19
	M-50	18
	M-55	18
	M-60	18
	V-senioren	10
	V-35	7
	V-45	11
	<b>157</b>	
Totaal deelnemers		<b>2.527</b>



Sponsors

De door Bruun van der Steuijt benaderde sponsors zorgden er evenals vorig jaar voor dat de Golden Tenloop weer gehouden kon worden. Ook dit jaar konden enkele nieuwe grote sponsors worden toegevoegd aan deze lijst. De kwaliteit van de Golden Tenloop kon op hetzelfde niveau worden gehouden en het financiële plaatje is positief afgesloten.

Het goede doel

Voor de start van de 10 km loop overhandigde Ron Koorevaar een cheque met een bedrag van € 750,00 aan een vertegenwoordiger van het Hospice Delft.

24<sup>e</sup> Trompper Optiek Golden Tenloop 2011

Deze wordt gehouden op Hemelvaartsdag, donderdag 2 juni 2011.

Financieel verslag 2009-2010*Baten (€)*

Opbrengst hesjes .....	39,00
Inschrijfgelden lopers .....	16.167,40
Inschrijfgelden wandelaars .....	595,80
Sponsors .....	13.310,00
Subsidie gemeente Delft.....	<u>3.187,50</u>

**Totaal baten .....** **33.299,70**

*Lasten (€)*

Nagekomen kosten 2009 .....	450,50
Congregatie, Maria van Jesse en Jozefzaal e.d. ....	289,00
Aandenken deelnemers (T-shirt) .....	9.382,50
Aanschaf prijzen diverse categorieën .....	1.762,00
Gebruik consumpties "Neuzenavond" .....	764,42
Consumpties en lunches vrijwilligers .....	742,86
Consumpties wandelaars.....	233,60
Representatie.....	413,05
Kosten muziek (boerenkapel/trommelaars) .....	850,00
Hekwerk, kraampjes en tenten .....	2.600,00
Huur geluidsinstallatie .....	464,10
Huur toiletten.....	499,80
Startnummers en chips .....	11.945,82
'Iwan.nl' (inschrijvingen/uitslagen) .....	473,64
Materialen .....	1.262,63
Goede Doel.....	750,00
Diversen .....	<u>193,75</u>

**Totaal lasten .....** **33.077,67**

**SALDO .....** **+ 222,03**



## i. Public Relations

### Samenstelling

Bruun van der Steuijt.

### Organisatie

Opnieuw is in het afgelopen verenigingsjaar veel werk verzet op het gebied van Public Relations (PR). PR omvat alle bezigheden die AV De Koplopers 'op de kaart zetten' bij potentiële leden, gemeentelijke en maatschappelijke instanties, bedrijven en dergelijke met als doel het voortbestaan van de vereniging te verzekeren en de organisatie van club-activiteiten mogelijk te maken. De kern van de werkzaamheden wordt gevormd door de contacten met de verschillende media en het werven van sponsors onder lokale bedrijven met een accent op de Trompper Optiek Golden Tenloop.

### Zonder sponsors geen Golden Tenloop!

Voor de 23-ste editie van de Trompper Optiek Golden Tenloop kon weer een beroep worden gedaan op heel veel sponsors, die de Golden Tenloop al jaren een warm sporthart toedragen. Ook konden nieuwe sponsors, waaronder de RABO-bank Zuid-Holland-Midden, ORRO ENERGY en KLAAS VAAK bedden enthousiast worden gemaakt.

Het is van groot belang deze sponsors enthousiast te houden voor dit prachtige evenement, want zonder deze mensen is het niet mogelijk om de zaken financieel rond te krijgen. Mede hierdoor hebben we dit 'Golden Ten'-jaar weer met een positief saldo kunnen afsluiten en kon een bedrag van € 750,00 worden overhandigd aan (Stichting) Hospice Delft:

*"Het Hospice Delft kan ernstige zieke mensen in de laatste fase van hun leven een huiselijke omgeving bieden om te sterven als dat thuis niet (meer) mogelijk is. Bij de zorgverlening gaan ze uit van de persoonlijke wensen en behoeften van de bewoners en hun familie."*

Het Hospice gaat het bedrag gebruiken voor de inrichting van de nieuwe huisvesting in Delfshove.

Rob Trompper (inmiddels meer dan 10 jaar hoofdsponsor) blijft de komende jaren weer hoofdsponsor voor de komende GoldenTenlopen.

Veel dank zijn we verschuldigd aan Rodi Media (de krant 'Delft op zondag') en Jan Holierhoek (opmaak van de krant). We kregen dit jaar weer 10.000 kranten die we mochten verspreiden en niet te vergeten de extra bijlage over de 23-ste Trompper Optiek Golden Tenloop in bovengenoemde krant, die op 80.000 adressen werd bezorgd.

Ook dit jaar dank aan de mensen van LIVESTRONG (inzet van vrijwilligers).

Door autobedrijf Preuninger werd tijdens de Golden Tenloop een auto beschikbaar gesteld en waren tevens als promotie drie 'Preuninger-dames' op scooters op het parcours aanwezig, waar menig fotograaf een foto van heeft gemaakt.

TV West werd ook dit jaar weer aangeschreven. En nu met succes in die zin dat we om 07.15 uur rechtstreeks in de radio-uitzending kwamen en ze zouden ook TV-opnames komen maken van de jeugdlloop. Helaas was er belangrijk ander nieuws, waardoor uiteindelijk de cameraploeg niet is gekomen. Mogelijk komend jaar.



Wat betreft de PR zijn er veel complimenten ontvangen voor de aparte en mooie site die ons webteam maakte; een bedankje hiervoor is zeer zeker op zijn plaats en het is voor de 24ste editie van de Trompper Optiek Golden Tenloop zeker een aanrader om dit weer te doen. Aan veel atletiekverenigingen is gevraagd door te linken naar onze site en dat heeft natuurlijk een positief effect gehad. Er was een groot aantal hits op de speciale GTL-site.

#### Neuzenavond

De 'neuzenavond' op maandag 10 mei werd druk bezocht en was heel gezellig. Er was een grote opkomst van vrijwilligers met dank aan het Instituut Defensie Leergangen voor het beschikbaar stellen van de ruimte. Een professionele Powerpoint-presentatie maakte alles helder (met dank aan André Vos).

