



NIEUWSBRIEF AUGUSTUS/SEPTEMBER 2022

TERUGKIJKEN

1. TERUGBLIK "HET RONDJE BUITENOM" 2022 door Jeanet.



Zondag 17 juli. Na een paar keer een succesvolle picknick in het Flevopark, was er dit keer weer een culinair rondje op 3 verschillende adressen. Het voorgerecht bij Annemies en Ilse in Diemen Noord, het hoofdgerecht bij Jeanet en Mieke op IJburg en tenslotte het dessert bij Annet en Rommie, ook op IJburg. Het weer was geweldig en er waren meer dan 20 deelnemers.

Het voorgerecht in Diemen Noord hebben Mieke en ik gemist, omdat we druk bezig waren met de voorbereidingen van het hoofdgerecht op ons eigen adres. Ik hoorde dat het heel gezellig en lekker was, met o.a. eigen gemaakte flammküche.

Om 18.15 stapte iedereen weer op de fiets om de Nesciobrug te trotseren en om 18.30 stipt zagen wij een stoet fietsers, met Marleen op kop, onze kant opkomen!

We hadden het onszelf een beetje gemakkelijk gemaakt met cateraar "de Boerenjongens", die heerlijke lasagne voor ons had gemaakt en Italiaanse salade, aangevuld met een vegan schotel van Miek.

We hebben ervan genoten om de hele groep bij ons thuis te ontvangen. Het was leuk om ook weer wat oudgedienden te zien, zoals Arie Kriebel.



Binnen werd enthousiast en zeer luidruchtig naar vrouwenvoetbal gekeken en buiten op het balkon werd gepraat en veel gelachen. De

wijn vloeide rijkelijk en het viel niet mee om de groep weer op tijd richting Annet en Rommie te sturen.

Aldaar werd het samenstellen van het dessert een creatief gebeuren, want er was ijs, yoghurt, vers fruit, slagroom, chocolade en nog veel meer heerlijk zoets. Wie zin had ging zwemmen of lekker op het steigertje hangen bij de boot. Het werd steeds lastiger om nog naar huis te gaan, ook vanwege de gastvrijheid van Annet en Rommie.

Alle gastvrouwen hebben zeer genoten van deze avond, dat smaakt naar meer!

2. TERUGBLIK Nijmegen Eurogames 27 t/m 30 juli door Eric



Eurogames 2022 – kort verslag

Eind juli was een grote delegatie leden van aanwezig op de Eurogames in Nijmegen. Een groot deel stond samen op de camping in de buurt van Nijmegen en anderen zaten in een hotel, een huisje of bij familie. Maar de verschillende locaties was geen probleem om elkaar te vinden bij de sportevenementen en daarbuiten. Het merendeel van onze leden was natuurlijk aanwezig voor de atletiek- en loopevenementen maar ook op de golfbaan waren een aantal van onze leden zeer succesvol.

De vrijdag stond in het teken van de track en field. Op de baan van Nijmegen Atletiek waren bijna 100 atleten uit heel Europa samengekomen op een groot aantal track en field onderdelen te strijden om de medailles, waaronder een groot aantal leden van onze club. Een aantal van hen had al veel ervaring maar het was ook leuk om een aantal nieuw gezichten te zien op de baan.

De organisatie was zeer professioneel en de sfeer was optimaal, het mooie weer werkte daar natuurlijk ook aan mee.

Het aantal medailles dat we hier gezamenlijk behaald hebben is te groot om afzonderlijk te benoemen, maar alle resultaten zijn te vinden via deze link.

[Atletiek.nu - Eurogames 2022 - TRACK &](#)

[FIELD TOURNAMENT - Live results!](#)

De zaterdag stond in het teken van de 5 en 10 km loop, het allerlaatste sportieve evenement van de Eurogames. Ook hier waren er weer een groot aantal deelnemer van Rainbow Athletics Amsterdam.

Voor een deel leden die ook op vrijdag al in actie waren gekomen maar ook veel nieuwe gezichten. Het was een vrij zwaar parcours met wisselende ondergrond en het was warm, dus geen omstandigheden voor snelle tijden, maar ook hier was de sfeer weer

optimaal en werd iedereen vol enthousiasme toegejuicht. Ook hier weer een groot aantal medailles voor onze leden, met een speciale vermelding voor Esmee die de allersnelste vrouw was op de 5 km en Jeroen die op de 10 km overall derde is geworden. Alle andere resultaten zijn te vinden op :

[Hardloopuitslagen.nl](https://www.hardloopuitslagen.nl) - Uitslagen

Eurogames - Run4Freedom 30-07-2022

Na een gezellige avond in Nijmegen waren de Eurogames 2022 weer voorbij. Op naar Bern in 2023.



3. TERUGBLIK Canal Pride 6 augustus door Mieke

Vier leden van de Rainbow Athletics zijn meegevoerd met de sportboot van NOC*NSF. Het was een geweldige ervaring.



4. TERUGBLIK Pride Run op 5 augustus Amsterdam door Annet.

Op 5 aug was het zover. Na 2 jaar kon er weer een echte Pride Run worden gelopen. Het was weer een feest; zoveel diversiteit en zoveel blije gezichten.

