Die Voorslag

Amptelike nuusbrief van die Voortrekkermonument Atletiekklub

UITGAWE 58: 5 SEPTEMBER 2011

1.VOORWOORD

Baie welkom by uitgawe 58 van Die Voorslag. Die lente is weer hier en dit bring mos maar altyd nuwe hoop en opwinding na vore. Die koue het die wyk geneem (so hoop ons in elk geval), die bloeisels bloei, die gras begin weer ‘n groen skynsel kry en dit is net soveel makliker om die veters vas te maak om ‘n entjie te gaan draf. Ek hoop dat die lente vir almal vreugde en geluk sal bring en dat die drome vir die res van 2011 bewaarheid sal word. Op die klub se kalender is daar nog heelwat uitstaande aktiwiteite wat nog moet plaasvind voordat 2012 aanbreek. Eerste op die prioriteitslys is natuurlik die Ou Voetpad Bergwedloop wat eerskomende Saterdag plaasvind. Alle inligting oor die wedloop kan in paragraaf 6 gevind word. Dit is belangrik dat julle hierdie deel van die nuusbrief aandagtig bestudeer sodat julle weet wat op die dag van julle verwag sal word. Die Bestuur het dit benadruk dat soveel as moontlik lede teenwoordig moet wees om te help om van die wedloop ‘n groot sukses te maak. Ons het reeds met die Dinamika Springbok Vasbyt gewys hoe puik ons kan presteer met die aanbied van ‘n wedloop. Die Ou Voetpad bied egter nuwe en unieke uitdagings en ons sal ons storie moet ken om ons eie hoë standaarde te klop. Wat die res van die jaar aanbetref kan ons ook uitsien na die Muller Potgieter Gedenkwedloop en die Jaareindfunksie. Ons het onverwagse teëspoed gekry met die Muller Potgieter Gedenkwedloop, deurdat die borg onttrek het. Die wedloop sal egter nog steeds plaasvind, maar sal nou by die Voortrekker Monument aangebied word. Wat my aanbetref is dit eintlik heel gepas dat Pretoria se oudste wedloop by die stad se mees beroemdste baken sal plaasvind. Ons wil terselfdertyd vir Quagga Sentrum bedank vir hul borgskap van die vorige 5 jaar. Alhoewel ‘n mens spyt is dat ‘n lang verbintenis nou verbreek word, moet die huidige ekonomiese klimaat en die uitdagings wat dit bied in gedagte gehou word. Dit het ook onlangs rugbaar geword dat een van die stad se grootse wedlope, genaamd die Mc Carthy Classic wat op 24 September sou plaasvind, gekanselleer is omdat die borge onttrek het. Dit is nou maar net eenmaal ‘n feit soos ‘n koei dat sonder borge ‘n mens in enige sport nie veel sal kan uitrig nie. En dan is padwedlope nog boonop ‘n sportkode wat maar altyd aan die agterste speen moet suig. Gelukkig is ons klub se finansiële stand gesond genoeg dat ons die Muller Potgieter Gedenkwedloop sal kan aanbied, maar kom ons hoop dat ons spoedig ‘n nuwe borg sal kan vind. Julle sal in hierdie uitgawe meer lees oor die volgende:

- Verjaarsdag (Baie geluk aan almal wat in Septembermaand verjaar, mag die jaar wat voorlê vol vreugde en seëninge wees);
- Klubprogram (September 2011);
- Voorsitters Woordjie (Leon lewer sy maandelikse boodskap);
- Value Logistics Ou Voetpad Bergwedloop: 10 September 2011;
- Muller Potgieter Gedenkwedloop: 3 Desember 2011;
- *Oppilangpad:* Skukuza Halfmarathon (Helmuth vertel);
- Atleet van die Maand (Cobus De La Porte);
- Top 10 Rangorde;
- Atleet van die Jaar kompetisie);
- AGN Liga **(NB! NB! NB!- Volgende AGN ligawedloop: 29 Oktober: Hunters Challenge (21/10km): Maratimo Klubhuis, Burnettstraat in Hatfield. (Ons is nou algeheel vyfde en met ‘n goeie opkoms kan ons eersdaags die top 3 bereik)**;
- Voorslot (Vind hier uit wat alles in die volgende uitgawe verskyn).