#### Plaatselijke kranten

De plaatselijke kranten zijn ook dit jaar voorzien van alle Koploperszaken. De aankondigingen van de Kopjeslopen, de Oliebollencross en de uitslagen zijn zoveel als mogelijk vermeld in AD/HC, Delft op Zondag, de stadskrant Delft, De Eendracht, De Telstar en De Delftse Post.

#### Trompper Optiek Golden Tenloop 2011 –Droomtijdloop– 25 jarig bestaan

Het jaar 2011 zal in het teken staan van ons 25-jarig jubileum. In dit jaar zal ook de PR en de sponsoring weer volop aandacht krijgen.

In 2006 werd voor de laatste keer de Droomtijdloop georganiseerd en nu 5 jaar verder gaan we deze unieke loop weer organiseren in de nacht van 29 op 30 oktober!

De 24-ste editie van de Golden Tenloop zal in 2011 plaatsvinden op Hemelvaartsdag 2 juni 2011.

### **j. Studentencommissie De Delvers**

#### Samenstelling

Bert van Veen, Niels van der Wekken

#### Taken en activiteiten

Afgelopen jaar zijn Rob Mulders en Berthold Flikkema uitgetreden. Annelie Verbon was tot juli 2010 een korte tijd vervangend lid. Maar die is niet meer in Delft woonachtig. Er zal in eerste instantie met 2 personen de commissie gedaan worden. Er zal door het jaar heen geprobeerd worden om een derde lid erbij te krijgen.

De taak van de commissie is om studenten beter aan de vereniging te binden en om de controle op het studentenlidmaatschap uit te voeren. Ook wordt er vanaf deze commissie de WWL georganiseerd. Tijdens de jaarlijkse ontvangstweek van studenten zal er voor de vereniging gepromoot worden waarbij we met een kraampje en flyers nieuwe leden proberen te werven. Dit om het studenten aandeel binnen de vereniging te vergroten. Het blijkt echter dat er meestal door het jaar heen mensen lid worden, niet perse aan het begin van het studiejaar. Hierdoor zal er ook door het jaar heen promotie (flyers, Posters) worden gemaakt.

Er wordt geprobeerd om minimaal 1 keer per maand activiteiten te doen met de groep studenten, soms in combinatie met een deel van de wed-



strijd groep. Niet alleen gezellige avondjes (poolen, schaatsen etc.), maar ook naar wedstrijden (Ekiden, estafette lopen).

### NSK's

Een belangrijk punt waarmee studentenhardlopers zich onderscheiden van niet-studenten is de mogelijkheid om deel te nemen aan Nederlandse Studenten Kampioenschappen (NSK's). Als commissie proberen we de deelname hieraan te stimuleren en bij elk NSK met een team aanwezig te zijn.

Afgelopen studiejaar (2009-2010) zijn er studenten naar de volgende studentenwedstrijden gegaan:

- NSK Indoor
- NSK Cross (Eigen organisatie), zie verder voor een korte evaluatie
- NSK Zwemloop
- NSK Ekiden

Ook werd er deel genomen aan grote estafette wedstrijden. Hierbij wordt er vaak een gecombineerd team opgesteld. Dit wil zeggen dat we vanuit de Koplopers de basis leggen als team, aangevuld met studenten uit andere studenten steden. Deelgenomen estafettelopen:

- Veluweloop (September 2009)
- Batavierenrace (April 2010)
- Sola Estafette Zurich (Mei 2010)
- Ekiden Rotterdam (Juni 2010)

### Cijfers

Per januari 2010 (moment van de sportkaartcontrole) waren er 19 studenten lid met een sportkaart van het sportcentrum. Er zijn ook een enkele die geen sportkaart hebben, maar wel lid zijn. De nieuwe sportkaart controle zal eind december 2010 plaats vinden.

Uit recente resultaten is gebleken dat we altijd goed mee kunnen komen in de strijd om de prijzen. Zo zijn er podiumplaatsen behaald bij zowel NSK cross als NSK Zwemloop. Bij het (NSK) Ekiden te Rotterdam zelfs 2 gouden plakken en 1 bronzen. De Veluweloop werd met een 2e plaats afgesloten. Doel is om in de toekomst dit vast te houden en zo proberen Delft op kaart te zetten in de hardloopwereld.

### Evaluatie NSK Cross 2010 te Delft

Het NSK Cross te Delft op zaterdag 20 februari is goed verlopen. Het aantal inschrijvingen was heel redelijk, namelijk 54, waarvan uiteindelijk 45 studenten op kwamen dagen. In totaal deden er rond de 100 deelnemers mee (dus rond de 55 niet-studenten). Voor hen was het mogelijk om nog op de dag zelf aan te melden. Het parcours lag er goed nat en erg blubberig bij wat resulteerde in erg smerige doch tevreden deelnemers. De door SSN verzorgde medailles en programma boekjes werden erg gewaardeerd door de deelnemers.

Ook de activiteiten na de wedstrijd waren een succes, het gezamenlijk diner werd door 21 mensen bezocht en de chinees smaakte uitstekend. Tot slot het feest, deze werd door 21 mensen bezocht en was erg ontspannen en gezellig. Samen met DSZ Wave (die ook op die dag NSK had), was het mogelijk een grote ruimte te huren.

Dit NSK was uiteraard niet mogelijk geweest zonder de inspanningen van de vele vrijwilligers die meededen. Er werd aangeboden om mee te eten



van het buffet. Ook hebben we de mensen die niet mee-aten een fles wijn aangeboden.

Wij vonden het een erg leuk evenement om te organiseren en kijken er met trots op terug. Een belangrijk verbeterpunt is de promotie zowel buiten als in Delft (zelfs binnen de vereniging). Hier moet veel aandacht aan besteed worden, mocht er in de toekomst opnieuw een soortgelijk evenement georganiseerd worden. Het voordeel dat wij hadden was de aanwezige organisatie binnen de Koplopers. De groep vrijwilligers, die ook rond de jaarwisseling een cross organiseren op hetzelfde terrein nam op de dag zelf veel werk uit handen. Al het materiaal benodigd is al aanwezig bij de vereniging, inclusief kennis.

Mede door een te krappe begroting is er een negatief resultaat van 15 euro behaald. Zo was er geen budget opgesteld voor het versturen van de promotie materialen (porto kosten, kopieerkosten). Dit is vanuit de studentenrekening opgevangen. Omdat het NSK ingekocht is bij de organisatie van de Kopjesloop/Oliebollencross, zijn de totale inschrijfgelden in zijn geheel naar de organisatie hiervan gegaan (86 euro vanaf het NSK, 110 euro vanaf de niet-studenten).



