

HERFST 2026 Nieuwsbrief Dynamica

Voorwoord; Groeien als vereniging

De zomer is alweer voorbij! Mooi om te zien hoe de baan weer volloopt. Wat daarbij opvalt, is de groei van onze jeugd. Steeds meer jonge atleten weten Dynamica te vinden. Daar mogen we blij mee zijn. Tegelijkertijd roept die groei ook een bredere vraag op: wat maakt ons eigenlijk tot één vereniging?

Binnen Dynamica sporten jeugd, senioren, masters en G-atleten, ieder met hun eigen trainingen en ambities. Van lopers en triatleten tot technische atleten, van recreatief tot prestatief. Iedereen heeft zijn eigen trainingen, doelen en momenten waarop hij of zij op de baan of daarbuiten actief is. Dat is logisch, maar een vereniging ontstaat juist wanneer die verschillende groepen elkaar ook ontmoeten.

Daarom vind ik activiteiten als onze clubkampioenschappen zo belangrijk. Natuurlijk gaat het daar om sport en prestaties, maar minstens zo waardevol is dat jeugd, G-atleten, senioren en masters op dezelfde dag op dezelfde accommodatie bezig zijn. Dat je elkaar ziet, aanmoedigt en misschien eens spreekt met iemand die je tijdens je eigen training nauwelijks tegenkomt. Hetzelfde geldt voor ons gezamenlijke uitstapje naar de Diamond League: verschillende generaties Dynamica-leden die samen atletiek beleven. Ook op andere manieren blijven we ons ontwikkelen. Tijdens de clubkampioenschappen krijgt gebruikte clubkleding de kans op een tweede leven. En trainers gaan een cursus polsstokhoogspringen volgen, zodat we ons atletiekaanbod verder kunnen verbreden. In oktober volgt bovendien onze clubcross: opnieuw zo'n moment waarop verschillende groepen binnen Dynamica elkaar kunnen ontmoeten. De groei van onze jeugd is dus mooi nieuws, maar groeien als vereniging betekent voor mij meer. Het betekent dat we nieuwe leden verwelkomen én ervoor zorgen dat er verbinding blijft tussen de verschillende groepen die Dynamica rijk is. Dat we investeren in trainers en nieuw aanbod, maar ook in momenten waarop we elkaar tegenkomen. Want uiteindelijk wordt Dynamica niet gevormd door afzonderlijke trainingsgroepen. Een vereniging ontstaat waar jeugd, senioren, G-atleten, masters, trainers, vrijwilligers en ouders zich onderdeel voelen van hetzelfde geheel.

En juist daar mogen we de komende tijd verder in groeien.

voorzitter ADSV Dynamica, Anton Engels

Club Cross zaterdag 10 oktober 2026

De clubcross was altijd de afsluiting van het crosseizoen.

Dit jaar gaan we dat anders doen! We benutten de clubcross nu als voorbereiding op het crosseizoen. Even wennen aan de overgang van weg- en baanwedstrijden naar het veldwerk.



Wat wel blijft is de plaats namelijk 'het Bunkerbos' in de buurt van het clubhuis. Naast de jeugd verwachten we deze keer ook veel senioren en masters!

Verdere informatie volgt!



Stamcellen (Koen de Vries)

Ik ben op zoek naar donoren en zal je vertellen waarom..

Vier jaar geleden werd ik erg ziek. Ik kreeg acute leukemie, een ziekte waar veel mensen van mijn leeftijd (ik was 65) snel aan sterven. Ik had het geluk dat ik na twee keer een maand in het Erasmus MC in Rotterdam enigszins gezond naar huis mocht. Maar daarmee was het probleem niet opgelost. Als er niet snel een stamceldonor voor me gevonden zou worden, zou het alsnog slecht aflopen.

Het was zoeken naar een speld in een hooiberg, maar tot mijn grote geluk werd via de wereldwijde donorbank een donor gevonden van wie de stamcellen bijna precies overeen kwamen met die van mij. Dankzij die donor kan ik dit stukje schrijven. Ik weet dat het een man van 24 jaar was, maar daar houdt het in verband met de wet op de privacy mee op. Wat ik

wel weet, is dat hij mij het mooiste cadeau ooit gegeven heeft en dat ik hem onnoemelijk dankbaar ben. Dat is dan ook de reden dat ik voor Matchis op zoek ben naar donoren.

