AMAK

AKERSLOTER MARATHON KLUB



Marathonafdeling sinds 1981



Wandelafdeling sinds 1994

Nummer 255 oktober 2026

AKERSLOTERMARATHONKLUB AMAK

Opgericht 31 januari 1981 (wandeltak sinds april 1994)

COLOFON

BESTUURSLEDEN:

Sandra Eriks	voorzitter	Dielofslaantje 2	06-17378556
		voorzitter@amakakersloot.nl	
Ans Kaptein	secretaris	Klein Dorregeest 7a	
		secretaris@amakakersloot.nl	
Lida Oud	penningmeester	Kerklaan 19	
		penningmeester@amakakersloot.nl	
Leonie Admiraal	technische zaken	Koningsweg 85	
		hardlopen@amakakersloot.nl	
Erwin Tiebie	bestuurslid	Madeliefpad 12	
		redactie@amakakersloot.nl	

LEDENADMINISTRATIE:

Marlies Dekker ledenadministratie@amakakersloot.nl

WANDELAFDELING:

Kees Deijlen secretaris wandelen@amakakersloot.nl

REDACTIE CLUBBLAD:

Erwin Tiebie redactie@amakakersloot.nl

Website: www.amakakersloot.nl

Documenten over het privacy beleid van de vereniging kunt u vinden op de website.

Kopij voor het volgende clubblad inleveren voor 7 december 2026

BANKRELATIE:

IBAN: NL02INGB0004106770, t.n.v. Akersloter Marathon Klub

Beste AMAK leden,



Het is inmiddels oktober en de herfst is nu toch echt begonnen.
Maar … wat hebben we een lange warme, zeg maar hete zomer gehad.
We kijken terug op een heerlijk seizoen met de nodige activiteiten.

Op zondag 27 september was het ook nog heerlijk weer en hebben veel kinderen en volwassenen hun beste beentje voorgezet tijdens de jubileumeditie van de AMAK-loop. Voor de 40e keer werd die gelopen.
Een uitgebreid verslag leest u natuurlijk in dit clubblad.

Nu maken we ons op voor de AMAK-dag. Gelukkig was Bram Stompedissel bereid, met hulp van enkele bestuursleden, de organisatie van deze dag op zich te nemen. Want … 45 jaar AMAK kan je toch niet zomaar voorbij laten gaan.
Ook het programma van dit feestje vindt u in dit clubblad.
Vergeet ook niet om u voor deze dag op te geven en de activiteit vast in de agenda te zetten.

Ik wens u weer veel leesplezier toe.

Namens het bestuur,
Sandra Eriks-Mynett
Voorzitter

AMAK 45 jaar

Zaterdag 21 november AMAK-verenigingsdag

Uitnodiging voor alle leden en hun introducees

Ja, ja, je leest het goed. Op zaterdag 21 november gaan we het 45 jarig bestaan van onze vereniging vieren.

Wat we gaan doen?
Ik zal je alvast vertellen wat het programma inhoudt.

- Om half 10 verzamelen we bij de kantine van de handbal voor een kopje koffie/thee met wat lekkers.
- Daarna fietsen we naar de enige stokkenfabriek die ons land rijk is, in Uitgeest.
- Na een rondleiding door de fabriek fietsen we terug naar Akersloot en strijken we neer in De Lelie voor een gezellige lunch.
- Na de lunch blijven we in De Lelie en gaan we Cornhole spelen onder begeleiding van mensen van The Sea Side Baggers uit Castricum. Cornhole is een leuk spel, waarbij gezelligheid en plezier voorop staat. Iedereen kan meedoen!
- Tussendoor is er genoeg tijd voor een drankje; voor consumptiebonnen wordt gezorgd.
- Rond de klok van 16.00 uur breien we er een eind aan en sluiten we deze feestelijke dag af.
- Kosten voor deze feestdag bedragen:
    - AMAK-leden: € 20,-- p.p
    - Introducees (geen lid): € 30,-- p.p.

(De kosten worden eind november automatisch van je bankrekening afgeschreven)

Geef je op bij Lida Oud via: penningmeester@amakakersloot.nl
Of doe een briefje in de brievenbus van Kerklaan 19.
Graag het aantal personen vermelden en je telefoonnummer.
Uiterlijke opgave-datum is 5 november 2026.