Met 150 voor-inschrijvingen en 70 na-inschrijvingen was de belangstelling weer overweldigend. Deelnemers van diverse nationaliteiten in nog meer diverse kleuren gingen de sportieve uitdaging aan over 5, 10 of 15 km. Het parcours ging traditiegetrouw door het Flevopark en langs het Amsterdam-Rijnkanaal. Voor het eerst dit jaar was er ook een 5 km sport wandelparcours met veel enthousiaste deelnemers.



Naast het plezier en de gezelligheid werden er ook echt sportieve prestaties geleverd. De eerste loper van de 5 km kwam al na 16:50 minuten binnen!

Tijdens de Pride Run werd ook het clubkampioenschap gelopen. Op de 5 km wonnen Paul Houben en Rena Wagner. Clubkampioen op 10 km werden Jeroen Brinkhoff en Esmée Dijk. Jeffrey Leong werd clubkampioen op de 15 km.

Dankzij meer dan 30 vrijwilligers, de medewerking van de gemeente Amsterdam en de Buurtkantine was de Pride Run 2022 was de Pride Run een Happy Pride.



We kijken al weer uit naar de Pride Run 2023!

WAT ZIT ER IN DE PLANNING?

1. Buitenlandse marathon trip Brussel op 2 oktober. Organisatie loopt goed.
Deelnemers: een vrouw (Esmee), en verder allemaal mannen. Er is een app groep.
2. 13 november (niet 20 november dus!): De playbackshow. Thema Broadway & Hollywood. Neem contact op met Robert of Cinta als je een wervelende show wilt neerzetten.
3. DE ALV /Jaarvergadering op 25 november in het Olympisch Stadion.
4. Nieuwjaarsreceptie op 8 januari 2023. Locatie Poesiat en Kater.

En wat is er verder van belang ?

- Buddy nieuwe leden. Bestuur zal in de toekomst gaan zorgen voor een buddy van nieuwe leden. Dit wordt bekend gemaakt in app groepen.
- Vertrouwenscontactpersoon van de Rainbow Athletics.
Een vertrouwenscontactpersoon (VCP) is het eerste aanspreekpunt voor iedereen die een vraag heeft over of te maken heeft met grensoverschrijdend gedrag. De VCP biedt een luisterend oor, geeft raad en verwijst door voor geschikte hulp. Daarnaast adviseert en stimuleert hij of zij de club om preventieve maatregelen te nemen. De vertrouwenscontactpersoon behandelt niet zelf inhoudelijk de klachten. Hij/Zij probeert de weg naar een goede oplossing aan te geven. De vertrouwenscontactpersoon is op de hoogte van de mogelijkheden die er zijn om passende hulp te krijgen. Hij/Zij kan iemand informeren over de procedures en mogelijke vervolgstappen of doorverwijzen naar een gespecialiseerde vertrouwenspersoon (VP) van Centrum Veilige Sport Nederland van NOC*NSF. Deze vertrouwenspersonen zijn getraind om inhoudelijke begeleiding te geven. In een vertrouwelijk gesprek helpen zij een melder bij het vertellen van zijn verhaal. Bijvoorbeeld over zaken als doping, matchfixing, eetstoornissen, pesten, discriminatie, agressie en seksuele intimidatie.
Waarvoor kan iemand terecht bij de vertrouwenscontactpersoon van de vereniging?
Een vertrouwenscontactpersoon is een centraal aanspreekpunt die ervoor zorgt dat de wijze waarop we met elkaar binnen en buiten de club omgaan, leuk en veilig blijft. Als iemand wil weten of de manier van omgaan met elkaar binnen de club klopt, dan is hij of zij welkom bij de vertrouwenscontactpersoon.
De vragen kunnen gaan over:
 - Pesten en gepest worden.
 - Het gevoel hebben er niet bij te horen
 - Grensoverschrijdend gedrag: de manier waarop iemand benaderd en/of aangeraakt wordt door een teamlid, trainer of coach, wordt als onprettig ervaren.
 - Een vermoeden van grensoverschrijdend gedrag waarbij iemand uit jouw directe omgeving betrokken is.
 - Zorgen over de wijze waarop met een kind wordt omgegaan binnen de vereniging/het team.
 - Toetsing of jouw gedrag als trainer en/of coach verstandig is.

-Directe of indirecte betichting van ontoelaatbaar gedrag.

Zie voor meer informatie:

<https://www.atletiekunie.nl/kenniscentrum/veilig-vertrouwd-sporten/vertrouwenscontactpersoon-vcp/>

Miek Greeve heeft zich beschikbaar gesteld deze taak op zich te nemen. Het VCP – mailadres waarmee je Miek kan bereiken volgt.

- Kleding en Logo. Er opnieuw overleg geweest over de nieuwe ontwerpen en het bestuur is erg enthousiast over de nieuwe voorstellen. Het bestuur streeft ernaar om de nieuwe clubtraining tijdens de jaarvergadering te presenteren.
- TOEGIFT.

Henk Hermsen heeft een link gestuurd van een artikel uit de destijds papieren versie van de nieuwsbrief.

Leuk om te lezen!!

<https://hildepach.nl/een-warm-bad-homo-atletiekvereniging-dgla-bestaat-tien-jaar/>

Dit was het!

Mieke , namens het bestuur van de Rainbows Athletics Amsterdam.