

# Polstokclub “De Vlist”

---

2026



**NK Vlist | Nieuwe schansen | 60 jarig jubileum**  
**Interview Klaas de Wit | Wist je dat'jes | kidspagina**





# de Onderlingen

Verzekeren zonder winstoogmerk

[www.onderlingen.nl](http://www.onderlingen.nl)

Samen  
springen we  
verder!



**Lekkerkerk**

Raadhuisplein 2  
2941 BR Lekkerkerk  
085-029 8600

**Schoonhoven**

Doelenplein 11  
2871 CV Schoonhoven  
085-029 8600

**Benschop**

Dorp 201-B  
3405 BD Benschop  
085-029 8600

# Inhoudsopgave

---

Voorwoord bestuur	5
Dagprogramma NK 2026	7
Wedstrijdkalender Vlist 26'	9
Wat is polsstokverspringen?	11
Officiële records	13
Nieuwe schansen	15
Woordzoeker	19
60 jarig jubileum	20
Het polsstok woordenboek	23
Fotogalerij NK Vlist 2015	25
Interview Klaas de Wit	26
Gerard Backx erelid	29
Erelijst	30
Sudoku	33
Wist je dat?	35



# B&V Techniek

Totaal Installateur

Uw partner voor complete (klimaat)technische installaties

- Airconditioning
- Ventilatie
- Warmtepompen
- Sanitair
- CV



Populierenweg 27, 3421 TX Oudewater • 0348 - 56 80 08 • [info@benvtechniek.nl](mailto:info@benvtechniek.nl) • [benvtechniek.nl](http://benvtechniek.nl)

# Voorwoord

Beste lezer,

Dat 2026 een bijzonder jaar wordt voor onze vereniging, is iets waar we niet omheen kunnen. Naast de opening van de nieuwe schansen en het Nederlands Kampioenschap in augustus, zal dit seizoen namelijk ook in het teken staan van ons 60-jarig jubileum. Sinds de oprichting in 1966 is onze vereniging in veel opzichten veranderd. Zo is de locatie van de accommodatie al eens aangepast en hebben er meerdere grote verbouwingen plaatsgevonden. Toch is de vereniging in de kern altijd hetzelfde gebleven: een plek van sport, samenzijn en ontwikkeling. Want wat onze club al die jaren heeft gekenmerkt is het voortdurende omkijken naar elkaar om zo samen beter te kunnen worden. Hoewel het polsstokverspringen een individuele sport is, wordt er bij ons samen getraind, samen gebouwd en samen gewerkt aan de toekomst van de vereniging. Ook de afgelopen maanden hebben we weer gezien wat deze samenwerking ons kan brengen. De hele winter hebben verschillende commissies doorgewerkt aan de organisatie van het Nederlands Kampioenschap en de bouw van nieuwe schansen. Vele vrije avonden werden opgeofferd om dit seizoen tot in de details voor te kunnen bereiden en het resultaat mag er zijn.

Als bestuur zijn we dan ook niet anders dan trots op onze vereniging. Trots op onze springers die zichzelf keer op keer proberen te verbeteren. Trots op onze jeugdleden die hun eerste sprong over het water maken. Trots op onze vrijwilligers waar we altijd op kunnen rekenen. Maar vooral ook trots op alles waar onze kleine vereniging zo groot in kan zijn.

We hopen u met dit boekje mee te kunnen nemen in het verhaal van de vereniging en u te kunnen enthousiasmeren over het seizoen wat ons te wachten staat. Want of u nu zelf op de schans staat, ergens veilig in het publiek zit, of gewoon een toevallige voorbijganger bent: we heten u graag welkom en hopen dat u net zoveel zal genieten van deze bijzondere sport als wij.