Hierdie nuusbrief gee graag erkenning aan Value Logistics wat reeds die afgelope vyf jaar die Ou Voetpad Bergwedloop met onderskeiding borg. Ondersteun hulle asseblief. Hoe groter die ondersteuning, hoe groter die borg. Julle kan ook meer inligting oor Value Logistics vind by www.valuelogistics.co.za. Lekker Lees!

VALUE LOGISTICS: 0860 1000 46

2.VERJAARSDAE: SEPTEMBER 2011

5 September	Zelda Uys	083 277 7591
14 September	Leon Bezuidenhout	082 326 0405
15 September	Marietjie Williams	082 318 7224
24 September	Jaco Steenkamp	082 879 5808
29 September	Maritza Van Staden	083 655 6516

3.KLUBPROGRAM VIR SEPTEMBER 2011

Donderdag 1 September	17h30	Kluboefening	VTM
Saterdag 3 September	06h30	**Spirit of Flight 10km NB NB NB! AGN Ligawedloop**	Swartkops Lugmagbasis
Dinsdag 6 September	17H30	Kluboefening	VTM
Donderdag 8 September	17h30	Kluboefening	VTM
Saterdag 10 September	06h30	**VALUE LOGISTICS OU VOETPAD (Almal moet asseblief help)**	TUT
Dinsdag 13 September	17h30	Kluboefening	VTM
Woensdag 14 September	18h00	Tuks Nagwedloop	Tuks Sportgronde
Donderdag 15 September	17h30	Kluboefening	VTM
Saterdag 17 September	06h30	WNNR Halfmarathon en 10km	WNNR
Dinsdag 20 September	17h30	Kluboefening	VTM
Donderdag 22 September	17h30	Kluboefening	VTM
Dinsdag 27 September	17h30	Kluboefening	VTM
Donderdag 29 September	17h30	Kluboefening	VTM

4.VOORSITTERS WOORDJIE

Soos dit maar in ‘n dinamiese sport soos hierdie is, verander dinge voortdurend. Mense begin deelneem en raak weg, hulle verander soms van klub, hulle verander van afstand en so meer. So is dit ook met borge. Ons was geseënd deur Quagga Sentrum vir die laaste paar jaar met ons te hê. Hulle het aan die begin van die jaar besluit om nie langer met die borgskap voort te gaan nie. Ongelukkig het hulle ons nooit hieroor ingelig nie. So ‘n week terug bel ek en kry toe die nuus. Wat maak ons?

Die antwoord was eintlik eenvoudig. Ons as ‘n klub het integriteit. Ons het nie duisende rande nodig om ‘n wedloop te reël nie. Ons het dit verlede jaar met die Toffie gewys. Te veel klubs kanselleer die wedloop en laat dit daar. Nie ons nie. Ons het reeds besluit om die wedloop te skuif na die Monument en sal dit so adverteer. Ons sal ook hiervan ‘n sukses maak. Met of sonder ‘n borg.

Dan moet ek ook hiermee my dank aan Maryna en haar span betuig. Quagga Sentrum was ‘n wonderlike borg en ek dink ons kon heelwat mense na die weste bring, wat sonder hulle borgskap nie moontlik sou wees nie. Dit is regtig met spyt dat ons hulle borgskap verloor. Daar sal ‘n leemte wees in die blootstelling wat die weste kry, en al wat nou daar is die Value Logistics Ou Voetpad.

Ek wil julle asseblief vra om met die Value Logistics Ou Voetpad te kom help. Ons het heelwat mense wat nie kan kom help nie. Dit sit ons onder groot druk. As jy enigsins kan, kom help asseblief vir daardie 4 of so ure.