## 4. VERSLAG PENNINGMEESTER

**Balans**

	30 juni 2010		30 juni 2009	
	€	€	€	€
Vaste activa	p.m.		p.m.	
Vlottende activa	p.m.		p.m.	
Vorraden	p.m.		p.m.	
Vorderingen + overlopende activa		6.828,85		5.690,35
Liquide middelen :				
- Kassen	407,86		74,99	
- ING	5.259,32		409,06	
- ING plusrekening	0,00		0,00	
- ING kapitaalrekening	593,14		385,19	
- ING klimrenterekening	0,00		3.403,35	
- ING Golden Ten	1.307,69		2.326,80	
- ING meerrenterek. GT	9.000,00		0,00	
- ING meerrenterek. Kopl.	<u>31.336,07</u>		<u>29.604,56</u>	
		47.904,08		36.203,95
		<b>54.732,93</b>		<b>41.894,20</b>
		=====		=====
<b>Eigen vermogen</b>				
Begin boekjaar	21.918,23		19.302,54	
Resultaat boekjaar	<u>529,23</u>		<u>2.615,69</u>	
		22.447,46		21.918,23
<b>Bestemmingsreserves</b>				
Golden Ten		10.000,00		10.000,00
Wedstrijdcommissie		173,65		1.000,00
Studentencommissie		1.540,09		0,00
Opleidingen		1.000,00		1.000,00
25-jarig jubileum		1.000,00		1.000,00
<b>Kortlopende schulden</b>				
Trainersvergoedingen	670,00		880,00	
KNAU	1.897,90		1.964,85	
Overige te betalen bedragen	<u>16.003,83</u>		<u>4.882,57</u>	
		18.571,73		7.727,42
		<b>54.732,93</b>		<b>41.894,30</b>
		=====		=====

## Staat van baten en lasten

	werkelijk 2009-2010 €	begroting 2009-2010 €
<b>Baten</b>		
Contributies	43.717,55	43.633
Golden Ten	222,03	1.500
Trimlopen	472,62	1.500
Adverteerders	545,70	650
Verhuur apparatuur	150,00	150
Donateurs	90,80	80
Interest	939,35	700
Subsidie Lastenverlichting Gemeente Delft:		4.550
- voorschot	3.719,60	
- nabetaling restant	920,00	
- correctie 2008	-/- 75,73	
	<b>50.701,48</b>	<b>52.763</b>
	=====	=====
<b>Lasten</b>		
Trainers	18.744,00	19.250
Huur Wippolder	9.840,00	9.840
KNAU	8.639,30	7.978
NKS	300,30	0
Clubblad 'Het Kopstuk'	1.881,57	2.500
Betalingsverkeer ING	112,85	200
Commissies :		
- Technische Commissie	2.150,82	2.975
- Medische Commissie	1.097,22	2.090
- Wedstrijd Commissie	0,00	0
Sociale activiteiten	2.405,62	2.900
Nieuwjaarsreceptie	190,64	150
Representatiekosten	652,40	550
Medewerkersattentie	750,00	750
Overige kosten :		
- administr.- en portiekosten	1.537,66	1.710
- vergaderkosten	1.400,07	1.365
- verzekeringen	167,55	170
- abonnement + contributies	37,14	50
- websites en domeinen	169,56	185
- lidm. Sportraad Delft	95,55	100
	<b>50.172,25</b>	<b>52.763</b>
	=====	=====
<b>Exploitatiesaldo</b>	<b>+ 529,23</b>	<b>0</b>
	=====	=====

## 5. VERSLAG KASCOMMISSIE

De kascommissie bestaat uit Michiel Huizinga en Peter Hallensleben. Gijs Kemp is reservelid. Het verslag van de kascommissie zal tijdens de vergadering bekend worden gemaakt.

## 6. RONDVRAAG

## 7. BESTUURSVERKIEZING

Het Bestuur is momenteel als volgt samengesteld:

<u>Naam:</u>	<u>Functie:</u>	<u>Treedt af per:</u>
Ron Koorevaar	Voorzitter	<b>1 juli 2010</b>
Wim Aalbertsberg	Vice-voorzitter Penningmeester	1 juli 2012
<b><u>Vacature</u></b>	1e secretaris Medische Commissie	n.v.t.
Marion Smit	2e secretaris Sociale Zaken Studentencommissie	<b>1 juli 2010</b>
Alec van der Voort	Lid Het Kopstuk Website	<b>1 juli 2010</b>
Jan Massar	Lid Technische Commissie	1 juli 2011
Nanda van der Sluijs	Lid Trimloopcommissie	1 juli 2012

Helaas heeft Mercedes Sweeb tussentijds haar bestuursfunctie moeten neerleggen, waardoor het resterende bestuursjaar een vacature kende. Volgens schema treden in 2010 Ron Koorevaar, Marion Smit en Alec van der Voort af. Samen met de bestaande vacature zou dat een grote wissel trekken op de continuïteit binnen het bestuur. Mede om die reden hebben Ron en Marion aangegeven verkiesbaar te zijn. Alec van der Voort heeft besloten om zich na negen bestuursjaren niet meer verkiesbaar te stellen.

Suzan Vos en Henk Koelewijn zijn bereid gevonden om per 2010 toe te treden tot het Bestuur zodat de vacature weer gevuld is en Alec wordt opgevolgd.

### Secretariaat

Hans Kouwenhoven heeft het afgelopen jaar de ledenadministratie verzorgd.

\* \* \* **PAUZE** \* \* \*



## 8. BESTUURSBELEID 2010-2011

Net als in voorgaande jaren zijn er in het nieuwe verenigingsjaar enkele zaken waarop het bestuur specifiek haar aandacht zal richten. De aandachtsgebieden voor 2010-2011 zijn:

- Het 25-jarig bestaan van AV De Koplopers in 2011 tevens Europees Jaar van de Vrijwilliger;
- De ontwikkeling van het ledenbestand;
- Het ouderenbeleid.