Met sportieve groet,  
Het bestuur van Polsstokclub "De Vlist"



Arie Korevaar

06-26839028

Postadres:  
Werkplaats:  
Email:

Kerkweg 27a, 2825 BP Berkenwoude  
Opweg 39, 2871 NH Schoonhoven  
info@ak-timmerwerken.nl



BOUWEN AAN KWALITEIT



**BESTBOUW**

Bestbouw Haastrecht BV ■ [www.bestbouw.nl](http://www.bestbouw.nl)  
info@bestbouw.nl ■ T0182 - 502522

# Dagprogramma NK Vlist



29-08-2026

12:00

13:45

14:00

±15:10

±16:10

16:25

16:30

±17:15

18:00-23:00

Terrein open

Voorstellen springers

Start wedstrijd 1e groep

Start 2e groep

15 min pauze

Voorstellen finalisten

Start finale

Prijsuitreiking

Feest/naborrel



# HOOGWAARDIGE VACUUMHEFFERS SPECIAAL VOOR GLASMONTAGE

SMEDERIJSTRAAT 23 / 2861 GP BERGAMBACHT / +31 (0)85 - 018 0321 / INFO@GRIP-LIFTING.NL / WWW.GRIP-LIFTING.NL

# WIJ ZIJN EEN ROOKVRIJE VERENIGING



Bij onze vereniging staat een **gezonde en veilige omgeving** voor iedereen centraal. Daarom zijn wij **volledig rookvrij**. Zo zorgen we samen voor een fijne plek voor jong en oud.



## GEEN ALCOHOL ONDER DE 18



Wij schenken geen alcohol aan minderjarigen.

Bij twijfel kunnen wij om legitimatie vragen.

*Samen houden we onze vereniging  
gezond, sportief en verantwoord!*

# Kom je kijken?



## Wedstrijdkalender 2026

<b>Zaterdag</b>	<b>30 mei</b>	<b>13:00 uur</b>	<b>3e klasse</b>	<b>Schansopening</b>
		<b>13:00 uur</b>	<b>Jeugd</b>	<b>Hoffman DME Techniek</b>
		<b>15:00 uur</b>	<b>1e klasse</b>	<b>Bokaal</b>
		<b>18:30 uur</b>	<b>2e klasse</b>	
<b>Woensdag</b>	<b>10 juni</b>	<b>19:00 uur</b>	<b>2e klasse</b>	<b>Rabobank Bokaal</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>27 juni</b>	<b>13:00 uur</b>	<b>3e klasse</b>	<b>60 jaar PC 'de Vlist'</b>
		<b>13:00 uur</b>	<b>Jeugd</b>	<b>Vlisterbokaal</b>
		<b>15:00 uur</b>	<b>1e klasse</b>	<b>gesponsord door</b>
		<b>18:30 uur</b>	<b>2e klasse</b>	<b>Kaasboerderij van Eijk</b>
<b>Dinsdag</b>	<b>7 juli</b>	<b>19:00 uur</b>	<b>3e klasse</b>	<b>Recycle Cup</b>
<b>Woensdag</b>	<b>8 juli</b>	<b>19:00 uur</b>	<b>2e klasse</b>	<b>Recycle Cup</b>
<b>Woensdag</b>	<b>26 augustus</b>	<b>18:30 uur</b>	<b>1e klasse</b>	<b>ABZ Diervoeding Bokaal</b>
<b>Zaterdag</b>	<b>29 augustus</b>	<b>14:00 uur</b>	<b>Nederlandse Kampioenschappen Fierljeppen</b>	

In april tot en met augustus elke maandag & donderdag training.  
19:00-21:00 uur

# Altijd al een keer willen polsstokverspringen?

Vraag een clinic aan en  
ervaar de sport zelf!



**VAN APRIL TOT EN  
MET SEPTEMBER**

---

**MEER INFO?  
WWW.POLSSTOKCLUBDEVLIST.NL  
DEMO@POLSSTOKCLUBDEVLIST.NL**

---



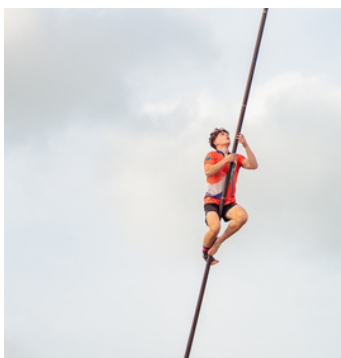
Leuk voor: kinderfeestjes, bedrijfsuitjes, vrijgezellenfeestjes,  
scholen, familie activiteit, sport- en studentenverenigingen!