Beste wense en geniet die lente. Dit is lekker om weer te kan deelneem en te kan oefen sonder om soos ‘n Eskimo te lyk.

Groetnis

Leon

5.VALUE LOGISTICS OU VOETPAD BERGWEDLOOP

Die Value Logistic Ou Voetpad Bergwedloop vind hierdie jaar weereens plaas by die kampus van die TUT en ons benodig almal se hulp. As jy nie kan help nie, laat weet dan asseblief vir Leon vroegtydig sodat ons plaasvervangers kan soek. Die wegspring is om 06h30 wat beteken dat die inskrywings reeds om 04h30 (by gebou 21) sal begin, wat ook beteken dat die helpers reeds om 04h00 moet rapporteer by die eindpunt. Die wedloop sal oudergewoonte met 'n kanonskoot begin, en die perderuiters sal die atlete begelei. Die taakindeling is reeds gedoen en sien as volg daarna uit:

Roete Meester: Joep 0832296313
Lead Motorfiets (10 Myl): Helmuth 0828566273 + Sean (6 Myl) (Helmuth se seun),
Lead Quad (5km): Erich

Dienspunte	Marshalls
Boom / Wagte Omdraai	TUT Wag
Regs Draai na dam toe	Hester/Elize
Orion (Opdraai na Weshek toe)	Wilhelm/Paul 0828565165
Weshek	David M
Morkel / Norman Eaton	Robert
Normon Eaton / Van Dam	Louis Beneke 082 413 0357
Opdraai na berg toe (By tonnel se skag)	Ronald Madau
Bo op die berg	Perde
Onder by die berg	Jaundre
In die straat teen die berg	Dawid J
Opdraai na tonnel se bek	Ilse 072 809 1591
Tonnel bo by boom	Barrier Tape
Afkom van tonnel	SSS Waterpunt
Afdraai na regs in straat	Kalk
Links draai na kwekery se rigting	Kalk
Regsdraai na kwekery	Kalk
Draai links in kwekery in	Kalk
Kwekery Hoekpaal	Barrier Tape
Opdraai na berg	Martin 0828783283
Bo op die berg	At
Afkom van die berg	Henning
Onder by berg, draai na links Gurko Str	Waterpunt
Bergartillerie/Van Dam	Hennie Opperman
Morkel / Norman Eaton (Draai na links na Weshek toe)	Robert
Draai na links by weshek op berg toe	David M
Draai na regs op die berg	Barrier Tape
Draai na regs onder toe verby lizard lapa	Werner 0823048076
Draai na links na orion se rigting	Barrier
Draai na links by Orion	Wilhelm/Paul 0828565165
Regsdraai na finish net verby die dam	Elize/Hester
Norman Eaton/Tom Claridge Split	Louis Fourie
Norman Eaton/Tom Claridge aansluiting	Hans/Heinz
Morkel Oos/Jan Heukelman	Pieter V
Charles Obermeyer/ Diplomandi	Cobus/Hennie
Tussen die geboue oppad finish toe	

Roetemeesters

Jaundre, Leon U, Dewald + Franna 082 937 6988 – Gaan die waterpunte opsit en afslaan, KM Borde opsit, skoonmaak en seker maak alle Marshalls is op hulle plekke voor die wedloop begin.

Ekstra Helpers- Alfred, Jaco Steenkamp, Mario (Reserwe Marshalls)

Corne 0834070122 **& Steve -** Gaan die waterpunte opsit en afslaan en almal moet asseblief help met die skoonmaak.

Dameslede behartig inskrywings en uitdeel van medaljes

Die verversings sal voorsien word deur die APK Wes-Moot en die winste sal ten bate van die Kinders van die Lig projek aangewend word.