Dus zet vast in de agenda: Feestje: 45 jaar AMAK op zaterdag 21 november 2026. Komt allen, want … dit moet natuurlijk gevierd worden.
Hoe meer zielen, hoe meer vreugd.

Namens het bestuur,

Sandra Eriks, voorzitter

40e Amakloop Akersloot: Jubileumeditie om met plezier op terug te kijken

Afgelopen zondag stond Akersloot weer in het teken van de **Amakloop**. En niet zomaar een editie: de loop werd voor de **40e keer** georganiseerd. Onder mooie loopomstandigheden gingen jong en oud de strijd met zichzelf en met elkaar aan. Met veel deelnemers, enthousiaste toeschouwers en een gezellige sfeer langs het parcours werd het een geslaagde jubileumeditie.

Jeugd enthousiast aan de start
Voor de jeugd waren er twee afstanden. In totaal deden maar liefst **65 kinderen** mee. Voor alle jonge deelnemers lag bij de finish een mooie medaille klaar. En omdat het de 40e editie was, was er voor ieder kind bovendien een **gratis waterijsje**. Ook konden de kinderen na afloop iets leuks uitzoeken bij de verloting.

Vooral bij de jeugd was het mooi om te zien hoeveel plezier er aan het hardlopen werd beleefd. De vele enthousiaste kinderen en trotse ouders maakten het jeugdonderdeel tot een mooie start van de wedstrijddag.

Jongens halve mijl
Seb de Heer – 3:20
Mats Dekker – 3:39
Nathan Leyen – 3:51

Meisjes halve mijl
Demi Butter – 4:04
Rivka Pepping – 4:08
Dapne Grootebroek – 4:16

Jongens hele mijl
Sem Bosman – 5:46
Gijs de Jong – 6:29
Rick de Jong – 6:39

Meisjes hele mijl
Tessa de Wildt – 7:17
Anna de Jong – 7:41
Eva van Luit – 7:42



Volwassenen: 5, 10 of 15 kilometer
Ook bij de volwassenen was er volop strijd. De deelnemers konden kiezen uit **5, 10 of 15 kilometer**, waarbij de langere afstanden bestonden uit respectievelijk twee of drie rondes van 5 kilometer.

Heren 5 kilometer
Figo Heyliger – 17:29
Noud Beentjes – 18:02
Walter Klanker – 18:08

Dames 5 kilometer
Inge Rol – 22:49
Marleen Veldt – 23:11
Femke Klaver – 23:35

Heren 10 kilometer
Quinten Zwaga – 39:22
Leon Veldt – 40:34
Jasper Commandeur – 40:36

Dames 10 kilometer
Marnelle Commandeur – 44:31
Sanne Bakker – 44:55
Judith Tamis – 47:12

Heren 15 kilometer
Roy Frinking – 57:30
Erik de Koning – 1:03:03
Siem Meijne – 1:04:41

Dames 15 kilometer
Bij de dames was Diana Jansen de enige deelnemer en zij volbracht de 15 kilometer in 1:28:25



Prijzen dankzij trouwe sponsors
Naast de eer van een podiumplaats waren er voor de volwassen winnaars mooie **prijzen in natura** beschikbaar. Deze prijzen konden worden uitgereikt dankzij de steun van onze trouwe sponsors. We zijn hen daarvoor uiteraard zeer dankbaar.

Geslaagde 40e editie
Met het mooie loopweer, veel deelnemers en een gezellige drukte langs het parcours kijkt de organisatie **tevreden terug op de 40e Amakloop**. De jubileumeditie had alles wat een mooie dorpsloop nodig heeft: sportieve prestaties, plezier, aanmoedigingen langs de kant en vooral veel gezelligheid.

Een speciaal compliment is er voor de vrijwilligers die ook dit jaar weer klaar stonden om er samen een mooie, gezellige en geslaagde dag van de maken.

Iedere deelnemer, vrijwilliger, sponsor en toeschouwer bedankt voor het mogelijk maken van deze 40e Amakloop tot een prachtige jubileumeditie. Op naar de volgende!



Jubileum!





LOVE

40e keer
27 september 2026



Amak-Loop 2026



Dank vrijwilligers!









