



## Derde nieuwsbrief Beemstermasters

Hierbij treft u de derde Nieuwsbrief van de Beemstermasters. De Beemstermasters is een team van 25 personen, dat komende Pinksteren deelneemt aan de Roparun, een estafeteloop van Parijs naar Rotterdam. De opbrengst van deze loop is bestemd voor onderzoek naar kanker.

## Interview Penning- meester

Eind 2009 ben ik betrokken geraakt bij de Stichting Beemstermasters. Ger Hoogenhoud benaderde mij of ik mee wilde werken aan dit zeer goede initiatief om geld in te zamelen voor voor de Roparun, een initiatief dat ik ook kende vanuit mijn verleden. Mijn rol in de Stichting is die van Penningmeester en daarnaast zal ik bijdragen daar waar ik kan. De rol van Penningmeester staat dicht bij mijn 'normale' werkzaamheden als financieel specialist/interim manager.

In eerste instantie hebben we voor dit doel een Stichting opgericht en ervoor gezorgd dat deze werd erkend door de Belastingdienst als een Algemeen Nut Beoogende Instelling (ANBI). Dit is noodzakelijk om giften van bedrijven en particulieren fiscaal aftrekbaar te maken. Daarna zijn wij onze financiële doelstellingen gaan vast stellen en hebben we gekeken hoe we die kunnen bereiken. De belangrijkste doelstelling is om een bedrag van minimaal € 15.000 te kunnen doneren aan de Roparun organisatie.

Dit moet bereikt worden middels shirt-sponsoring en verkoop van loten en wijn. Daarnaast helpt het ook als we de kosten laag kunnen houden daarom is vanaf het begin gezocht naar sponsors die 'in natura' bijdragen voor bijvoorbeeld vervoer en eten en drinken. Door de zeer voortvarende aanpak van een aantal van de deelnemers is dit zeer goed gelukt en hebben wij de minimale doelstelling bereikt. Het zou mooi zijn als we het te doneren bedrag verder naar boven kunnen bijstellen.

Mijn betrokkenheid bij de Stichting heeft een aantal zeer aangename bij effecten. Het heeft er onder andere toe geleid dat ik zelf weer ben gaan

hardlopen. Ook zijn de contacten tussen de deelnemers erg leuk en is er een goede balans van inspanning en ontspanning met leuke sociale bijeenkomsten.

Tot slot kan ik zeggen dat ik het een eer vind om met deze groep enthousiaste mensen te mogen werken en ook nog bij te kunnen dragen aan een goed doel.

Joost Bremer

## Teambijeenkomst Roparun

Zaterdag 5 maart jl. zijn drie leden van de Beemstermasters naar de tweede teambijeenkomst geweest in de Ahoy. Bij aankomst kregen zij een enveloppe met de nodige Frans- en Nederlandstalige informatie.

Om klokslag 13:00 uur begon de presentatie voor de teams 1 t/m 137. (Team 138 t/m 275 waren 's morgens geweest). De eerste vraag was welke teams al een nachteloop hadden gedaan. Dat waren er ongeveer 10 en op de vraag welk team de route al had verkend stak geen enkel team zijn vinger op. Met onze geplande nachteloop op 19 maart en de routeverkenning dit weekend liggen we dus mooi op schema. Het onderstreept wel het belang van beide activiteiten.

Vervolgens vertelde een medewerker van het Vlietlandziekenhuis dat zowel het Vlietland- als het IJssellandziekenhuis "Cold-caps" ontvangen van de Roparun. Deze Coldcaps (een soort gekoelde badmutsen die op een temperatuur van -5° worden gehouden) moeten voorkomen dat mensen na een chemokuur kaal worden. Onderzoek heeft aangetoond dat bij 80% van de behandelde patiënten goede resultaten worden behaald. Het zijn vooral vrouwen die er gebruik van maken.

Daarna was het de beurt aan de ondersteunende teams van de Roparun organisatie om zich voor te stellen. Het calamiteitenteam zit met 5 auto's en 2 auto's van de ANWB op de route. Afgelopen jaar hebben ze 33 hulpaanvragen afgehandeld en 78 keer technische ondersteuning verleend.

Het motorteam verleent een bijdrage aan de veiligheid van de deelnemende

teams, zoekt verdwaalde teams op en brengt ze weer op de route en hebben op haast alle motoren AED's en Track en Trace.

De checkpoint teams zorgen voor de bemensing van de checkpoints. Vanaf checkpoint 10 bij Dinteloord wordt er met een chip gewerkt die de loper die op dat moment het checkpoint passeert, om zijn enkel moet hebben. Dat is de verantwoording van de teams. Voor deze chip moet een borg van € 50,00 worden betaald aan de start.