6.MULLER POTGIETER GEDENKWEDLOOP

Op Saterdag 3 Desember sal die Muller Potgieter Gedenkwedloop vir die twee en veertigste keer agtereenvolgens plaasvind. Ons klub het die voorreg om hierdie wedloop, wat terloops die oudste padwedloop in Pretoria is, vir die vyfde keer aan te bied. Hierdie jaar word 'n groot opkoms verwag, aangesien die ook die laaste AGN ligawedloop vir 2011 sal wees. Quagga Sentrum het soos julle reeds verneem het ongelukkig hul borgskap beëindig, maar die Bestuur het besluit dat hierdie geskiedkundige wedloop moet voortgaan. Die wedloop sal derhalwe nie meer by die Quagga Sentrum plaasvind nie, maar wel by die Voortekkkermonument.

7.ATLEET VAN DIE MAAND: COBUS DE LA PORTE

1) **Hoekom hardloop/stap jy en hoe lank doen jy dit al?** ***Hardloop laat my LEWENDIG voel. Hoekom ek ooit opgehou het, weet ek nie, maar ek het eers weer in 2009 begin hardloop.***

2) **Watter wedloop is jou gunsteling en watter een sal jy graag eendag wil doen?** ***Die De Loittes was sover my lekkerste en ek sal graag die Om-Die-DAM <u>sonder pyn</u> wou doe*****n.**

3) **Met watter soort skoen hardloop/stap jy?** ***New Balance***

4) **Is daar enige persoon of legende wat jou inspireer om te hardloop/stap?** ***Ja, elke Oom of tannie wat met daai 60, 70, en selfs 80 agter-op hulle hemde hardloop/draf/skuifel. Hulle sê regtig dat mens nog kan LEEF op daardie ouderdom.***

5) **Het jy enige stokperdjies?** ***Ek speel graag tafeltennis, doen staptoere en vang so nou en dan bietjie vis.***

6) **Wat is jou gunsteling kleur?** ***B……lou-bul blou***

7) **Watter rugbyspan ondersteun jy?** ***B.....lou Bulle***

8) **Wat is jou gunsteling gereg?** ***B.....raaivleis, B....ier***

9) **Watter fliek het jy onlangs gekyk en wie is jou gunsteling akteur/aktrise?** ***Mrs Doubtfire en dan natuurlik Robin Williams.***

10) **Watter boek is tans op jou koffietafel?** ***Ek dink dis my seun se wiskundeboek ☺....Maar ek het 'n stapel ongeleesde "Fantasy"-boeke in my kas.***

11) **Watter musiek hou jy van?** ***Chris Christofferson***

12) **Waar sien jy jouself oor 10 jaar?** ***Erens op die langpad (of dalk besig om daai ongeleesde boeke te lees).***

13) **Waar is jy gebore?** ***Thabazimbi***

14) **Waar het jy skoolgegaan?** ***Rustenburg en uiteindelik klaargemaak in Voortrekkerhoogte. Die is ondertussen van die kaarte verwyder en toe bou hulle Thaba Tswane op sy plek.***

15) **Watter beroep volg jy?** ***Rekenmeester/beancounter***

16) **Jy is alleen op 'n eiland vasgekeer saam met net een persoon vir 10 jaar, as jy kan kies, wie sal daai persoon wees?** ***Ek is nie regtig 'n alleen mens nie, so, dit sal my vrou, my kinders en 'n paar van my beste vriende moet wees. As daar plek is vir hardloop moet Hennie maar sorg dat hy ook daar is.***

17) **Wat irriteer jou en wat maak jou opgewonde?** ***Padvarke(onkonsidererende mense) irriteer die witwarm waks uit my uit. Mense wat voluit leef maak my opgewonde.***

18) **Wat verkies jy, bosveld of see?** ***Bosveld, berge en strome.***

19) **Waar verkies jy om te hardloop/stap, grond of teer?** ***Hardloop: teer. Stap: grond***