### Het 25-jarig bestaan van AV De Koplopers in 2011 tevens Europees Jaar van de Vrijwilliger

Op 21 maart 2011 bestaat de vereniging 25 jaar. Het Bestuur neemt zich voor om verspreid over het jaar 2011 verschillende jubileumactiviteiten te organiseren. Daarmee beoogt het Bestuur tevens een positieve impuls te geven aan het verenigingsleven en het clubgevoel. De rol van de vrijwilliger binnen en buiten de club neemt daarbij een belangrijke plaats in.

Om het jubileumprogramma te ontwikkelen en sturing te geven aan de organisatie van de activiteiten is een Jubileumcommissie opgericht. De hoofdlijnen van het jubileumprogramma zijn tijdens de Algemene Ledenvergadering 2010 gepresenteerd. In de tweede helft van 2010 wordt het programma verder uitgewerkt.

### De ontwikkeling van het ledenbestand

Het ledenbestand is voortdurend aan veranderingen onderhevig. Onderstaande ontwikkelingen verdienen bestuurlijk aandacht om te bezien of en welke maatregelen nodig zijn.

**Opzeggingen.** Enkele jaren geleden lag het aantal opzeggingen jaarlijks tussen de 90 en 100. In het jaar van de oprichting van de toenmalige Blessureherstelgroep is dat verminderd tot in de 40. De afgelopen jaren stijgt het aantal opzeggingen jaarlijks weer licht.

**Aanmeldingen.** In de periode dat het ledenbestand rond de 350 leden telde zijn specifieke wervingsactiviteiten uitgevoerd om dit op het peil te brengen van het door de ALV vastgestelde streefaantal van 400 leden. Dat bleek uiterst effectief mede waardoor het aantal leden doorschoot naar circa 450. De laatste twee jaar neemt het aantal leden weer wat af, hoewel het huidige aantal leden nog steeds ruim boven het streefaantal van 400 zit.

Naast de permanente instroommogelijkheid is het voornemen om in maart een instroom-/beginnerscursus te starten die een verantwoord trainingstraject biedt tot deelname aan de 5 km van de Golden Tenloop op 2 juni.

**Leeftijdsopbouw.** Ondanks de impuls van jonge studentleden stijgt de gemiddelde leeftijd van het ledenbestand.

### Ouderenbeleid

In het verlengde van het aandachtspunt Veteranenbeleid in het afgelopen verenigingsjaar blijft de aandacht voor de oudere Koploper ook dit het komende verenigingsjaar nadrukkelijk op de agenda staan. Samen met de Technische Commissie blijven we de ontwikkelingen volgen om het verenigingsaanbod zo goed mogelijk te laten aansluiten op de wensen en behoeftes.

Eenzijds zal door middel van onder meer nieuwe ronde-tafel-gesprekken de ontwikkelingen, ideeën en suggesties (verder) worden besproken, anderzijds is het belangrijk te toetsen of zaken ook werkelijk tot verbeteringen hebben geleid of dat bijstellingen noodzakelijk zijn.



### Tenslotte

Het Bestuur hoopt samen met de leden en de vele, zeer gewaardeerde vrijwilligers wederom van 2010-2011 een gezond, sportief en gezellig verenigingsjaar te maken.

## **9. CONTRIBUTIE**

Het Bestuur is wederom verheugd ook dit jaar geen verhoging van de contributiegelden te hoeven doorvoeren.

Nieuwe leden zijn verplicht hun contributie te voldoen door middel van automatische incasso. Aan de huidige leden wordt (indien van toepassing) dringend verzocht dit eveneens te doen.

De in het najaar door de Atletiekunie vast te stellen bedragen voor het Unielidmaatschap en de wedstrijdlicentie zullen zoals altijd aan de leden worden doorberekend.

## 10. BEGROTING 2010-2011

<b>Baten</b>	<b>€</b>
Contributies	45.314
Trimlopen	1.500
Golden Ten	1.500
Adverteerders	575
Verhuur apparatuur	150
Giften en donaties	80
Interest	700
Subsidie Lastenverlichting Gemeente Delft	4.607
Reservering uit eigen vermogen t.b.v. 25-jarig jubileum	1.500 +
	<b>55.926</b>
<b>Lasten</b>	
Trainers	19.380
Huur Wippolder	10.232
KNAU	8.324
Clubblad 'Het Kopstuk'	2.500
Betalingsverkeer	150
NKS lidmaatschap	300
Commissies:	
- Technische commissie	3.320
- Medische commissie	2.255
- Wedstrijdcommissie	0
Jubileum- en sociale activiteiten	4.400
Nieuwjaarsreceptie	200
Representatiekosten	650
Medewerkerattenties	750
Overige kosten:	
- admin.kosten + porti + postbus	1.660
- vergaderkosten	1.300
- verzekeringen	170
- abonnementen en contributies	50
- website (hosting en domeinen)	185
- Lidmaatschap Sportraad Delft	100 +
	<b>55.926</b>
	=====
<b>Exploitatiesaldo</b>	<b>0</b>
	=====

**11. VERKIEZING KASCOMMISSIE**

De kascommissie 2010-2011 bestaat uit Peter Hallensleben (lid kascommissie 2009-2010) Gijs Kemp (reservelid kascommissie 2009-2010).

Tijdens de vergadering wordt een nieuw reservelid benoemd.

**12. RONDVRAAG****13. SLUITING**

**VERSLAG VAN DE ALGEMENE LEDENVERGADERING  
VAN AV DE KOPLOPERS**

**gehouden op woensdag 16 september 2009**

**AGENDA**

1. **Opening en ingekomen stukken**
2. **Behandeling en vaststelling notulen Algemene Ledenvergadering  
d.d. 17 september 2008**
3. **Verslag secretaris**
  - a. Bestuur
  - b. Trimloopcommissie
  - c. Technische Commissie
  - d. Wedstrijdsecretariaat
  - e. Medische Commissie
  - f. Redactie Het Kopstuk
  - g. Webteam
  - h. Golden Tenloop
  - i. Public Relations
  - j. Studentencommissie De Delfers
4. **Verslag penningmeester**
6. **Verslag Kascommissie**
7. **Rondvraag**
8. **Bestuursverkiezing**

**PAUZE**

9. **Bestuursbeleid 2009-2010**
10. **Vaststellen contributie**
11. **Begroting 2009-2010**
12. **Verkiezing Kascommissie**
13. **Rondvraag**
14. **Sluiting**

## 1. Opening en ingekomen stukken

De voorzitter, Ron Koorevaar, opent de algemene ledenvergadering om 21.00 uur en heet iedereen van harte welkom. Hij richt een speciaal woord van welkom tot de vertegenwoordigers van de Bieslandhof: Henriette van den Brink en Elly Huisman en tot André Vos die geen Koploper is maar wel een groot Koplopershart heeft.