Matchis is de organisatie die in Nederland stamceldonoren probeert te werven. Wereldwijd, maar ook in Nederland en zeker in Zeeland zijn er veel te weinig. Er gaan nog steeds veel leukemie-patiënten dood omdat er geen geschikte donor gevonden kan worden. Als je tussen de 18 en 55 jaar bent, kun jij misschien helpen om dat tekort kleiner te maken. Of als je ouder (of jonger) bent, wil je dit onderwerp misschien onder de aandacht brengen van iemand die wel in de leeftijdscategorie past. Om het verhaal niet te lang te maken, wil ik je vragen om specifieke details op te zoeken op de site van Matchis, www.matchis.nl.

Daar vind je wat stamcellen precies zijn, hoe je donor kunt worden en hoe je iemand het mooiste cadeau kunt geven dat hij of zij ooit gehad heeft. Het is een kleine moeite. In het clubhuis leg ik folders neer van Matchis waarin ook veel informatie staat.



Meerkamp Venray

Het laatste weekend van augustus is voor het 3e jaar bezocht door een groepje junioren van Dynamica. Amy, Jorrit, Kees en Fenna hebben meerdere PR's verbroken en waren trots op hun resultaat op deze gezellige en sportieve meerkamp!



Scholing juryleden Dynamica

Zonder juryleden geen wedstrijden. Ondanks dat er 8 (!!) nieuwe juryleden zijn bijgekomen sinds vorig jaar, komen we nog steeds actieve juryleden tekort. Op papier gaat het nog wel maar als het er op aan komt is het steeds weer een probleem om voldoende juryleden beschikbaar te krijgen. Daarom een dringende oproep om je aan te melden als jurylid. Bij voldoende belangstelling (minimaal 8 personen) kunnen we de cursus in ons eigen clubhuis houden, Dynamica betaalt de kosten.

De cursus kan online gevolgd worden en wordt ondersteund door drie dagdelen (of 1 dag) praktische kennis op de atletiekbaan, dit wordt in overleg gepland.

Blijf niet aan de kant staan maar doe het! mail naar: jury@dynamica-sport.nl

Wedstrijd Organisatie Commissie

Zoals jullie wel weten organiseert de wedstrijdorganisatie commissie (WOC) van Dynamica jaarlijks veel weg- en baanwedstrijden.

De WOC bestaat uit een kleine groep vrijwilligers die hiervoor veel werk moeten verzetten. Daarnaast kunnen we gelukkig een beroep doen op veel leden die tijdens de wedstrijden willen assisteren als jurylid; parcourswacht of op het secretariaat.

Met de huidige samenstelling van de WOC kan niet meer gegarandeerd worden dat in de toekomst ook alle wedstrijden georganiseerd kunnen worden.

Wij zijn daarom op zoek naar vrijwilligers die een aantal taken willen overnemen.

Dit betreft onder meer:

- Het beheer van de materialen en apparatuur die bij de wegwedstrijden wordt gebruikt.
- De coördinatie van de Hobbeldebobbelloop in november.

Maar ook voor andere taken binnen de WOC kunnen we nog wel vrijwilligers gebruiken.

Mocht je interesse hebben dan kun je hiervoor contact opnemen door te mailen naar

jury@dynamica-sport.nl

Door Henk Leeftink

Diamond League 5 september 2026

Het was een spectaculaire avond in Brussel! Met 5 busjes vertrokken we vanaf de baan. In het stadion aangekomen zagen we de wereldtop kogelstoten, hoogspringen en juichten we tijdens de 800m voor Femke Broeders-Bol en bij de 100m horden voor Nadine Visser!

Er werden ook handtekeningen gescoord en selfies met de atleten gemaakt!



Ouderhulp bij pupillentraining!

Bij de pupillen zijn de groepen groter en groter aan het worden. Dat is natuurlijk super gezellig maar om het in goede banen te leiden is extra hulp voor de trainers erg belangrijk. Heel fijn dat een groep van zo'n zes hulpouders hier met regelmaat voor aanwezig is.