20) Het jy 'n gunsteling gesegde wat jou motiveer in die lewe of waarmee jy graag ander mense mee motiveer? ***Mag die Here ons elkeen die genade gee om aan te hou lewe tot ons eendag sterwe. (Te veel mense hou al op met leef, nog lank voor ons hulle moet toe-spit)***

8.OPPILANGPAD: SKUKUZA HALFMARATHON

Toe sorg Vrouedag weer dat ons 'n lekker langnaweek kon geniet indien mens 'n dag of wat ekstra verlof het. Dit was natuurlik weer tyd vir die Skukuza halfmarathon wat redelik eksklusief is omdat mens 'n jaar vooruit moet inskryf om jou plek te verseker.
Die klub was hierdie jaar weer goed verteenwoordig met myself (Helmuth), Alexander en Robert wat nou gereelde deelnemers geword het. Daar was ander VTM klublede wat 'n heel ander tipe "wildtuin" naweek gehad het in Sabie-Sabie (maar daaroor wil ek liewer nie te veel sê nie.....of hoe?) Ja-nee, ons hou mos daarvan om in die natuur te hardloop en dan ook sommer 'n lekker naweek daarvan te maak.

Vir my was dit 'n kampeer langnaweek in Skukuza se kampterrein met my vrou, dogter en haar vriend. Wat 'n diere naweek.....maar eers terug by die hardloop. Saterdag se weer is toe sommer 'n lekker koel bewolkte dag, net wat mens wil hê in die laeveld. Vroeg-vroeg loop ons VTM manne mekaar raak en ek sien ook dat vandag 'n rekord dag gaan wees, die weer is koel en die "vibe" is reg.

Mense samel geld in vir renosterbewaring, die Castle waentjie trek nader en die boerewors braai vir die vale.....soos ek sê, alles voel reg.

Die wedloop begin in die Skukuza personeeldorp om 08h30 in die oggend, maak 'n draai in die wildtuin en eindig weer op dieselfde krieketgronde. Die vorige aand was daar 'n leeuvangs en mens sien sommer die aasvoëls sirkel in die verte (naby die 15km rivier kruising). Daar was darem 'n helikopter wat al die gevaar verjaag.....goeie nuus vir die stadige hardlopers.

Vir my het die wedloop redelik vinnig begin, maar op 4 km slaan mens die eerste bultjie uit die Skukuza dorp uit dan weet jy, hierdie is nie 'n maklike wedloop nie. Na so 'n sirkel of twee in die dorp vat ons die pad in die veld in. Die wedloop neem jou om 'n rehabilitasie kamp (+-100 hektaar), en bring jou met 'n sirkel terug na die 10km merk en waterpunt. Ek sien darem twee renosters in die kamp maar niks anders nie.

By 10km hardloop ek weer een van my skoolvriende raak met wie ek laas jaar, ook vanaf dieselfde plek, saam gehardloop het (Deon Muller van Agape). Ons het die Apostoliese Kerk in Lyttelton se dak soms misbruik as 'n klimraam.
Die volgende 6 km is die mooiste deel van die wedloop en nou voel mens werklik dat jy in die wildtuin is. Van 16km raak dit weer moeiliker met so 'n paar opdraandes wat jou in die dorp invat. Uiteindelik maak ek die wedloop klaar in 2h30, Alexander breek sy eie beste tyd en maak 1h37 klaar. Robert doen 'n lekker 2h22. Die weer was lekker en die wedloop 'n groot sukses.

Die res van die naweek ry ons rond, kyk diere en braai elke aand. Die wildtuin is maar 'n klein plekkie want die volgende dag loop ek weer vir Alexander en Robert raak by Onder-Sabie. Hulle het net so 'n goeie wildsfees soos ons gehad, die groot 5 het hulle nie hierdie jaar skaam gehou nie. Ek vind die dag 'n Leeu mannetjie wat ongeveer een kilometer padlangs stap en sy merkies orals los. Daarna ry ek amper twee Luiperds uit die aarde uit, dit het nogal histerie in my kar veroorsaak want ons is Luiperd mense en wag al vir 20 jaar om so 'n mooie te sien.

