

Lopik, 1 juli 2010

Beste springers, officials en supporters,

Zaterdag 3 juli a.s. om **14.00** uur is het weer zover: de Tweekamp in Vlist.
De volgende springers zijn hiervoor geselecteerd:

Senioren

Jaco de Groot
Cornelis de Bruijn
Pieter Verweij
Bastiaan de Bruijn
Erik Bos
Christiaan Spruit
Niels Koetsier
Floris van Elzaker

Junioren

Wilco van Amerongen
Corné Spruit
Anthony Lekkerkerker
Freek Strien
Dennis van Zelderren
Sander van Vliet
Geert Pieter de Bruijn
Johny Haars

1^e reserve: Werner Kamphof
2^e reserve: Gerwin van Vliet

1^e reserve: Florus de With
2^e reserve: Arno Baas

Dames

Dymphie van Rooijen
Wendy Helmes
Liesbeth de With
Carina den Hartogh

Jongens t/m 15 jaar

Erwin Timmerarends
Thomas van Midden
Bas van Ingen
Martijn Rietveld

1^e reserve: Jessica Snoek
2^e reserve: Fabiënne Booij

reserve: Wessel Klok

Ben je geselecteerd maar verhinderd, **bel of e-mail dan z.s.m.** Leo Roskam
(0348-551572, leoroskam@freeler.nl)

Voor de deelnemers:

- Springen in het officiële tenue van de PBH is verplicht: oranje-zwart of leiderstenue. Als je geen droog tenue meer hebt, spring je in een wit, zwart of Jeppie t-shirt en een witte of een zwarte broek, beide zonder opdruk!
- Denk aan je tijd: 2 ½ minuut per sprong!
- Zorg voor een assistent-coach of help elkaar, als het nodig is.
- Geen alcohol tijdens de wedstrijd, en als je nog in springtenue bent – jullie zijn topsporters!!
- de “Hollandse” wedstrijdleider (en dus ook de aanspreekpersoon voor de Hollandse springers) is Teus Eikelenboom

- Er kan getraind worden op donderdagavond 1 juli en op vrijdagavond 2 juli van 19:00 tot 21,00 uur. Als je met de auto komt om te trainen, dan moet je de auto in het weiland langs de West Vlisterdijk parkeren (waar de auto's ook staan tijdens de wedstrijden) en niet bij de accommodatie
- Alle deelnemers worden om uiterlijk 13,00 uur verwacht op de accommodatie in Vlist. Henry Helmes zal bij deze Tweekamp de bondscoach zijn en het team op scherp zetten voor de grote wedstrijd. Ook zal hij e.e.a. uitleggen over de openingsact, die om 13,30 uur begint.
- We gaan ervan uit dat je thuis gegeten hebt. Er is dus geen maaltijd vooraf.
- Heel veel succes!!

Voor iedereen:

- We hopen dat we zaterdag van een spannende wedstrijd kunnen genieten, waarbij Holland uiteindelijk wint. We wensen iedereen heel veel gezelligheid toe.
- Er is gratis entree voor springers en voor allen die helpen bij de Tweekamp.
- voor alle toeschouwers: zorg dat je de bonnetjes voor gratis toegang uit de Polshoogte van mei bij je hebt. Je mag ze ook kopiëren, dan krijg je gratis toegang !!
- Na afloop van de wedstrijd is er een gezellig feest. Hier worden ook de vaantjes uitgereikt. Er zijn geen individuele prijzen!
- Voor meer informatie verwijzen we naar het bericht "Huishoudelijke mededelingen Tweekamp Vlist 3 juni" dat op 30 juni geplaatst is op onze website.

Het bestuur van de Polsstokbond Holland