Tevens de oproep aan andere ouders om zich daarbij te voegen. Alle hulp is welkom, enthousiasme en 1x per maand een uurtje is genoeg, atletiekkennis of ervaring is niet nodig, die komt vanzelf! Keertje meekijken? Mail dan naar: jtc@dynamica-sport.nl

Hoodies Dynamica

Heb je er nog geen? Geef dit door aan Madelon

madelon@vandenbergh.nl



HERFST nieuwsbrief Dynamica
Website: <https://www.dynamica-sport.nl/>

Jeugdkamp 27 & 28 juni 2026

Het jeugdkamp was dit jaar ook weer een groot succes. De onweersbuien gingen precies om ons heen. De kleuren in de colorrun waren fantastisch en de saamenhorigheid tussen pupillen en junioren was schitterend om te zien! Tot volgend jaar!



Nieuws van de zwemafdeling

De triatleten van Dynamica hebben niet stilgezeten deze zomer. Er werd deelgenomen aan verschillende triathlons van 1/8 tot een hele waarbij mooie resultaten behaald zijn. Ook werd er deelgenomen aan verschillende zee zwemwedstrijden langs de kust van Walcheren, Zeeuws-Vlaanderen en in de Oosterschelde. Wist je dat je met je NTB licentie ook mag deelnemen aan KNZB open water wedstrijden en het lange-afstand circuit?

Voor vragen kun je je op maandag & donderdag om 20:00u melden bij het zwembad bij de trainers Thierry, Sandy en Jan, janbrink@gmail.com



65 van Walcheren

Op 7 maart 2027 vindt de 6e editie van de 65 van Walcheren (65 v W) plaats om geld op te halen voor het EZR-team dat meedoet aan de ROPA run.

In de afgelopen jaren is het gedoneerde geld gegaan naar behandelstoelen in de chemokamer van het ADRZ, naar het Hospice en naar nieuwe wensambulances.

De 65 v W is hard aan het groeien! Start en finish locatie is het Kasteel in Westkapelle.

Om mee te doen zijn er verschillende mogelijkheden:

Mocht je meer informatie willen of je direct inschrijven zie de site van de 65v W.:

<https://www.65vanwalcheren.nl/> Ook is er sinds afgelopen jaar de mogelijkheid om 65 km te wandelen. Individueel 65 km wandelen of in teamverband tot 4 personen.

Het zou heel leuk zijn als er ook teams (of individuele) lopers van Dynamica meedoen! Heb je geen zin of mogelijkheid om te lopen of wandelen, we zoeken ook nog **vrijwilligers** voor die dag, dus je kunt op alle manieren betrokken zijn. Mocht je je aan willen melden als vrijwilliger dan kun je mailen naar: igna@65vanwalcheren.nl

Prestaties door Dynamica-atleten

- Dynamica Junior Ezra Boogaard heeft in juni het Zeeuws Record verbroken op de 400 meter U20. Ezra liep bij de Gouden Spike wedstrijden in Leiden een tijd van 47.37. Het vorige record was van Daniël Ward uit het jaar 2000! Ezra staat nu 2e op de Nederlandse ranglijst 400 meter en 400 horden bij de U20.
- Mike Suurmond heeft op het NK triathlon zilver behaald in de categorie H20, hij finishte in 4.04,20 uur. Ook voltooide hij zijn eerste Ironman Vitoria-Casteiz in een tijd van 9.29:35, zilver in de categorie M18-24!
- Bij de Goldgroep zijn er in het afgelopen baan- en wegseizoen Zeeuwse records gelopen door Angelique Spanier (oa de 800m/ 1000m/ 3000m/10.000m en de uurloop) en door Frans Bos (1000m)!
- Er wordt ook lekker doorgelopen in de Mila&steeplegroep:
Er zijn 3 Zeeuwse records op de steeple gelopen: Barbara V45 op de 2000m steeple, Ivar U20 op de 3000m steeple en Fleur U16 op de 150 steeple. Barbara heeft ook op de 1000m v45 en de 1500 v45 een ZR. Op het EK trail U20 up & down in Slovenië werd Ivar 21^{ste}, hij werd 5de op het NK senioren op de 3000m steeple en gisteren won hij brons op het NK 10km U20. Fleur heeft op de C spelen goud gewonnen op de steeple en brons op de 1500m. Oscar heeft op de D-spelen goud op de steeple behaald.