# Wat is polsstokverspringen?

Polsstokverspringen (in Friesland noemen ze het fierljeppen) is een uitdagende zomersport. Het is een spectaculaire sport waarbij goed getrainde atleten en atletes proberen hun grenzen te verleggen door steeds verdere sprongen te maken.

Een goede sprong begint met een korte felle aanloop naar de polsstok, die al in het water klaar staat, gevolgd door de insprong in de stok. Eenmaal boven het water wordt zo ver als mogelijk richting de top van de stok geklommen. Vervolgens is het de bedoeling om over het water en zo ver mogelijk in het zandbed te landen met een uitsprong. Het achterste lichaamsdeel wordt gemeten, dat bepaalt je uiteindelijke afstand. Degene met de verste sprong wint de wedstrijd.

In het zandbed ligt ook een balletje. Dit is een indicatieballetje voor de verste afstand tijdens de wedstrijd.





E-mail: [info@slingerland-fietsen.nl](mailto:info@slingerland-fietsen.nl)  
Tel: 0182 502 452  
Adres: Hoogstraat 142, 2851 BK Haastrecht



# Motion is our **Drive**

[vse.nl](http://vse.nl)

Smarter and more efficient machines



# Records

\*Bijgewerkt tot 10-7-2026\*



## Senioren

Nederlands record	Jaco de Groot	22.21m
Hollands record	Jaco de Groot	22.21m
Fries record	Germ Terpstra	22.11m
Schansrecord Vlist	Jaco de Groot	21.56m
NK record	Erwin Timmerarends	21.83m

## Dames

Nederlands record	Marrit van der Wal	18.19m
	Joriene Baas	18.19m
Hollands record	Joriene Baas	18.19m
Fries record	Marrit van der Wal	18.19m
Schansrecord Vlist	Dymphie Baas	16.96m
NK record	Joriene Baas	17.17m

## Junioren

Nederlands record	Germ Terpstra	21.87m
Hollands record	Reinier Overbeek	21.38m
Fries record	Germ Terpstra	21.87m
Schansrecord Vlist	Hidde van Dam	20.73m
NK record	Germ Terpstra	21.63m

## Jongens

Nederlands record	Wisse Broekstra	20.72m
Hollands record	Reinier Overbeek	20.30m
Fries record	Wisse Broekstra	20.72m
Schansrecord Vlist	Reinier Overbeek	19.23m
NK record	Wisse Broekstra	20.72m

## Meisjes

Nederlands record	Hanneke Westert	17.63m
Hollands record	Demi Groothedde	16.30m
Fries record	Hanneke Westert	17.63m
Schansrecord Vlist	Demi Groothedde	15.65m
NK record	Hanneke Westert	16.23m



# LOON- EN VERHUURBEDRIJF **AANTJES B.V.**

PROVINCIALEWEG OOST 107 b • 2851 AD HAASTRECHT • 0182 - 501475 • INFO@AANTJESHAASTRECHT.NL

- ✓ AGRARISCH LOONWERK
- ✓ KALK STROOIEN VITAKAL EN MAGKAL
- ✓ SLOOTONDERHOUD
- ✓ VERHUUR VAN MOBIELE/RUPS GRAAFMACHINES EN MINIGRAVERS
- ✓ GROND- EN STRAATWERK
- ✓ BODEMSANERINGSWERKZAAMHEDEN



Q4U is een bouwkundig adviesbureau. Wij zijn werkzaam in zowel de utiliteitsmarkt als in de woningmarkt en de gezondheidszorg. Dit geldt voor nieuwbouw, verbouw en renovaties.