Sportviteit

Een geslaagde daal





PLEZIER

Gezelligheid



Oliebollenloop 2026

Woensdag 30 december organiseren we weer de oliebollenloop. Net als vorig jaar aan het eind van de middag om 17.00 uur. We beginnen met koffie/thee/warme chocolade. Daarna wandelen we verlicht (dus neem een lichtje mee) in de buitengebieden van Akersloot. Hierna keren we terug in de handbalkantine en genieten dan nog even na onder het genot van oliebollen en glühwein.

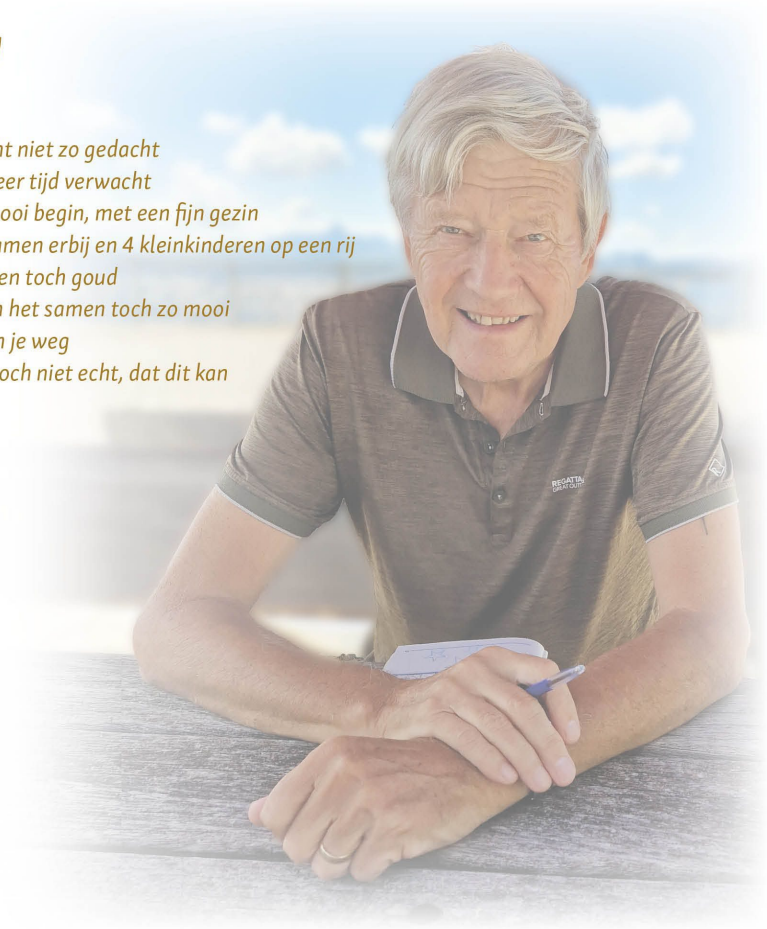
U mag zelf ook wat lekkers meenemen…

Het bestuur



Goud

Ik had het echt niet zo gedacht
Ik had wat meer tijd verwacht
Samen een mooi begin, met een fijn gezin
Dochters kwamen erbij en 4 kleinkinderen op een rij
Want we waren toch goud
En we hadden het samen toch zo mooi
Nu ineens ben je weg
En het voelt toch niet echt, dat dit kan



"Ons elftal is niet meer compleet,
we missen onze keeper"

Johannes Adrianus Meijne

Jan

Castricum
2 augustus 1949

Alkmaar
28 augustus 2026

Marian
Peter
Hans en Krista, *Fleur en Nina*
Siem en Martine, *Hidde en Hannah*

Jan is thuis, waar u welkom bent om afscheid te nemen op zaterdag 5 september tussen 15.00 en 16.00 uur en tussen 19.00 en 20.30 uur.

De dienst vindt plaats op maandag 7 september om 10.30 uur in de Sint Jacobus Major Kerk, Kerklaan 37 in Akersloot, waarna we Jan begeleiden naar zijn laatste rustplaats. Aansluitend is er gelegenheid om elkaar te ontmoeten in het gebouw van Scouting Akersloot, Verlengde Roemersdijk 4.

Correspondentieadres: Familie Meijne | Chopinstraat 14 | 1921 XK Akersloot

Een dorpswandeling voor Jan Meijne.