NB: Dit is geen compleet overzicht, raadpleeg hiervoor oa Atletiek.nu, voor resultaten en zoek op atleten!



***Hieronder 2 posters-flyers over:
Positieve mindset -Geef nooit op-
& RunnersYoga***

— POSITIEVE MINDSET —

GEEF NOOIT OP!

Met een grote glimlach over de Finishlein

DOORZETTINGVERMOGEN. GENIETEN VAN HET LEVEN.

Een inspirerende lezing over niet opgeven, blijven geloven en genieten van elke stap. Voor iedereen die sport, leeft en droomt.

Tij bepaalt je toekomst.

DATUM
WOENSDAG
30 SEPT
20:00u

DUUR
2 UUR

VOOR
ALLE DEELNEMERS
AAN HET
MARATHONWEEKEND
EN GEINTERESSEERDEN

TOEGANG
Toegang is gratis.
Een vrijwillige bijdrage
is van harte welkom
en helpt ons om deze
bijzondere avond
mogelijk te maken.

LOCATIE DE SOUTE SCHAKEL ZOUTELANDE

KUSTMARATHON ZEELAND

VOL = VOL (MAX 100 PERSONEN)

SPREKERS

Simone CORNELISSE
KRACHT NA KANKER

Over veerkracht, loslaten en opnieuw kiezen voor jezelf. Over pijn die je voorste, en kracht die je verder bracht.

Sven VERMEULEN
LEVEN NA MISBRUIK

Over schiltes doorbreken, je steen terugvinden en bouwen aan een leven waarin jij de regie hebt.

*Train je lichaam. Versterk je mindset.
Geniet van elke stap.*

INFORMATIE EN AANMELDEN VIA sven-vermeulen@outlook.com of 06-27070802

RunnersYoga

VOOR HARDLOPERS

Soepeler bewegen.
Beter herstellen.
Krachtiger lopen.

**KLEINE GROEP
MAX. 8 DEELNEMERS**
**PERSONALISEREN
VEELG & EFFECTIEF
PASSEN BIJ JOU**

MINDER KANS OP BLESSURES
Voorkom overbelasting en blijf krachtig.

BETERE MOBILITEIT EN SOEPELHEID
Meer bewegingsvrijheid in heupen en benen.

BETER HERSTEL EN MEER ENERGIE
Door ademhaling, ontspanning en bewuste beweging.

ONTSPANNING VOOR LICHAAM EN GEEST
Laat spanning los en kom weer in balans.

GEZELLIGE GROEP EN EEN MOMENT VOOR JEZELF
Samen bewegen, samen genieten.

WAT JE KUNT VERWACHTEN

- ✓ 1,5 uur: mobiliteit, yoga (Ashtanga-geïnspireerd), ademhaling & core
- ✓ Geschikt voor elk niveau
- ✓ Extra focus op wat hardlopers nodig hebben
- ✓ In een warme, sfeervolle yurt in Lewedorp
- ✓ Afsluiting met een kopje thee en iets lekkers

PRAKTIISCHE INFO

START
Iedere donderdag vanaf 1 oktober 2024

TUUD
9.30 tot 11.00 (1.5u incl. thee na afloop)

GROEP
Min. 4 deelnemers (les gaat dan door)
Max. 8 deelnemers

LOCATIE
Sfeervolle, verwarmde yurt in Lewedorp (adres volgt na aanmelding)

INVESTERING

€15
per losse les (indien plek beschikbaar)

Investeren in jezelf en blijven doen waar je van houdt: hardlopen.

JOUW DOCENTEN

DEBORAH
Invalideerwonder
Hardloper, gastvrouw van de yurt.
Zorgt voor een warme plek en iets lekkers.

KELNEY
Jouw yogadocent.
Ervaren in yoga, core training en beweging.
Plezier voor lichaam en bewustzijn.

Aanmelden of vragen?
info@impencia.nl

VOOR HARDLOPERS DIE NIET ALLEEN VERDER WILLEN LOPEN, MAAR OOK LANGER EN MET MEER PLEZIER

Hou de mailbox/ app-groep in de gaten voor het laatste nieuws!