Hij opent met dat hardlopen uiteraard centraal staat binnen onze vereniging, met welk persoonlijk doel dan ook. Prestatieverbetering, gezelligheid, nog slanker worden, gezondheid. Ja, een goede gezondheid. Daaraan kun je veel doen, maar niet alles. Soms overkomt het je dat het misgaat. Ook bij Koplopers. Zonder op alle zieken in te willen gaan, noemt hij specifiek een drietal koplopers: Hans Gielezen die aan zijn hart is geopereerd, het gaat gelukkig goed met hem. En Guus Heemskerk die datzelfde volgende week staat te wachten. En tenslotte Gwen Bowier die hoopvol vecht tegen kanker. Gwen ontvangt van ons, de Algemene Leden Vergadering een mooi boeket bloemen, als steuntje in haar rug en als symbool naar alle zieken en geblesseerden want gezondheid is een groot goed.

Aan deze kant van de tafel stelt hij het bestuur voor.

Op voorhand bedankt Ron het barpersoneel voor hun vriendelijke inzet vanavond. Tevens overhandigt hij Frans Kraus en Ruud Rossel van Wippolder een attentie omdat zij er ook altijd zijn voor De Koplopers. Daarnaast meldt hij dat de komende weken de traditionele medewerkersattentie wordt uitgereikt. Hij kondigt daarbij aan dat iedereen die zich in enige mate vrijwillig heeft ingezet voor de vereniging deze attentie ontvangt.

Er zijn geen ingekomen stukken. Ron licht kort de opzet van de vergadering toe: voor de pauze wordt het afgelopen verenigingsjaar behandeld, erna het komende jaar. Beide delen worden afgesloten met een rondvraag.

Uit de presentielijst blijkt dat er 114 leden aanwezig zijn, een goede opkomst.  
*Met kennisgeving afwezig: Cor Dam*

## 2. Behandeling en vaststelling notulen algemene ledenvergadering 17-09-2008

Er zijn geen opmerkingen over de notulen en deze worden ongewijzigd vastgesteld.

## 3. Verslag secretaris

Het verslag van het afgelopen verenigingsjaar is tijdig verspreid en wordt derhalve niet in zijn geheel doorgenomen. Ron benadrukt dat alle commissies hebben bijgedragen aan dit deel van het verslag. De ledenvergadering wordt benut om kort in te gaan op de hoogtepunten en enkele belangrijke zaken.

### a. Bestuur

In de eerste plaats spreekt Ron zijn tevredenheid uit over het ledenaantal van 437 per 1 juli 2009. Eén lid meer dan vorig jaar, het ledenaantal blijft mooi stabiel. Dit is prima, aangezien we gezien de omvang van de vereniging geen groei nastreven. Ter toelichting geeft Ron kort de achtergronden van het – door de ledenvergadering vastgestelde - streefgetal van 400 leden.

Tijdens de Algemene Ledenvergadering van vorig jaar heeft het Bestuur haar beleid en aandachtsgebieden vastgesteld. Ron geeft een korte toelichting op de drie aandachtspunten.

### Het samen met de Technische Commissie en de trainers verder vormgeven aan de wedstrijdgroep

Begin dit jaar is de opzet en aanpak van de wedstrijdgroep geëvalueerd. De Technische Commissie heeft deze evaluatie met veel inzet en betrokkenheid uitgevoerd. In het Kopstuk van juli is daarover recent verslag gedaan, zodat Ron volstaat met de verwijzing ernaar.



Het komende verenigingsjaar zullen de aanbevelingen uit de evaluatie verder worden uitgewerkt. Op deze wijze ontwikkelt de wedstrijdgroep zich in de loop van de tijd tot zijn uiteindelijke vorm, steeds reagerend en anticiperend op de wensen van de lopers binnen de mogelijkheden die de vereniging kan bieden.

**Het verwerven en – vervolgens – organiseren van het Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) op de weg over 5 en/of 10 km in samenwerking met de Studentencommissie De Delfers en het Sportcentrum van de Technische Universiteit Delft**

Ron verteld dat AV De Koplopers er niet in is geslaagd het NSK Weg 2009 te verwerven als deel van het Golden Tenloop evenement op Hemelvaartsdag. In goed overleg is vervolgens het Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) Cross 2010 toegewezen aan AV De Koplopers. Ron komt daar later in de vergadering op terug.

**Het borgen van de continuïteit en kwaliteit in het totale bestuursorgaan van de vereniging**

Met dit aandachtspunt heeft het bestuur de sleutelfuncties in kaart gebracht, zo licht Ron toe. Zonder het oog te verliezen op alle vrijwilligerfuncties zijn het juist deze functies waar het bestuur goed zicht op wil houden om ook op langere termijn de continuïteit en kwaliteit in het totale bestuursorgaan zeker te kunnen stellen.

**Het verder uitbouwen van de contacten met AV 40, het verkennen van samenwerkings-mogelijkheden en het concreet vorm geven van een gezamenlijke activiteit in 2009**

Ron legt uit dat er op bestuurlijk niveau verschillende gesprekken zijn gevoerd over het wel en wee van beide verenigingen. De onderling contacten zijn goed en we weten elkaar te vinden als dat nodig is.

Als concrete gezamenlijke activiteit wordt een trainersbijeenkomst georganiseerd rondom het onderwerp 'De fysieke belasting van junior tot oudere' dat gepresenteerd wordt door sportarts John IJzerman. De bijeenkomst is gepland op zaterdag 10 oktober en bedoeld voor trainers en assistent-trainers van beide verenigingen. Het Sportcentrum van de TU levert de ondersteunende faciliteiten.

**b. Trimloopcommissie**

Ron is verheugd dat mede door de succesvolle bedrijvenloopcompetitie het aantal deelnemers aan de maandelijkse Kopjeslopen een duidelijk stijgende lijn vertoont. Dat is bijzonder want de andere zondagochtend loopjes kampen met een krimpend deelnemersveld. Een compliment voor de trimloopcommissie die de basis vormt voor dit succes. Aandachtspunt is wel de geringe opkomst vanuit de vereniging zelf.