Bij Q4U Bouwconsultants kunt u o.a. terecht voor:

- ◆ Begeleiding en advies;
- ◆ Kostenanalyse;
- ◆ Projectmanagement;
- ◆ Bouwkundig advisering;
- ◆ Opstellen van energie studies;
- ◆ Schade inspecties en opname;
- ◆ Q4U is ook kwaliteitswaarborger



Q4U Design & Devise: Uw partner in bouwkundig ontwerp en tekenwerk.

Bij Q4U Design en Devise kunt u o.a. terecht voor:

- ◆ Ontwerpen van nieuwbouw/verbouw;
- ◆ Bouwkundig tekenwerk;
- ◆ Advisering en begeleiden van vergunningstrajecten;
- ◆ Maken van vluchtplannen en ontruimingsplattegronden;
- ◆ En alle overige design & devise.

Neem ook eens een kijkje op onze website: [www.q4u.nl](http://www.q4u.nl)

Grote Haven 1, 2851 BM Haastrecht

Of neem contact met ons op: E-mail: [info@q4u.nl](mailto:info@q4u.nl) — Tel: 0182 30 35 10

# Nieuwe Schansen



De aanleg van drie nieuwe schansen was een project dat al jaren op de planning stond. Hoewel er op de oude schansen veel records zijn gebroken, hadden ze na bijna twintig jaar hun beste tijd wel gehad. Toch is zo'n ingrijpende verbouwing altijd makkelijker gezegd dan gedaan. Het vergt natuurlijk veel tijd en geld, maar vooral ook veel kennis en ambitie. Een grote verbouwing gaat namelijk gepaard met veel uitdagingen en risico's waar onze vereniging niet elke dag mee te maken krijgt. Gelukkig waren er veel mensen bereid om ons gedurende dit project bij te staan, want één ding wisten we zeker: in 2026 moeten ze er staan. We zijn dan ook erg trots dat we vandaag, na vele vergaderingen, subsidieaanvragen en klusdagen, onze nieuwe schansen aan jullie kunnen presenteren.

De nieuwe schansen zijn een verbetering ten opzichte van hun voorgangers op verschillende vlakken. Ten eerste zijn ze gebouwd op een fundering bestaande uit heipalen, waardoor eventuele verzakkingen worden voorkomen. Ook zijn ze verstelbaar, waardoor de afstand tussen de schans en het zandbed kan worden aangepast. Dit maakt de sport toegankelijk voor alle verschillende niveaus. Ten slotte is de constructie simpel en stevig, waardoor de schansen stabiel zijn en bestand zijn tegen alle omstandigheden. We verwachten dan ook met deze schansen nog vele jaren vooruit te kunnen.



We nemen je graag kort mee door het volledige proces achter onze nieuwe schansen. Ontdek in de tijdlijn hieronder hoe onze nieuwe schansen stap voor stap zijn gerealiseerd.

Beginnen met de sloop

**September**

Plaatsen van de stalen frames

**Februari**

Afronding

**April**

**Oktober**

Fundering

**Maart**

Plaatsing van de schansen

Bekijk in de fotogalerij hieronder hoe dit proces tot leven komt in beeld.





Benieuwd naar meer beelden? Check dan even onze instagram: [@pcvlist](#)

## Afmetingen van de nieuwe schansen

	C-schans	B-schans	A-schans
Lengte schans	26 meter	30 meter	30 meter
Minimale afstand tot het zandbed	8 meter	9 meter	10 meter
Maximale afstand tot het zandbed	11 meter	12 meter	13 meter





Arjan van der Eijk  
De Echte Bakker



**“Achter elk  
succes staat een  
sterke sponsor.”**



# WOORDZOEKER

Kun jij de Vlisterse springers vinden?

