

Liep ik een aantal malen mee met de groep van Jan de Wilde. Duurtrainingen op woensdagavond over de duinen, door het bos en soms tot op de kering. Trainen zo langzaam dat je nog kan praten en je hartslag niet op hol slaat. Je ziet dat er een divers gezelschap gezellig de kilometers weg maalt. Ik probeer daar ook een beetje de kilo's weg te lopen. Maar dat lukt maar matig, omdat ik na afloop van mening ben dat ik wel een beloning verdien in de vorm van vloeistof, dikwijls van Belgische makelij die de weggetrainde grammen er weer net zo vlot weer aan brengen. Een goed gevoel geeft dat overigens wel en dat is op mijn leeftijd minstens zo belangrijk als er afgetraind uitzien.

Een goed gevoel heb ik ook als ik hoor over de succesvolle Ladiesrun trainingen van onze trainers John, John, Henk en Rens. Ze doen dit op eigen initiatief maar Dynamica is ook daar aanwezig. We hopen natuurlijk dat bij de beginners een aantal het zo leuk vinden dat ze later bij ons komen trainen en aan wedstrijden gaan meedoen. Hoofdzaak is dat de atleten goed voorbereid aan de start staan.

De Kust Marathon heeft wat teweeg gebracht in Zeeland. Vele nieuwe gezichten in hardlopers Zeeland. Ook wij als atletiek vereniging dragen een steentje bij door atleten goed te trainen zodat ze niet alleen deze marathon volbrengen maar er ook nog zoveel lol aan beleven dat ze verder willen. En daar heb je dus een club voor nodig is mijn mening. Goede faciliteiten het hele jaar rond en deskundige trainers voor een prijs die de laagste op Walcheren is. Zie dat is Dynamica.

Wat ook Dynamica is zag ik weer aan het begin van dit baan seizoen bij de Zeeuwse Kampioenschappen voor pupillen en c/d junioren. Zeker 25 vrijwilligers aangestuurd door Anton hebben in mijn ogen weer een topprestatie neergelegd door in regen en wind een prima wedstrijd te organiseren. Prachtig om de jeugd aan het werk te zien. Mooi om de prijzen te mogen uitdelen aan de jonge helden veelal begeleid door glunderende ouders. Dat is de basis van de atletiek, strijden om de beste te zijn, maar ook gewoon veel plezier hebben met elkaar op deze dag.

Een andere, nieuwe vorm om een jeugdwedstrijd te houden is in VZA verband besproken en onlangs bij Delta Sport georganiseerd. Het z.g. Athletics Champs is een speelse vorm van

wedstrijd atletiek die sport en spel in zich heeft. Een bus vol Dynamica jongeren onder begeleiding van De Jeugd Activiteiten Commissie (de JAC) is er naar toe geweest, en onwijs genoten begreep ik. Wat meer ouders mee zou leuk zijn de volgende keer maar de dag was er niet minder om. Proficiat. Dat is ook Dynamica.

De wedstrijd atleten van de club doen het onveranderd goed. Ik besteed daar in dit stukje niet te veel aandacht aan maar ik verzeker jullie dat mijn waardering voor de prestaties omgekeerd evenredig is als de lengte van deze zin. Ga zo door, ik zie het in de uitslagen.

Kom je automatisch bij de categorie waar ikzelf toe behoor, de Gold groep. (Gemotiveerde Oudere Lopers Dynamica groep). Velen van jullie hebben begrepen dat ik nu ook van Drees mag trekken zoals dat heet. Dit houdt in dat ik mij dinsdagmorgens naar de baan begeef om met lotgenoten een pittige training af te werken. Presteren op onze leeftijd gaat net als bij de jeugd gepaard met een dosis humor en gezelligheid. De groep groeit nog steeds en dat is prettig. Soms is er ook wat minder goed nieuws te melden als er ziekte of andere mailleur voorbij komt. Lief en leed. ook dat is Dynamica.

Beste leden ik wens jullie een goed atletiek seizoen toe. Op de weg of op de baan, beweeg en je staat niet stil en komt vooruit.

Groet Jan B.