Vervolgens vraagt Ron de aandacht voor het goede doel dat jaarlijks vanuit de trimloopcommissie wordt ondersteund. Een deel van het inschrijfgeld van de Kopjesloop en de Bedrijvenloop gaat dit jaar naar De Activiteitenbegeleiding van verpleeghuis de Bieslandhof. Henriette van den Brink en onze eigen Elly Huisman zijn als vertegenwoordigers aanwezig. Henriette bedankt de Koplopers dat zij op deze ledenvergadering aanwezig mag zijn en vertelt iets over de Activiteitenbegeleiding. Ze werkt met ouderen, en probeert deze groep zowel creatief als sportief in beweging te krijgen. Goed voor de gezondheid, en ook om de ouderen uit hun kamer (en isolement) te krijgen. Ron overhandigt haar de symbolische cheque ter waarde van € 750. Dit is inclusief de bijdrage (€ 100) van het Runnersworld team – de winnaars van de bedrijvenloop. Henriette bedankt de vereniging daarvoor hartelijk. Ze geeft aan dat ze van plan is een Nintendo Wii te kopen, een apparaat waarmee ze de bewegingslessen op een leuke en doeltreffende wijze kan ondersteunen. En daarbovenop een attribuut voor het zit-fit hockey.



### c. Technische Commissie

Ron complimenteert de TC met alle activiteiten en initiatieven zoals die kernachtig zijn verwoord in het jaarverslag.

### d. Wedstrijdcommissie

Hans Verbeek blijft als wedstrijdcommissaris de commissie bezet houden.

### e. Medische Commissie

In de loop van dit jaar is Nanda van der Sluis aangesteld als sportmasseur op de woensdagavond.

Ron wijst op het belang van reanimatie en is blij dat de laatst gehouden cursus weer succesvol was. Met dank voor de inzet van Annie van Oosten. Er lijkt voldoende animo te zijn om dit voort te zetten. Recent is ook een AED (automatische externe defibrillator) aangeschaft en allen die de reanimatiecursus hebben gevolgd zijn daarvoor opgeleid. De aanschaf is voor 50% gesubsidieerd door de gemeente Delft. De AED zal vooral worden ingezet bij de GTL en de Kopjeslopen.

### f. Redactie Het Kopstuk

Ron prijst de redactie met de constante hoge kwaliteit van Het Kopstuk. Ondanks alle digitale mogelijkheden blijft Het Kopstuk binnen de vereniging onmisbaar. Het uitbrengen van het Kopstuk is iedere keer weer een grote klus waarbij niet altijd alles van een leien dakje gaat. Maar elke keer lukt het dan toch, soms hoe dan ook. Voor haar inzet, enthousiasme en doorzettingsvermogen overhandigt Ron een mooi boeket bloemen aan Lieveke.

### g. Webteam

Ron stelt dat onze website een heel belangrijke communicatiemiddel is die zowel voor leden als voor niet-leden een toegankelijke en adequate informatiebron is gebleken. Onzichtbaar voert het webteam stelselmatig belangrijke verbeteringen door. Drijvende kracht achter het webteam was William Lustig die begin dit jaar is benoemd tot lid van Verdienste. William heeft zijn functie in augustus jongleden neergelegd. Het webteam bestaat uit Cor Rijnvis, Thijs Ligteren, Henk Koelewijn en Alec van der Voort. Laatstgenoemde is tevens de contactpersoon vanuit het Bestuur.

### h. Golden Tenloop

Opnieuw was de 22<sup>e</sup> Trompper Optiek Golden Tenloop een succes. Er waren dit jaar 2610 inschrijvingen op de verschillende loopnummers. Een mooi resultaat en een absoluut record!

Ron memoreert dat hij voor de start van de 10 km een cheque met een bedrag van € 750 heeft overhandigd aan vertegenwoordigers van de Scoutinggroep Marco Polo.

Dit was de eerste Golden Ten waarbij Henny Karreman de organisatie leidde en coördineerde. En dan een met vele uitdagingen onder meer door het grote aantal deelnemers. Als dank en compliment voor zijn bereidheid en inzet krijgt Henny een mooi boeket bloemen. Ook André Vos, zoals bij het welkom gezegd geen Koploperslid maar met wel met een groot Koplopershart, en verantwoordelijk voor de inschrijving en uitslagverwerking, ontvangt eveneens een boeket als blijk van dank en waardering.

Vervolgens vraagt Ron aandacht voor Marjan en Guus Heemskerk. Beiden zijn helaas afwezig. Marjan Heemskerk is vorig jaar tot Lid van Verdienste benoemd vanwege haar jarenlange verdiensten voor de vereniging, onder meer voor de Golden Tenloop. Guus verzorgt al jarenlang de financiële zaken van de Golden



Ten, een forse klus. Beiden leggen hun functies bij de Golden Tenloop neer. Overigens deels want Marjan blijft de werving en inzet van de vrijwilligers coördineren. En ook Guus blijft actief binnen het verenigingsleven in Delft. Ron zal Marjan een mooi boeket bloemen overhandigen en Guus de wijn die daar bij hoort.

#### i. Public Relations

Opnieuw zijn de verschillende PR-activiteiten gedurende het verenigingsjaar onder een apart kopje opgenomen in het jaarverslag. Daardoor is voor de leden helder wat er zich op dit vlak binnen de vereniging afspeelt. Ron vestigt de aandacht op het feit dat Bruun van der Steuijt opnieuw veel werk heeft verzet op het gebied van Public Relations en sponsoring. Zo is hij er wederom in geslaagd veel fondsen te verwerven zonder één cent uit te geven. Als blijk van dank en waardering voor het vele werk dat hij verzet overhandigt Ron een mooi boeket bloemen aan Bruun.

#### j. Studentencommissie De Delvers

Voor de 2<sup>e</sup> maal doet de vorig jaar opgerichte Studentencommissie De Delvers verslag. De commissie is zeer actief binnen de vereniging en niet alleen voor de studenten. De studenten doen actief mee aan talrijke studentenkampioenschappen, ze hebben de clubkampioenschappen op de baan georganiseerd, ze organiseren dit jaar de feestavond en volgend jaar de NSK cross. Als blijk van waardering en als stimulans om vooral zo door te gaan overhandigt Ron de voorzitter van de commissie – Berthold Flikkema - een sixpack bier.