Jan Meijne is op 28 augustus jl. overleden. Jan heeft veel betekent voor de gemeenschap van Akersloot.
Bij de AMAK was Jan jaren lang actief en ook zeer behulpzaam als vrijwilliger.
Wij herinneren Jan als vriendelijk, rustig, en bescheiden.

Voor zijn vrijwilligerswerk die Jan, al die jaren gedaan heeft voor de AMAK wandelde de dinsdagavond-wandelgroep op 15 september jl. een wandeling door de straten van Akersloot.

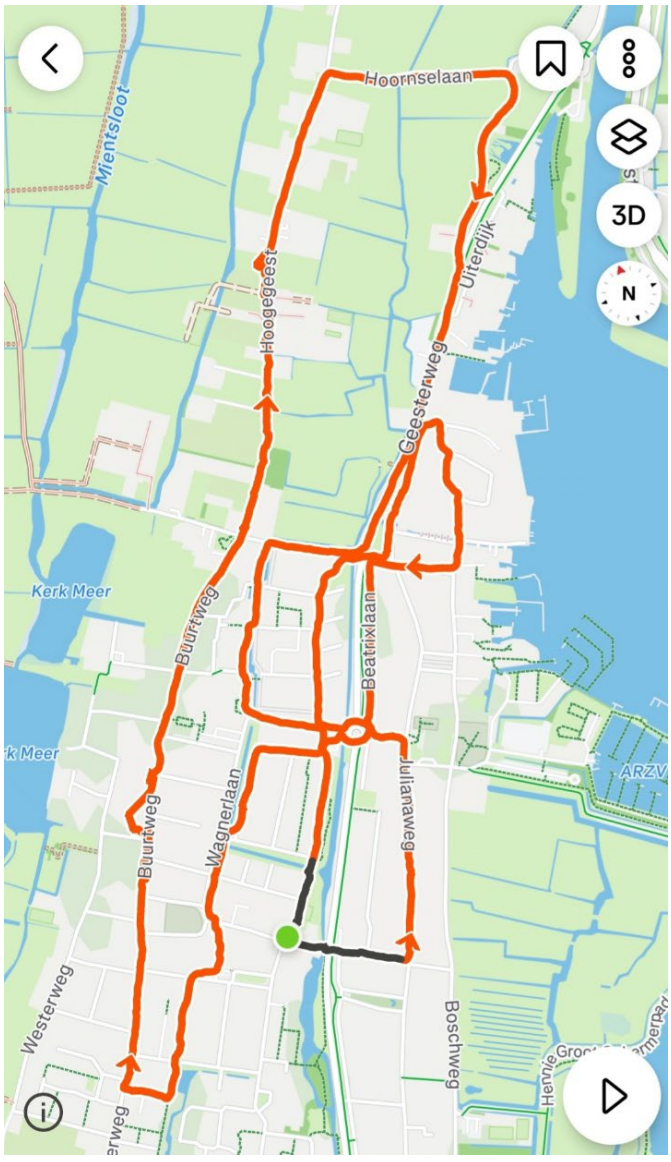
DE JAN MEIJNE-DORPSWANDELING
door de straten van Akersloot.

JAN

J ULIANAWEG.
Geesterweg oversteken,
A KERHOF.
Frans Halslaan, wandelpad,
Geesterweg oversteken,
De Crimpen,
De **N** OORD.
Molenbuurt,

MEIJNE

M EERWEG.
Beatrixlaan, rotonde,
Geesterweg oversteken,
via parkeerplaats,
G **E** ORGE BIZETSTRAAT.
Wagnerlaan,
Raadhuisplein,
Chopinstraat,
via wandelpad,
T **IJ** GERLELIE.
Startingerweg,
Buurtweg,
Hogegeest,
Hoornselaan,
PONTW. **N** OORD.
Geesterweg,
Roemersdijk,
R **E** MBRANDSSINGEL.
Churchillplein,
Maarten Luther Kingstraat,
Kruispunt.



Toelichting: Als er geen straatnaam bestaat die begint met de letter van zijn naam, dan werd de 2e of een letter die van toepassing was gebruikt. Het is de bedoeling dat je het in de juiste spellingsvolgorde van zijn naam wandelt. Hoe je daarheen wandelt is een vrije keuze. Wel is het een uitdaging om niet 2 keer door dezelfde straat te wandelen.