Verder is er nog wat verteld over de slotavond en is nogmaals, net als bij de eerste bijeenkomst, uitgebreid aandacht besteed aan poepen en piesen onderweg. Het is ten strengste verboden om dat langs de weg te doen op straffe van uitsluiting. Al met al was het weer een nuttige middag. De laatste bijeenkomst is zaterdag 21 mei 2011.

## Roparun 2011

Op 11 juni 2011 gaat in Parijs (start in het Parc la Courneuve) voor de 20-ste maal de Roparun van start. De finish is op maandag 2e Pinksterdag 13 juni tussen 12.00 en 18.00 uur op de Coolsingel. Alle **275** deelnemende teams worden op feestelijke wijze op de Coolsingel ingehaald. De deelnemende teams hebben er dan zo'n **520** kilometer op zitten!

De afgelopen jaren hebben deze teams al meer dan 40 miljoen euro bijeengebracht voor het goede doel waar Stichting Roparun voor staat: het verbeteren van de kwaliteit van het leven van kankerpatiënten. De opbrengst van de Roparun wordt niet besteed aan onderzoek, maar komt geheel en onverkort ten goede aan zaken die het leven van mensen met kanker kunnen veraangenamen.

Het organiseren van een evenement als de Roparun kost veel geld. Een deel van de kosten wordt gedekt door het inschrijfgeld van de teams, maar dit is lang niet voldoende. De organisatie is dan ook voortdurend op zoek naar sponsors die de organisatie willen ondersteunen. Het spreekt voor zich dat voor alle geleverde steun een tegenprestatie wordt geleverd en een finish op de Coolsingel biedt ongekende mogelijkheden voor uw bedrijf om zich te presenteren.

De sponsorinformatie voor de Roparun van 2011 is te vinden op de website [www.roparun.nl](http://www.roparun.nl).

## Agenda

27 maart - [Zandvoort Circuit Run](#)  
01 april - [Teambijeenkomst](#)  
10 april - [Nescio loop](#)  
01 mei - [Gezamenlijke loop](#)  
21 mei - [3e Teambijeenkomst](#)  
22 mei - [Halve Marathon Hoorn](#)  
11 juni - [Roparun Parijs-Rotterdam](#)

## Sponsors

De volgende sponsors hebben zich inmiddels aan de Beemstermasters, en hun goede doel, verbonden:

### Hoofdsponsor

[Vos Olie en Gasproducten](#)  
[De Graaf Security: Archiefdiensten](#)  
[Adams Multilingual Recruitment](#)

### Shirtsponsor

[Joost Jansen Installatietechniek](#)  
[Tol Vork Groeneveld Adm- en Belastingadvieskantoor](#)  
[Ron van Tilburg Timmerbedrijf](#)  
[Dijt's Autobedrijf B.V.](#)  
[AVéWé Groep BV](#)  
[Groenrijk Zuid Oost Beemster](#)  
[Hoogenhoud Schilderwerken](#)  
[Centric IT Solutions](#)  
[De Heer Elektrotechniek](#)  
[Studio Rekla](#)  
[Autoparts Waterland](#)  
[ELTECH](#)  
[Veerman Advocaten](#)  
[Bakker Seed Productions](#)

### Mastervrienden

[Groenrijk Zuid Oost Beemster](#)  
[Douwe Egberts](#)  
[Bakkerij Kees Gutter](#)  
[Bed & Breakfast Beemster](#)  
[Beemsterkaas](#)  
[Delta Lloyd](#)  
[Restaurant Effe Anders](#)  
[Bakkerij Mastenbroek](#)  
[IMS Health](#)  
[Red Label](#)  
[Unedo Printmedia](#)  
[Alstroemeria kwekerij Knol](#)  
[Braak Beemster](#)  
[Slagerij Vet](#)  
[Feenstra & Van Goor](#)  
[Stalling 31](#)  
[Bert Jong Autoverhuur](#)

## Komende maanden

In de resterende maanden april en mei is er voor de acht lopers een druk trainingsprogramma samengesteld. Drie tot vier maal per week zullen zij vele kilometers maken en in het weekend aan een loop in de regio deelnemen. De minimale, gemiddelde loopsnelheid gedurende die 520 km moet namelijk 11 km per uur zijn.

Als deze limiet niet wordt gehaald, wordt het team uit de koers gehaald. Ook de begeleidende fietsers (voor ondersteuning en veiligheid, er wordt immers óók 's nachts gelopen) dienen aan hun conditie te werken. Want het is natuurlijk niet niks, 520 kilometer.

