



AAV SISU
NIEUWSFLITS
OKTOBER 2022

SISU VONDELKOEKEN ACTIE 2022

SISU is een vereniging die ook in de toekomst activiteiten wil blijven organiseren en trainingsmaterialen wil aanschaffen voor zowel de jeugd, maar ook voor de volwassenen.!

Na het succes van vorig jaar starten we ook dit jaar na de herfstvakantie met de verkoop van Vondelkoeken. Nadere info zal nog volgen.

Wie wordt dit jaar de beste koekenverkoper bij SISU in 2022.

VONDELSPECULAAS IS EEN OVERHEERLIJKE ZACHTE SPECULAAS MET EEN KROKANTE BUITENKANT EN UNIEKE SMAAK.

Iedereen ontvangt binnenkort een brief per mail of na de training, waarmee je langs familie, vrienden, collega's en burens kan gaan om de Vondelkoeken te verkopen!

De koeken kosten **€5,00 per stuk**. Hiervan gaat **45%** naar de club



SISU CLUBKAMPIOENSCHAPPEN:

ZATERDAG 1 OKTOBER:

OP ZATERDAG 1 OKTOBER HEBBEN WE WEER KUNNEN GENIETEN VAN EEN MOOIE DAG ATLETIEK TIJDENS ONZE CLUBKAMPIOENSCHAPPEN.

DE SISU CLUBKAMPIOENSCHAPPEN WAREN WEER EEN GROOT SUCCES MET TOTAAL 77 DEELNEMERS.

Tijdens de clubkampioenschappen op zaterdag 1 oktober zijn er diverse PR's gebroken en zijn maar liefst 11 nieuwe clubrecords gehaald.

1 bij de jongens pupillen C:

- Luuk Mossel: vortexwerpen: 10.40m

2 bij de Masters Heren 45+:

- Job Molenaar: verspringen: 3.82m
- Koen Dreves: 1000m: 3.43.6

2 bij de Masters Heren 50+:

- Robin Roelink: verspringen: 3.89m
- Robin Roelink: 100m: 16.1 sec

6 bij de Masters Dames 50+:

- Miriam Smits: 100m: 18.2 sec.
- Miriam Smits: 1000m: 4.45.80
- Miriam Smits: verspringen: 3.15m
- Miriam Smits: kogel: 7.24m
- Miriam Smits: discus: 18.29m
- Miriam Smits: speer: 20.06m





AAV SISU
NIEUWSFLITS
OKTOBER 2022

EINDE BAAN- EN START VAN HET CROSS-SEIZOEN

Het atletiek baanseizoen zit er op, in Twente worden geen baanwedstrijden meer georganiseerd.

Een enkele vereniging in het land organiseert nog wel een wedstrijd maar het officiële seizoen zit er toch echt op.

De winter nadert en dus gaan de crossen weer van start.

In Twente bestaat al jaren een mooie **Twentse-cross-competitie** waar veel atleten aan meedoen, ook SISU organiseert op 8 januari 1 van deze wedstrijden. Zo kom je mooi "gesterkt" de winter door.

Via de volgende link:

https://www.twentsecrosscompetitie.nl/nieuws/72/inschrijvingDustin_Twentse_Cross_Competitie.html kom je bij de wedstrijden van het Twentse crosscircuit en je kunt jezelf daarvoor inschrijven, wil je meedoen maar weet je je wedstrijdlicentienummer van de atletiekunie niet mail mij dan even dan geef ik dat door. [Nanny Karsten Uitwedstrijdensecretariaat A.A.V. SISU](#).

En bij <https://www.atletiek.nu/> kun je zien welke baan/indoor wedstrijden er worden georganiseerd in Nederland.

COMING OUT WEEK 2022

Sportbedrijf Almelo roept de week van **5 oktober t/m 11 oktober** uit tot Coming Out Week, met als slogan 'A'j oezelf moar bint'.

Er zijn deze week verschillende activiteiten met als doel om het LHBTI-thema in de sport zichtbaar én bespreekbaar te maken.

Voor sportverenigingen is de Coming Out Week een mooi moment om duidelijk te laten zien dat zij open staan voor iedereen, ongeacht seksuele geaardheid of genderidentiteit.

Ook SISU ondersteund dit initiatief, door het hijsen van de regenboogvlag en het dragen van regenboogarmbanden.





AAV SISU
NIEUWSFLITS
OKTOBER 2022

HERCERTIFICEREN GEZONDE KANTINE

SISU heeft in 2018 het gouden certificaat behaald betreffende de "Gezonde kantine", en daar zijn we nog steeds trots op. Met dank aan de initiatiefnemers die dit destijds met veel enthousiasme hebben opgepakt.



Sinds een jaartje werkt TEAMFIT met een nieuwe werkwijze waarbij verenigingen verschillende 'badges' kunnen behalen.

Door het voltooien van challenges (kleine stapjes) werk je als vereniging toe naar twee voedingsbadges, een verantwoord alcohol badge en een rookvrij badge. Het brons, zilver, goud systeem van vroeger is van de baan en nu gaat het dus om badges.

Eva Hovenkamp van TEAMFIT komt op 26 oktober bij SISU kijken of we naast de rookvrije badge, de alcoholvrije badge en de voedingsbadge 1 ook in aanmerking gaan komen voor voedingsbadge 2.

GEZOCHT BUITENDEUR TBV WEDSTRIJDTOREN:

De renovatie van de wedstrijdstoren is zo goed als afgerond, echter er ontbreekt nog 1 buitendeur. Wie kan ons hiermee helpen. Wie heeft er nog wellicht een 2^e hands buitendeur over met afmeting 93x201?

Laat het ons even weten: bertbeerling@sisu.nl of mobiel: 06 20 436 305