Onze gedachten waren bij Jan en gaan uit naar de nabestaanden: zijn echtgenote Marian, de kinderen Peter, Hans en Siem, de schoondochters Krista, Martine en kleinkinderen en alle andere familieleden. Wij wensen allen veel sterkte en kracht om dit verlies samen te kunnen verwerken.



Langs de trimbaan van de AMAK.

De Dinsdagavond wandelgroep.

37e Heuvelland wandel4daagse Valkenburg – Vilt van 6 – 9 augustus 2026.

Aan de Heuvelland wandel4daagse heb ik verschillende keren meegedaan. Ik overnachtte dan op een camping in Sibbe en later ontdekte ik, dat je ook in de basisschool Berg en Terblijt kon overnachten. Dat laatste was super, want ik ging lopend naar de start. Zo dicht bij was dat. Maar de school werd gesloopt en in de nieuwe school was ook de bibliotheek en een kinderdagverblijf gevestigd. Daarom mochten we niet in de nieuwe school slapen. Vrijwilligers van de Harmonie Amicitia van Berg en Terblijt organiseerden deze overnachtingen. Gelukkig hebben zij een nieuwe overnachtingsplek gevonden in het Gemeenschapshuis ook in Berg en Terblijt. Nu was de afstand naar de start 2 km. Daarom had ik mijn vouwfietsje meegenomen en fietste ik naar de start.











Met 21 stretchers in één lokaal, allemaal dames, konden wij slapen. Voor de heren waren er twee andere vertrekken ingericht. Hier konden we ook douchen, vergeleken met de school moesten we naar een sporthal die ook vlakbij was Ontbijt kon ook weer hier worden genuttigd en je lunchpakketje meenemen. Zelfs werd er 2x een diner georganiseerd. Een dochter van één van de vrijwilligers had in de buurt een restaurant en die bracht het eten. Dus het was allemaal piek fijn voor elkaar.
Je wandelt van donderdag t/m zondag. Ik liep de 28 km. Heel goed aangegeven met pijlen. Om de 7 km een rustpost. Je koopt een kaart met consumptie bonnen, dat is makkelijk bij de rustposten, geen gehannes met afrekenen. Een bonnetje afscheuren inleveren en klaar.
Donderdag ging de 28 km route naar Blankenberg – Sint Geertruid v.v.
Vrijdag naar Welsden – Euverem v.v.
Zaterdag naar Valkenburg – Strucht v.v. en
Zondag naar Schimmert – Berg en Terblijt v.v. Deze dag liep ik met een wandelmaatje die met mij meereisde. Zij liep de andere dagen met haar broer de 14 km en omdat ik zondag ook weer naar huis moest rijden vond ik 14 km voor deze dag genoeg.
Er hebben ruim 8200 wandelaars uit 12 verschillende landen aan dit wandelfestijn deelgenomen. De organisatie was voorheen in vrijwilligers handen. Sinds dit jaar werd het georganiseerd door The PEPr Company. Hopelijk houden ze het aantal deelnemers niet hoger dan deze 8200, want je loopt vaak over eenmanspaden of hoe je dit soort paden noemen wilt.
Het weer was fantastisch, prachtige, soms heftige, routes. Er zijn behoorlijke klimmen en dalen bij. Maar de sfeer en de natuur is bijzonder. Volgend jaar weer.

Margreet.

Soesterwandelweekend 22 en 23 augustus 2026







Aan het Soesterwandelweekend, in het kader van Pink Ribbon, hebben Corrie en ik meegedaan.
Vrijdag 21 augustus gingen we al naar ons overnachtingsadres bij Vrienden op de Fiets in Soest. Dit al in april gereserveerd. Je weet maar nooit hoe druk het voor zo'n weekend is. Het was voor ons de eerste keer, dat we hier aan hebben deelgenomen. Een aller aardigste mevrouw ontving ons in haar schattige woning. Een mooie kamer kregen we aangewezen en nadat we ons hadden geïnstalleerd, gingen we daarna Soest in om ergens te gaan eten.
Het adres was dicht bij de winkelstraat met vele restaurants, keuze genoeg. Een leuke plek uitgezocht en eerst wat gedronken, heerlijk in het zonnetje. Na het eten naar onze kamer en daar nog wat gelezen en toen lekker slapen.
Om 8.30 uur ontbijt, die overvloedig was. Van alles was er op tafel voor een heerlijk ontbijt. Daarna naar de start, naar het Gildeterrein. Ongeveer 15 minuten lopen. We waren niet de enige. Over de twee dagen hebben er In totaal er 7.000 wandelaars aan deelgenomen. Velen liepen in een T-shirt van Pink Ribbon. Maar last met het wandelen had je niet van de vele wandelaars.