Wel, ek is nie van plan om Skukuza wedloop ooit te mis nie, tesame met Ottosdal en Entambeni maak dit hardloop 'n fees. Geluk aan Alexander met sy persoonlike rekord!

Helmuth De Lange

9.TOP 5 RANGORDE
10KM

	MANS	WEDLOOP	TYD	DAMES	WEDLOOP	TYD
1	David	Spirit of Flight	45:00	Teresa	Icebreaker	55:49
2	Alexander	Jakaranda	45:23	Marna	Bobbies	55:58
3	Werner	Mc Carthy	46:19	Nadia	Bobbies	57:10
4	Faan	George Cla	46:48	Adri	Akasia	57:52
5	Jaundre	Spirit of Flight	47:40	Christene	Nuwejaars	61:31

21KM

	MANS	WEDLOOP	TYD	DAMES	WEDLOOP	TYD
1	Alexander	Skukuza	1:37:29	Lorraine	Long Tom	1:33:19
2	David	Wierie	1:42:46	Marietjie	George Clas	2:15:01
3	Robert	Mc Carthy	1:45:16	Marna	Loskop	2:16:27
4	Erich	Mc Carthy	1:46:52	Teresa	Wally H	2:16:57
5	Werner	Loskop	1:50:47	Adri	Mc Carthy	2:19:00

42KM

	MANS	WEDLOOP	TYD	DAMES	WEDLOOP	TYD
1	**Alexander**	**Elandsvallei**	**3:30:18**	**Elsabe**	**Slowmag**	**4:56:59**
2	**Robert**	**“**	**3:52:07**			
3	**Louis B**	**Kosmos 3-1**	**4:07:00**			
4	**Nicky**	**Wally H**	**4:26:26**			
5	**Wilhelm**	**Slowmag**	**4:42:59**			

10. ATLEET VAN DIE JAAR KOMPETISIE

Met nog twee maande oor in hierdie kompetisie is die stryd om die eerste plek besig om strawwer te word. In die dameskompetisie het Teresa die eerste posisie by Adri oorgeneem. Adri is nou tweede met Marna steeds in die derde plek. Die Verdedigende kampioen, Lorraine is steeds besig om die gaping met die voorlopers te vernou en bevind haarself in die vierde plek. Enigeen van bogenoemde vier dames het nog ‘n realistiese kans om te wen. In die manskompetsie het ons met ‘n driestryd te make. Jaundre is steeds eerste met 167 punte terwyl Erich ‘n goeie tweede plek beklee met 152 punte en Corne, ons verdedigende manskampioen, is in die derde plek met 150 punte. Die kompetisie sluit op 31 Oktober. Die puntestand soos op Dinsdag 30 Augustus 2011 lyk as volg.

	MANS	PUNTE	DAMES	PUNTE
1	**Jaundre**	**167**	**Teresa**	**149**
2	**Erich**	**152**	**Adri**	**147**
3	**Corne**	**150**	**Marna**	**130**
4	**Alexander**	**143**	**Lorraine**	**122**
5	**Robert**	**140**	**Elize**	**102**
6	**Leon B**	**139**	**Annetjie**	**98**
7	**Werner**	**131**	**Nadia**	**80**
8	**Franna**	**122**	**Elsabe**	**79**
9	**Louis B**	**119**	**Hester**	**73**
10	**Wilhelm**	**107**	**Mariette**	**71**