### 4. Verslag penningmeester

Het verslag spreekt voor zich en behoeft geen verdere toelichting.

### 5. Verslag kascommissie

Ron geeft Wim Goeman als voorzitter van de kascommissie het woord. Wim rapporteert de vergadering dat de kascommissie (bestaande uit voorzitter Wim Goeman en Michiel Huizinga) de boeken heeft gecontroleerd en in orde heeft bevonden. Het verslag was tijdig ontvangen, waardoor er gericht gecontroleerd kon worden. De administratie en de toelichting van de penningmeester was goed verzorgd en er is geen aanleiding gevonden om aan de juistheid van de cijfers te twijfelen. Wim verzoekt de vergadering dan ook de penningmeester decharge te verlenen. De vergadering stemt in, de kascommissie en de penningmeester krijgen applaus voor hun inspanningen.

### 6. Rondvraag

Van de rondvraag wordt geen gebruik gemaakt.

Nader: het betuur heeft direct na de vergadering nog een bos bloemen overhandigd aan Anton om hem te bedanken voor zijn inzet voor de jaarlijkse BBQ van de Koplopers.

### 7. Bestuursverkiezing

Het Bestuur is momenteel als volgt samengesteld:

<u>Naam:</u>	<u>Functie:</u>	<u>Treedt af per:</u>
Ron Koorevaar	Voorzitter	1 juli 2010
Wim Aalbertsberg	Vice-voorzitter Penningmeester	1 juli 2009
Vacant	1 <sup>o</sup> secretaris <i>Medische Commissie</i>	



Marion Smit	2 <sup>o</sup> secretaris <i>Sociale zaken / studentencie</i>	1 juli 2010
Alec van der Voort	Lid <i>Website, Het Kopstuk</i>	1 juli 2010
Jan Massar	Lid <i>Technische Commissie</i>	1 juli 2011
Ria Winters	Lid <i>Trimloopcommissie</i>	1 juli 2009

Helaas heeft Ingeborg Henkes vanwege persoonlijke omstandigheden haar bestuursfunctie afgelopen jaar moeten neerleggen. Volgens schema treden Wim Aalbertsberg en Ria Winters in 2009 af. Ria stelt zich niet herkiesbaar. Ron bedankt haar voor haar inzet met een mooi boeket bloemen. En ook Wim wordt voor zijn jarenlange verdiensten in de bloemen gezet.

Mercedes Sweeb en Nanda van der Sluis zijn bereid gevonden om per 2009 toe te treden tot het Bestuur.

### **Secretariaat**

Na jarenlang op onverminderd enthousiaste en uitstekende wijze de ledenadministratie te hebben verzorgd is Frans van der Zon opgevolgd door Hans Kouwenhoven.

**PAUZE (21:45 - 22:05)**

## **8. Bestuursbeleid 2009-2010**

Ron stelt eerst Mercedes als nieuwe bestuurslid voor. Nanda is op dit moment met vakantie.

Net als in voorgaande jaren zijn er in het nieuwe verenigingsjaar enkele zaken waarop het Bestuur specifiek haar aandacht zal richten. Ron gaat kort in op de drie aandachtsgebieden voor 2009-2010.

### **Organisatie van het Nederlands Studenten Kampioenschap Cross 2010**

In het afgelopen verenigingsjaar is AV De Koplopers erin geslaagd het Nederlands Studenten Kampioenschap (NSK) Cross te verwerven.

Het NSK Cross zal plaatsvinden in februari 2010. Het wordt een open kampioenschap. Dat betekent dat iedereen aan de cross kan meedoen. Uiteraard komen alleen studenten in aanmerking voor deelname aan het NSK.

De Studentencommissie zal de organisatie ter hand nemen, met steun van het Sportcentrum van de TU, de wedstrijdcommissaris en enkele andere deskundigen uit de vereniging. Het Sportcentrum heeft reeds toegezegd de verzorging – opvang, huisvesting, maaltijden – van de deelnemende studenten te faciliteren.

### **Het 25-jarig bestaan van AV De Koplopers in 2011 tevens Europees Jaar van de Vrijwilliger**

Op 21 maart 2011 bestaat de vereniging 25 jaar. Het Bestuur neemt zich voor om verspreid over het jaar 2011 verschillende jubileumactiviteiten te organiseren. Daarmee beoogt het Bestuur tevens een positieve impuls te geven aan het verenigingsleven en het clubgevoel. De waardering voor de onmisbare inzet van onze vrijwilligers neemt daarin een belangrijke plaats in.



Om het jubileumprogramma te ontwikkelen en sturing te geven aan de organisatie van de activiteiten zal een Jubileumcommissie opgericht worden. De hoofdlijnen van het jubileumprogramma zullen tijdens de Algemene Ledenvergadering in 2010 worden gepresenteerd. Ron doet een oproep voor geïnteresseerden om zich aan te melden voor deze commissie.

### **Veteranenbeleid**

Maatschappelijk gezien blijken ouderen steeds jonger en actiever te blijven. De 'oudere' van nu is een geheel andere 'oudere' dan 20 jaar geleden. Ook bij AV De Koplopers merkt het Bestuur dat lopers met het stijgen der jaren actief betrokken willen blijven bij de vereniging en daarbij ook actief willen blijven lopen.

Samen met de Technische Commissie wil het Bestuur deze ontwikkeling volgen en zien op welke gebieden we met het verenigingsaanbod zo goed mogelijk kunnen aansluiten aan de wensen en behoeftes.

Omdat fysieke belastbaarheid daarbij een belangrijk aandachtspunt is, is dat het hoofdonderwerp van de trainersbijeenkomst op 10 oktober aanstaande. Met een presentatie van John IJzerman, de bondsarts van de Atletiekunie.

Naast deze drie aandachtspunten gebeurt er komend jaar nog meer. Ron licht daar twee zaken uit.