Het waren twee prachtige routes. De 1e dag door de Baarnse bossen. De route ging meer noordelijke richting. We kwamen o.a. door de tuinen van Paleis Soestdijk. Op de trappen van het bordes op de foto genomen.
2e dag Soest-Zuid, Soester Duinendag. We hadden te maken met de Lange Duinen en de Korte Duinen. Nou, ik heb het verschil niet kunnen ontdekken. Wel dat het er prachtig was. Het witte duinzand met de paarse heiden. Schitterend. We liepen de 12 km route. Op de helft van de 12 km was een stempelpost, waar je consumptie kon kopen. Bij de finish was er muziek. Het zou er de hele week Gildefeesten zijn. Prachtig weer, heel mooie routes, we hebben genoten.

Corrie en Margreet.

Wandelweekend Doorn 12 en 13 september 2026.

Lang van te voren kon je je aanmelden voor het wandelweekend van de Amak in Doorn. Eerst was deze gepland in het weekend van 19 en 20 september 2026. Door omstandigheden werd deze datum gewijzigd en één weekend naar voren gehaald. Dit weekend kon ik wel en vroeg ik aan Corrie, ga je mee met het wandelweekend naar Doorn? Na overleg met thuis kreeg Corrie vrijaf. Dus zo gezegd zo gedaan, allebei ons opgegeven voor het weekend 12 en 13 september 2026.



Erwin was de organisator. Overnachting en waar de koffie- en lunchpauzes en voor twee dagen een wandelroute uitzoeken. Nou, dat heeft ie prima gedaan.
De overnachting was in Conferentiecentrum Zonheuvel. Een geweldig complex op landgoed Zonheuvel. Op het landgoed staat ook het Maarten Maartenshuis (1902) met rondom een tuin/bos en een openluchttheater. Door het poortgebouw (1840) kom je bij het Maartenshuis. Maarten Maartens was schrijver, in werkelijkheid heette hij Van Der Poorten Schwartz.
Zaterdag reden we op 9.00 uur met 14 Amakkers verdeeld over vier auto's richting Doorn. In Doorn de auto's geparkeerd bij supermarkt AH, en daar vlakbij was een leuk café "Bij Froukje op de Koffie". Lekker buiten was er voor 14 personen stoelen/banken gereserveerd. Koffie met drie plateaus met verschillende soorten gebakjes. Daar werd gretig gebruik van gemaakt. Heerlijk.
Daarna met de auto's naar het parkeerterrein van het hotel en vandaar werd de wandeling ingezet. Ieder had zijn dagrugzakje mee met zijn/haar lunchpakket/drinken. Erwin liep voor met zijn uitgeprinte knooppunten wandelroute. We kwamen vrij snel lang Huis Doorn. Huis Doorn is een kasteel en vooral bekend door de Duitse ex-keizer Wilhelm II, die er van 1920 tot zijn dood in 1941 woonde. Omdat dit weekend van Open Monumentendag was, gingen even door het park rondom en langs het kasteel.



De wandeling over de Utrechtse Heuvelrug ging door bos en langs heide velden. Het weer was perfect, niet te warm niet te koud. De stemming van de groep was opper best, maar tegen half twee begonnen onze maagden wel te knorren. We keken uit naar een bankje o.i.d. waar we konden zitten. Liepen langs een mooi huis met grote tuin waar een mevrouw voor aan de weg stond. Zij vroeg aan ons wat voor groep we waren. Uitleg gegeven en gelijk gevraagd of zij een plek wist om onze lunch te consumeren. We mochten wel in de tuin naast hun huis. Een mooi terrein met fruitbomen, een zwembad en prachtig omheind met een haag van meidoorn. Dat was niet tegen dovenmansoren gezegd. Een fijne plek om even uit te rusten. Het echtpaar kwam even met ons een babbeltje maken.