11.AGN LIGA

Baie dankie aan almal wat die klub tydens die Carlton ligawedloop verteenwoordig het. Julle is ware staatmakers. Weens die swak bywoning het ons effens agteruitgeboer en het ons teruggesak vanaf die vyfde na die sesde posisie. Dit is darem nie die einde van die wêreld nie aangesien ons nog steeds saam met die groot honde blaf. Die bywoning tydens die Spirit of Flight ligawedloop wat die afgelope Saterdag plasgevind het, was aansienlik beter en nagenoeg 15 lede het deelgeneem. Baie dankie aan Jaundre wat die verversings gereël het. Jy is ‘n ware staatmaker. Daar is nog drie ligawedlope oor vir hierdie jaar. Massadeelname kan beslis ons plek in die liga verbeter. ‘n Top drie posisie is steeds nie te vergesog nie. Derhalwe wil ek almal versoek om die drie datums hieronder op sy te skuif en die klub te help om ‘n impak in die liga te maak. Weermag is steeds in die eerste plek met 112 punte, terwyl Overkruin steeds ‘n sterk aanspraakmaker is in die tweede plek beklee met 107 punte. Eersterust is ook nog stewig geplaas in die kompetisie in die derde plek met 103 punte. Ons klub deel tans die sesde plek met BMW met 75 punte. Maak asseblief ook seker dat julle inskrywingsvorms korrek voltooi. Verkeerde inskrywing beteken dat die klub geen punte kan verwerf nie. Die puntestand in die AGN Liga is as volg:

1	**Weermag**	**112**
2	**Overkruin**	**107**
3	**Eersterust**	**103**
4	**Arete**	**100**
5	**WNNR**	**89**
6	**VOORTREKKERMONUMENT/BMW**	**75**
7	**Agape**	**74**
8	**Reserwe Bank**	**68**
9	**Zwakala**	**60**
10	**Irene**	**59**

Die ligawedlope vir die res van die jaar is:
29 Oktober: Hunters Challenge (Maratimo)
19 November: Montana Halfmarathon + 10: Montana Crossings
3 Desember: Muller Potgieter: Quagga Sentrum (Die helperswedloop sal seker die vorige week plaasvind, sodat ons maksimum punte kan kry, aangesien ons met hierdie wedloop nie kan

deelneem nie. Let Wel: Helperswedloop se uitslae tel ook vir die AGN liga solank die uitslae voor wedloop beskikbaar gestel word.

12.NUUTSTE UITSLAE

ZWARTKOP WEDLOOP: SATERDAG 30 JULIE 2011

10 KM	NAAM	TYD	ALGEHELE PLEK
1	David Morrison	46:22	59
2	Leon Uys	50:21	104
3.	Helmuth De Lange	65:37	316
4.	Gwen Morrison	77:41	409
5.	Hester Prinsloo	94:12	488
6.	Laetitia Jansen	94:13	489
21KM			
1.	Hennie Pretorius	2:00:05	190
2.	Cobus De La Porte	2:04:30	224

RUSTENBURG BERGWEDLOOP : SATERDAG 30 JULIE 2011

25 KM			
1.	Faan Van der Linde	2:45:48	344
2.	Wilhelm Neethling	2:48:22	360
3.	Erich Jacobs	2:53:56	404
4.	Jaundre Jackson	2:56:49	422

CARLTON WEDLOOP:SATERDAG 6 AUGUSTUS 2011

10KM.			
1.	Louis Beneke	53:24	155
2.	Wilhelm Neethling	73:20	20 (Stap)
3.	Yolandi Strydom	88:22	377

CASTLE WALK 10KM: DINSDAG 9 AUGUSTUS 2011

1.	Wilhelm Neethling	63:31	306
2.	Henning Strauss	66:03	361

MARCEL VAN'T SLOT: SATERDAG 13 AUGUSTUS 2011

15KM			
1.	Louis Beneke	1:22:56	384
2.	Erich Jacobs	1:27:30	525
3.	Hennie Pretorius	1:27:33	526
4.	Jaundre Jackson	1:27:42	534
5.	Cobus De La Porte	1:27:57	540
6.	Jaco Steenkamp	1:28:21	554
7.	Henning Strauss	1:32:42	669
8.	Teresa Le Roux	1:36:20	771
9.	Wilhelm Neethling	1:48:26	15 (Stap)
10.	Louis Fourie	1:56:13	1160