Nu de route bekend is gemaakt, verfijnen de twee teamcaptains deze voor de organisatie, tezamen met de chauffeurs, catering, fysiotherapeuten, filmers/fotografen en webmasters. Een organisatie van zo'n 25 man.

## Route verkennen

Op zaterdag 12 maart 2011 's morgens om 4 uur gingen Geert, Ger, Loes & Karin op pad voor een weekend "Route verkennen van Parijs naar Rotterdam".

Enrico had de hele route vanaf Parijs in de Tom Tom gezet. Dit werkt echt perfect, je ziet de lopers op de route lopen. Ze kunnen dus goed gevolgd worden.

Ook voor de fietsers zou het goed zijn om een Tom Tom op de fiets te hebben. We gaan hier wel mee aan de slag. Zij kunnen dan zowel de route lezen als ook de Tom Tom in de gaten houden.

Vanaf de start is het een hele mooie route, de stukken waar de auto niet bij mag hebben Geert en Karin gefietst. Zowel voor de fietsers als de lopers is het een aardig heuvelachtig terrein, dat moeten we niet onderschatten.

Na 90 kilometer een eerste mogelijke kampplaats bekeken. Hier kan echter geen vrachtwagen staan. Een paar kilometer verder was wel plek.

De route in Frankrijk is goed te volgen, alles wordt duidelijk aangegeven. Er wordt over rustige D-wegen gelopen. Het 2<sup>o</sup> kamp is op 210 km. Een rustige plek gevonden bij een visvereniging, met daarachter een voetbalveld.

Zondagmorgen zaten we om 9.00 uur weer in de auto. Hoe dichters we bij België kwamen hoe slechter het wegdek werd, het is erg oppassen waar je loopt en fietst. We zijn op plekken geweest waar hele grote gaten in het wegdek zitten, op deze plek lopen we 's nachts dus daar moet echt een zaklamp bij want je breekt terplekke je nek.

In België wordt het wel wat lastiger om de route goed te volgen, hier ontbreken vaak de straatnaambordjes. Of ze zitten aan het eind van de straat of aan de verkeerde kant van de weg. Hier wel even alert op zijn!! We hebben dit ook op de routebeschrijving gezet. Ook de route door Antwerpen heen is onduidelijk. Een en ander op de routebeschrijving genoteerd.

Het 3<sup>o</sup> en 4<sup>o</sup> kamp hebben we op industrieterreinen gepland waar genoeg ruimte is om vrachtwagen en auto's neer te zetten. Het 3<sup>o</sup> kamp zit op 326 km en het 4<sup>o</sup> kamp op 430 km

Eenmaal in Nederland gaat het beter, al stuiten we in Berg op Zoom op plekken waar de auto niet verder kan, staat niet op de routebeschrijving. Vanaf deze plaats kunnen lopers en fietsers samen weer richting het einddoel, Coolsingel, Rotterdam.

## Testloop 19 maart

De Beemstermasters hebben zaterdag 19 maart een testloop gehouden van 55 km. Doel was om het 's nachts lopen, fietsen en de routeherkenning te oefenen. Door plotselinge privéomstandigheden konden de teamcaptains niet mee. Dat betekende wel improviseren.

Het was een goede oefening, die weer nuttige tips opleverde voor de "echte" Roparun in juni.

## Website

Voor alle informatie kunt u terecht op de website van de Beemstermasters: [www.beemstermasters.nl](http://www.beemstermasters.nl). U vindt daar nog meer info over de Roparun, acties om geld in te zamelen, foto's en videofilms, ver-slagen, deelnamen aan diverse lopen enz. U kunt ons niet alleen twitteren, maar ook uw reactie geven via het gastenboek.

## Contact

Wij zijn natuurlijk blij met elke vorm van sponsoring. U kunt hierbij denken aan een financiële bijdrage, maar het ter beschikking stellen van materiaal is ook een optie.

Om deze reden hebben wij een sponsorplan geschreven. Dit plan is te downloaden via de site [www.beemstermasters.nl](http://www.beemstermasters.nl), hoofdstuk Sponsoring.

Heeft u interesse? Neem dan contact op met:

Ger Hoogenhoud : 06-22693390  
Nicole Platel : 06-22958288  
E-mail : [info@beemstermasters.nl](mailto:info@beemstermasters.nl)  
Site : [www.beemstermasters.nl](http://www.beemstermasters.nl)  
Een donatie kan worden gestort op **Rabobank 107.006.723** t.n.v. Beemstermasters

## Nieuwsbrief

Maart 2011 (cs)  
Nummer 3