Marathongroep: Onder supervisie van de technische commissie zal er een Marathongroep worden opgericht. Ron legt uit dat een belangrijke reden waarom de TC de mogelijkheden van een marathongroep heeft bekeken, vooral het scheppen van ruimte is voor de leden om eigen keuzes te maken die aansluiten bij hun behoeften. Ten aanzien van het eventueel meedoen aan een marathon kan dat voor velen natuurlijk in hun eigen groep bij hun eigen trainer en dat zal ook zo blijken. Er zijn er echter ook een aantal die aan de TC gevraagd hebben om te bekijken of het mogelijk is specifieke marathontraining te bieden. Overigens betreft het niet alleen (aspirant) marathonlopers maar er zijn ook leden die het bestuur aangeven het als een verrijking van het verenigingsaanbod te zien. Het is belangrijk naar dit soort signalen te luisteren en vervolgens zorgvuldige afwegingen te maken.

Daarbij maken we dankbaar gebruik van adviezen en waarschuwingen van bijvoorbeeld trainers. Leden die onverantwoorde plannen hebben voor een marathon, moet je nadrukkelijk wijzen op de ongezonde effecten en risico's daarvan. Dat is ook duidelijk een functie en taak van wat de TC nu met de marathongroep voor ogen heeft. Met het kader dat zich vooralsnog beschikbaar heeft gesteld voor dit initiatief heeft Ron het gevoel dat we daar goed mee om kunnen gaan want ongewenste effecten moeten we zeker zien te voorkomen. De deskundigheid van Rob Smit en Paul Dekkers als trainers en Cor Hoebeke als adviseur, staan daar borg voor.

Zeer binnenkort horen jullie hier meer over.

De Winterse Wippolderloop. De WWL bestaat al jaren en werd voorheen georganiseerd door de studenten hardloopvereniging, De Delfers (nu Koplopers). We willen deze loop, samen met de studentencommissie een nieuwe impuls geven. Ook om De Koplopers –op trainingsavonden, dus op zeer toegankelijke wijze - te stimuleren om deel te nemen aan wedstrijdjes over kortere afstanden (4,6 en 6,9 km).

De WWL is op de 2<sup>o</sup> woensdag in oktober t/m maart. Het doel is *Delft in Beweging – Kostelijk en Kosteloos*. De Start/finish op het terrein van het Sportcentrum TU. De Studentencommissie van de Koplopers draagt zorg voor inrichting start/finishlocatie, parkoers uitzetten, tijdregistratie, finishkaartjes, uitslagverwerking en klassement (4 van de 6). Het Sportcentrum draagt zorg voor communicatie intern TU en stelt flesjes mineraalwater met 'Sport en Cultuur'-logo beschikbaar bij de finish. De Koplopers draagt zorg voor communicatie naar atletiekverenigingen in de regio en lokale media.



Sportcentrum draagt zorg voor prijzen (klassement) voor de eerste 3 dames en heren:

- 1<sup>e</sup> prijs dames en heren: kledingpakket Nike t.w.v. € 100,-
- 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> prijs dames en heren: ticket Dutch Waterdreams Zoetermeer

Runnersworld Delft stelt prijzen ter beschikking voor verloting onder de deelnemers uit het eindklassement

Meer informatie volgt in het Kopstuk dat uiterlijk 10 oktober uitkomt.

### Tenslotte

Het Bestuur hoopt samen met onze trainers, de leden en de vele, zeer gewaardeerde vrijwilligers wederom van 2009-2010 een gezond, sportief en gezellig verenigingsjaar te maken.

## 9. Contributie

Het bestuur is blij te kunnen melden dat komend jaar opnieuw geen verhoging hoeft worden doorgevoerd. Terzijde: tot op heden is verbonden aan het lidmaatschap 15% korting bij Runnersworld Delft. Runnersworld introduceert nu de Runnersworld Clubkaart met voor Koplopers een voordeel van 20%.

## 10. Begroting 2009/2010

Het jaarverslag spreekt voor zich.

## 11. Verkiezing kascommissie

Binnen de kascommissie vindt ieder jaar een wisseling plaats waarbij het reserve-lid van het jaar ervoor lid wordt, en een nieuw reserve-lid wordt toegevoegd. Michiel Huizinga wordt voorzitter en Peter Hallensleben lid. Op de vraag van Ron biedt zich Gijs Kemp spontaan als reserve-lid aan, waarvoor dank. Ook Ron Holling meldt zich aan, wellicht volgend jaar.

## 12. Rondvraag

Bruun: er zijn nog kaarten beschikbaar voor de van Dam tot Damloop. Geïnteresseerden kunnen informatie vinden in de praathoek.

Bruun: is het een optie om in het kader van het 25 jarige jubileum nog eenmaal de Droomtijdloop te organiseren. Ron geeft aan dat het zeker een optie is. Maar dat dit zeer goed overwogen moet worden in nauw overleg met de GTL organisatie. Zowel de voorbereiding als de nacht zelf (inzet vrijwilligers langs het parcours) vraagt veel van betrokkenen. En dat vraagt dus een zeer gedegen afweging en zorgvuldig besluit.

Bruun: vraagt aandacht voor sponsorwerving voor de GTL. Een aantal sponsors is terughoudend, en het blijkt momenteel lastig nieuwe sponsors te vinden. Dit mede als gevolg van de kredietcrisis. Verzoek aan alle leden om mee te denken.

Bruun: Veteranenbeleid: kunnen we in het E-Kwadraat Reclame Run Circuit een categorie 70+ op te nemen. Ron zegt toe dit te bespreken in de aanstaande coördinatievergadering.

Peter Hallensleben doet een beroep op de studenten om zich meer te integreren in de vereniging en ook vrijwilligerstaken op zich te nemen. Ron benadrukt in antwoord hierop nogmaals de actieve bijdrage die de studenten(commissie) reeds leveren (levert) onder meer bij de organisatie van de feestavond, de WWL en het NSK Cross.

Rob Brinks vraagt naar de relatie tussen de marathongroep en de wedstrijdgroep. Ron antwoordt dat er (trainingstechnisch) geen relatie is.

Frank van Paassen vraagt of ook deeltijdstudenten kunnen deelnemen aan het NSK. Het antwoord is ja, mits je in het bezit bent van een studentenkaart en ingeschreven bent als student.



### 13. Sluiting

Ron wijst nog op de jaarlijkse feestavond op vrijdag 2 oktober alvorens de vergadering te beëindigen.

Ron bedankt iedereen voor zijn of haar aanwezigheid en reacties. De opkomst is hoog en de inbreng was goed en plezierig. Dat doet het Bestuur én de vereniging goed. Ron nodigt iedereen uit om nog even na te praten onder het genot van een hapje en een drankje en sluit de vergadering om 22.37 uur.