N	W	N	K	O	W	R	W	O	U	T	E	J
I	N	E	E	P	O	U	O	N	A	A	D	L
E	F	H	S	S	U	B	S	N	Y	E	O	Z
L	T	T	M	S	T	E	I	N	I	V	E	K
S	F	I	E	K	E	N	N	A	Z	U	S	I
S	A	O	E	H	R	L	K	N	K	A	M	M
I	I	I	T	D	T	H	O	M	A	S	A	B
O	K	R	L	L	O	V	P	E	R	S	R	E
N	I	R	H	U	S	N	E	P	S	E	I	R
M	A	I	K	C	J	O	O	S	T	T	N	L
R	F	R	C	A	T	O	J	I	E	E	O	Y
N	A	T	S	S	E	L	I	A	N	N	U	G
M	L	E	A	N	A	H	T	A	N	E	N	S



- CATO
- CHRIIS
- DAAN
- DON
- ELIAN
- ESMEE
- FIEKE
- JET
- JOEP
- JOOST
- JULIA
- KARSTEN
- KEVIN
- KIMBERLY
- LISANNE
- LUCAS
- MAIK
- MARK
- MIRTHE
- NATHANAEL
- NIELS
- NINA
- RINO
- RUBEN
- SION
- STAN
- SUZANNE
- TESSA
- TEUS
- THEO
- THOMAS
- WESSEL
- WOUT
- WOUTER
- ZOEY

Vind de oplossing met de overgebleven letters!

Oplossing:.....

# 60-jarig jubileum

Zestig jaar polsstok in Vlist, betekent meer dan alleen 60 jaar springen. In deze 60 jaar zijn oude en nieuwe generaties meegenomen in het verhaal van Polstokclub "De Vlist". Het is een club waar kennis en ervaring worden gedeeld, waar jong en oud van elkaar leren en waar saamhorigheid centraal staat. Bovenal is het een plek waar één ding altijd vooropstaat: de mooiste zomersport van Nederland.

De geschiedenis van polsstokverspringen in Vlist begint in 1966, toen de Polsstokclub De Vlist werd opgericht als eerste vereniging in Holland. De club groeide al snel uit tot een toonaangevende naam in de regio. Helaas kwam daar in 1991 een einde aan, toen het ontbreken van een geschikte accommodatie de vereniging dwong om te stoppen.



Ruim tien jaar later kreeg de sport in Vlist een nieuwe impuls. Eind augustus 2002 organiseerde RTV West een polsstokmiddag met het



thema "water". Dit evenement bracht nieuwe energie en enthousiasme teweeg. De FA. Van Eijk, gevestigd in Vlist, zag potentie in een herstart en beschikte bovendien over een geschikt stuk grond met een brede sloot. Het terrein waar we vandaag de dag nog steeds gevestigd zijn. Met steun van de gemeente Vlist, de Polsstokbond Holland en financiële middelen uit het Europese Leader Plus Project voor plattelandontwikkeling, werden plannen concreet gemaakt.

Deze samenwerking resulteerde in 2006 in de opening van een moderne top accommodatie in Vlist. Het terrein beschikte over drie grote schansen en een jeugdschans. Daarnaast biedt het bestemmingsplan ruimte voor verdere voorzieningen, zoals kleedruimtes met douches en toiletten.



Sindsdien is Vlist opnieuw uitgegroeid tot een belangrijke plek voor de sport. Jaarlijks wordt er gesprongen om de Vlister Bokaal en het dorp was gastheer van het Nederlands Kampioenschap in 2007 en 2015. Ook vonden in 2010 en 2021 de traditionele tweekampen tussen Holland en Friesland plaats in Vlist.



Na een periode van stilstand heeft het polsstokverspringen in Vlist daarmee een succesvolle en duurzame herstart gemaakt en is het weer stevig verankerd in de regio. Met diezelfde ambitie richten we ons ook op de toekomst. In 2020 hebben we een tweede jeugdschans geplaatst en dit seizoen hebben we met trots drie nieuwe schansen gerealiseerd. Daarnaast hebben de oude schansen een tweede leven gekregen door ze te gebruiken bij de renovatie van de twee jeugdschansen. Dankzij deze ontwikkelingen beschikken we weer over een toekomstbestendige accommodatie waar we nog jarenlang met plezier gebruik van kunnen maken.