De wandeling werd weer vervolgd langs o.a. coulisselandschappen. (Een coulisselandschap of heggenlandschap is een halfopen landschap dat wordt gekenmerkt door een lapjesdeken van kleine onregelmatige percelen die worden begrensd door heggen, houtwallen of muurtjes). Ook kwamen we langs Uitkijktoren de Kaap. Een 25 meter hoge toren op de 40 meter hoge Doornse Kaap. Boven is het genieten van een prachtig uitzicht over het Nationaal Park de Utrechtse Heuvelrug. Bram, Elly, Tiny, Gerard en Lida waren de helden die naar boven zijn geklommen.
Tegen 16/16.30 uur hebben we ons ingecheckt. We waren verdeeld over twee vleugels. Corrie en ik hadden een kamer op de begane grond. Om 19 uur was ons diner gereserveerd. Een ieder

ging naar zijn/haar kamer om zich op te frissen en daarna hebben buiten op het terras een consumptie genomen.
19 Uur bleek toch iets aan de late kant voor de hongerige wandelaars. Bij navraag mochten we even eerder aan tafel. Een uitgebreid menukaart waar men uit kon kiezen, voor- hoofd- en nagerecht. Het kon niet op. Wel moest je je voucher inleveren voor de 10% korting. Geen bezwaar. De afrekening ging centraal en de tikkies werden later naar een ieder gezonden. Een geweldig systeem.



Om 22 uur gingen we pas van tafel. Sorry Lida, de meegebrachte spelletjes werden niet gebruikt. We waren voldaan en toe om naar bed te gaan.
9.30 uur was het ontbijt gepland, maar ook deze tijd werd naar voren geschoven. Een uitgebreid aan etenswaren: vleeswaren, zoetigheid, eieren en zuivel en fruit was aanwezig. Allemaal over heerlijk.
Na het uitchecken werden de koffers in de auto's geladen en startte ons tweede wandeling. Helaas was het nu aan het miezeren. Alleen een paraplu of poncho was voldoen. Er was geen wind en de temperatuur was aangenaam. De route weer door bos en mooie landschappen. Net als gister waren er in het bos prachtig en grote paddenstoelen. Menige foto's zijn hier van genomen.
Rondom 13.30 uur aangekomen bij ons lunchaccommodatie lunchwinkel Heerlijk in Maarn. De een bestelde brood of alleen iets te drinken en velen de soep van de dag. Dat was een mosterd- of uiensoep. De meesten kozen voor de mosterdsoep. Toen ik aan de beurt was om te bestellen, zei het meisje achter de kassa, want je moeste gelijk afrekenen, dat ze niet wist of er voldoende mosterdsoep was. "Dan ga ik voor de uiensoep," antwoordde ik. Gelukkig maar, ik kreeg heel snel een heerlijke warme uiensoep met een klein rond uienbroodje en de anderen, ik geloof dat Loes de eerste was aan wie de mosterdsoep werd geserveerd. Het leek wel een ragout, zo dik. Je kon er je lepel rechtop erin zetten. Ook was deze soep heel zout. De anderen die de mosterd soep kregen hadden heet water erbij gevraagd, om de soep te verdunnen vanwege het zout. Tiny bracht de soep terug en kreeg hiervoor de uiensoep, zonder een uienbrood. Deze soep was lauw en waterig. Nico had dezelfde ervaring met de uiensoep. Helaas, dit was voor hen geen succes.



We vervolgde onze wandeling nu met de zon erbij en kwamen al snel bij het landgoed Zonheuvel. Koffers eerst in de auto's en na beraad eerst wat drinken in het hotel. Gister kregen we te horen de het de trouwdag was van Sandra en Piet, 53 jaar, en zij boden deze consumptie aan. Ook werd het idee geopperd om chineeseten te halen en bij een van ons dat op te eten. Ook Sandra en Piet boden aan dit bij hun te doen.
Rondom 17.30 uur gearriveerd in Akersloot. Om 18 uur zaten we allen, met uitzondering van Ans en Gerard, zij bleven nog één nachtje in het hotel, maar daarvoor in de plaats waren Ton en Theo aangeschoven, heerlijk van het Chinees eten te genieten. Sandra en Piet heel hartelijk bedankt voor de consumptie en jullie gastvrijheid en Erwin voor dit geweldige weekend.

Margreet en een beetje van Google.


Schone wegen lopen
niet verre.