WIERIE HALFMARATHON: SATERDAG 20 AUGUSTUS 2011

10KM			
1.	Corne Boshoff	49:32	67
2.	Cobus De La Porte	53:37	120
3.	Gwen Morrison	74:24	567
4.	Hester Prinsloo	93:10	786
21KM			
1.	David Morrison	1:42:46	74
2.	Hennie Pretorius	1:57:40	210
3.	Jaundre Jackson	2:03:18	272
4.	Elsabe Joubert	2:25:36	451

13.AKTIWITEITE BY DIE VOORTREKKERMONUMENT

Lede word daaraan herinner dat 'n reunie vir oud-SAW lede by die Voortrekkermonument plaasvind op 16 September 2011. Al die oudsoldate in die klub kan meer inligting verkry oor die gebeurtenis deur vir Annatjie Erasmus te kontak by 012 326 6770.

Die Voortrekkermonument se Boomplantdag vind plaas op Vrydag 23 September 2011. Kontak gerus vir Elsa Daniels by 012 326 6770 vir meer inligting.

14.IN LIGTER LUIM:DIENSPLIG

Eendag merk die dominee 'n klein seuntjie in die voorportaal van die kerk op wat aandagtig na ' n groot gedenkplaat teen die muur staan en kyk. Dit was oortrek met name en daar was klein landsvlaggies weerskante.

Toe loop die dominee nader, kom staan langs die seuntjie, en sê
saggies: "Goeiemore my seun."

"Môre, Dominee," sê hy, met sy oë nog vasgenael op die plaat.
"Dominee,
wat is dit hierdie?" vra hy.

Die dominee antwoord: "Wel, my seun, dit is 'n gedenkplaat vir al die jongmanne wat in die diens gesterf het."

In doodse stilte en met groot eerbied staan die twee voor die plaat en staar na die name.

Uiteindelik, in 'n skaars hoorbare stemmetjie en bewend van vrees vra die seuntjie: "Watter diens, Dominee? Die oggend- of die aanddiens?"

15.HIERDIE WEEK IN DIE VOLKSGESKIEDENIS

** 1 September 1853: Die heel eerste driehoekige posseëls ter wêreld word deur die Kaap die Goeie Hoop uitgereik.*

** 5 September 1900: Boerekommandant Danie Theron word deur 'n rotsskerf gedood tydens 'n skermutseling in die Anglo-Boereoorlog.*

16.UIT DIE WOORD

IN DIE EVANGELIE KOM JUIS TOT OPENBARING DAT GOD MENSE VAN HULLE SONDE VRYSPREEK ENKEL EN ALLEEN OMDAT HULLE GLO. DIT IS SOOS DAAR GESKRYWE STAAN: ELKEEN WAT DEUR GOD VRYGESPREEK IS OMDAT HY GLO, SAL LEWE : ROM 1:17

17.GEDAGTE VIR DIE MAAND

"'n Tog van duisende myle begin met 'n enkele tree –Chinese Spreekwoord

18.VOORSLOT

Die volgende uitgawe van Die Voorslag sal D.V. op 10 Oktober verskyn. In hierdie uitgawe sal ons vir Hennie Pretorius ontmoet. In die volgende uitgawe sal ons ook terugvoer kry oor hoe die Logistics Ou Voetpad Bergwedloop afgeloop het. Baie dankie aan Helmuth, Cobus en Leon vir hul bydra, asook Jaundre wat boek gehou het van die bywoning van die kluboefeninge. Oudergewoonte moet Erich ook bedank word wat die tegniese versorging van die nuusbrief behartig het.

Hardloopgroete en seënwense

Alexander

083 415 8016
HattinghA3@dwa.gov.za

HIERDIE NUUSBRIEF GEE MET DANKBAARHEID ERKENNING AAN VALUE LOGISTICS HULLE SOMMER NOU BY 0860 1000 46.