# ***DURF JIJ HET AAN?***



## **KOM POLSSSTOKVERSPRINGEN!**

**KOM 3 KEER GRATIS MEETRAINEN!**

**Vanaf 16 april elke donderdagavond van 18:30 - 19:30 uur  
Polsstokclub de Vlist, Oost-Vlisterdijk 1e**

**Voor iedereen met een zwemdiploma!**



Contact:  
[secretaris@polsstokclubdevlist.nl](mailto:secretaris@polsstokclubdevlist.nl)  
[www.polsstokclubdevlist.nl](http://www.polsstokclubdevlist.nl)

# Het Polsstok woordenboek



## Band:

De meeste springers hebben om een voet een binnenband van een fiets gewikkeld, dit doen ze voor extra grip tijdens het klimmen. Tegenwoordig zijn er ook springers die vijfverfolie gebruiken in plaats van een binnenband.

## Hars:

Om meer grip te hebben tijdens het klimmen gebruiken veel springers hars. Dit spuiten ze op hun handen en voeten en zorgt ervoor dat je minder snel weg glijdt.

## Mik:

Naast de schans staat de mikker op het mikplankier, dit is de persoon die de stok vasthoudt in het water. Dit doet hij met behulp van de mik.

## Sector:

Vanuit het midden van de schans mag een springer maximaal 8 meter naar links en 8 meter naar rechts springen. Springt iemand meer dan 8 meter naar links of naar rechts, dan is de afstand buiten sector (b.s) en telt de afstand niet.

## Stoklengte:

De lengte van de stok waar mee gesprongen wordt is 9,5m, 10,5m of 11.5m allemaal te verlengen met een top. De maximale lengte van de stok is 13.25m

## Stoplicht:

Tijdens de wedstrijden staat er ook altijd een stoplicht in het zandbed. Elke springer heeft een tijdslimiet dat bepaalt hoelang ze over een sprong mogen doen. Zodra de polsstok voor de schans staat, gaat het licht op groen. Dan heeft de springer 2 minuten en 15 seconden om zijn sprong te maken.

- Groen (0:00 – 1:45): de springer heeft nog ruim de tijd.
- Oranje (1:45 – 2:00): de tijd begint op te raken.
- Knipperend oranje (2:00 – 2:15): de laatste seconden.
- Rood (na 2:15): de tijd is voorbij en de sprong is ongeldig.

Het stoplicht zorgt ervoor dat de wedstrijd vlot verloopt en dat elke springer evenveel tijd heeft voor een sprong.



**“Onze ambities  
worden  
werkelijkheid  
dankzij jullie.”**



# Fotogalerij NK Vlist 2015



# Interview

## Klaas de Wit

---

Een naam die onlosmakelijk is verbonden met Polsstokclub “De Vlist” is die van Klaas de Wit. Niet alleen als springer, maar ook als bestuurslid heeft hij veel betekend voor de vereniging. De Wit is vanaf dag één betrokken bij het polsstokverspringen in Vlist en heeft de basis gelegd voor decennialang springplezier in de Krimpenerwaard.



In 1965 organiseerde De Wit samen met IJclub ‘de Vlist’ de allereerste polsstokverspringwedstrijd in Vlist. Deze wedstrijd werd gehouden achter een boerderij aan de West-Vlisterdijk en gewonnen door Leo de Ruiters uit Polsbroek met een afstand van 11,75m. “Ondanks het winderige weer was er toch aardig wat publiek op de wedstrijd afgekomen”, vertelt De Wit.

De wedstrijd smaakte naar meer, dus werd er gezocht naar een manier om vaker wedstrijden te organiseren. Er was volgens De Wit al geruime tijd behoefte aan een vaste locatie. “Hoewel er al sinds 1960 incidenteel polsstokverspringwedstrijden werden georganiseerd in de Krimpenerwaard, vonden deze altijd plaats op tijdelijke schansen die naderhand weer werden afgebroken. De schans in Vlist daarentegen, mocht van de boer die het land beheerde na deze eerste wedstrijd blijven staan. Zo kwam het idee om een vereniging op te richten: de eerste polsstokclub in Nederland.”

En zo geschiedde: op 9 mei 1966 werd er een bestuur samengesteld van vijf personen die het polsstokverspringen in Vlist op de kaart wilden zetten. Al snel werd er een tweede schans bijgebouwd en groeide de vereniging in haar ledenaantal.

Dat de belangstelling in de beginjaren al groot was blijkt ook wel uit de populariteit van de eerste wedstrijden die de vereniging organiseerde.

“Er werden jaarlijks 2 wedstrijden georganiseerd waar veel publiek op af kwam. Door te adverteren op de voorpagina van het Algemeen Dagblad was er zoveel belangstelling dat het toeschouwersaantal opliep tot over de 2.000. De plaatselijke caféhouder, die de catering verzorgde, wist niet wat hem overkwam en was al halverwege de middag uitverkocht.”

In totaal maakte De Wit 27 jaar deel uit van het bestuur van de vereniging, waarvan 12 jaar als voorzitter. Terugblikkend op zijn tijd als bestuurslid, zijn er veel mooie herinneringen die hem zijn bijgebleven. “Een hoogtepunt was toch wel het Nederlands record van Johan Boersma, die op onze schans 15,02 meter sprong en daarmee de magische grens van 15 meter doorbrak. Dit was een afstand die niemand ooit voor mogelijk had gehouden. Ook de realisatie van de accommodatie aan de Oost-Vlisterdijk in 1976 en de heropricting van Polsstokclub de Vlist in 2006 zijn mijlpalen die ik niet zomaar vergeet.”

Dat de vereniging 60 jaar na oprichting nog altijd zo'n belangrijke rol speelt in de Vlisterse gemeenschap had De Wit naar eigen zeggen niet verwacht. “Nadat de polsstokclub in 1991 helaas moest stoppen, vanwege het ontbreken van een accommodatie, dacht ik dat het heel moeilijk zou worden om weer ergens anders te beginnen. Gelukkig bleek dit vijftien jaar later toch mogelijk te zijn.”

Het succes van de vereniging zit hem volgens De Wit vooral in de saamhorigheid tussen de leden en de gemeenschap. “Het is een kleine sport, waarin iedereen elkaar kent. Veel mensen zijn bereid om te helpen en daarom is het ook zo mooi om samen de vereniging draaiende te houden.”

Voor de toekomst hoopt De Wit dat er nog veel mensen in Vlist mogen genieten van het polsstokverspringen. “De nieuwe schansen zien er mooi en professioneel uit, waardoor de vereniging weer jaren vooruit kan.”

- 1965 — Eerste wedstrijd
- 1966 — Oprichting
- 1976 — Nieuwe accommodatie
- 1991 — Tijdelijke stop vereniging
- 2006 — Herstart vereniging
- 2026 — Nieuwe schansen



**Verwaal Transport**



*Verstoep's*  
BOUW & TIMMERWERK



**Zijderlaan**  
TRANSPORT & LOGISTIEK



**DE JONG JERSEY DAIRY**  
— Melk en kaas —



**BESTBOUW**  
BOUWEN AAN KWALITEIT  
Bestbouw Haastrecht BV - [www.bestbouw.nl](http://www.bestbouw.nl)

**groei**   
BEREIK JE SAMEN

**“Dank voor jullie  
bijdrage aan onze  
passie, onze sport en  
onze club.”**



**SDB**  
WONING- EN UTILITEITSBOUW



**DNL**  
MACHINES & EQUIPMENT



**POLSTOKCLUB  
DE VLIST**



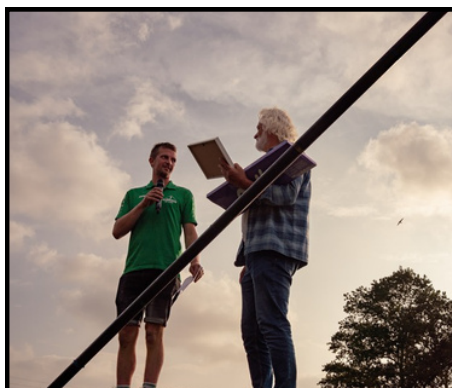
# Gerard Backx

---

Dat vrijwilligers onmisbaar zijn voor onze vereniging kan niet vaak genoeg worden benadrukt. Zonder vrijwilligers waren er geen trainingen, geen clinics, geen wedstrijden en was er zelfs geen accommodatie. Eén van de vrijwilligers die zich jarenlang heeft ingezet voor de vereniging is Gerard Backx. Gerard is al vanaf de heropricting in 2006 betrokken bij de vereniging en is meer dan tien jaar lang voorzitter geweest van Polsstokclub “De Vlist”.



Onder zijn voorzitterschap groeide de polsstokclub van een kleine sportclub met enkele leden naar een bloeiende vereniging die kenmerkend is geworden voor de regio. Gerard maakte zich als voorzitter onder andere hard voor een duurzaam beleid en een goede sfeer. Want hoewel het leuk is om te winnen, is plezier toch het allerbelangrijkste.



In 2025 trad Gerard af als voorzitter en maakte hij plaats voor een nieuwe generatie. Om Gerard te bedanken voor zijn jarenlange inzet en onvoorwaardelijke toewijding werd hij tijdens een eerste klasse wedstrijd benoemd tot erelid van Polsstokclub “De Vlist”.



# Erelijst

Nederlandse kampioenen fierljeppen

Categorie Jaar	Senioren	Dames	Junioren	Jongens	Meisjes
<b>2026</b> 	...	...	...	...	...
<p><b>Maak jouw voorspelling voorafgaand aan de wedstrijd</b></p>					
<b>2025</b> 	Bauke de Jong	Joriene Baas	Germ Terpstra	Martin den Boer	Nina van Eijk 
<b>2024</b> 	Erwin Timmerarends	Tessa Kramer	Germ Terpstra	Brent Monsma	Sanne Bouwstra
<b>2023</b> 	Erwin Timmerarends	Fabiënne Overbeek	Michiel Zijlstra	Harmen Bogaard	Gemma van Oosterom
<b>2022</b> 	Jaco de Groot	Tessa Kramer	Hidde van Dam	Harmen Bogaard	Hanneke Westert
<b>2021</b> 	Wouter van Midden	Marrit v/d Wal	Reinier Overbeek	Roy Velis	Hanneke Westert

# Erelijst

## Nederlandse kampioenen fierljeppen

Categorie Jaar	Senioren	Dames	Junioren	Jongens	Meisjes
<b>2020</b> 	Rian Baas	Sigrid Bokma	Reinier Overbeek	Wisse Broekstra	Inger Haanstra
<b>2019</b> 	Rian Baas	Wendy Helmes	Reinier Overbeek	Roy Velis	Femke Rispens
<b>2018</b> 	Oane Galama	Dymphie Baas	Freakr Kramer	Reinier Overbeek	Demi Groot-hedde
<b>2017</b> 	Jaco de Groot	Fabiënne Overbeek	Freakr Kramer	Reinier Overbeek	Demi Groot-hedde
<b>2016</b> 	Bart Helmholt	Dymphie Baas	Ricardo Faaij	Reinier Overbeek	Sigrid Bokma
<b>2015</b> 	Jaco de Groot	Klaske Nauta	Erwin Timmer-arends	Gerwin Kastelein	-



**“Dankzij jullie  
steun kunnen  
wij groeien.”**



# Sudoku

	2		3		1	6	5	
4	7	5	9	6	2		3	1
3				7				4
5	4						7	8
		2				3		
7	8						9	2
6				5		2		9
2	5		4		9		1	6
	9	7	8		6		4	

Maak de sudoku om erachter te komen met welke afstanden er bij het NK Vlist in 2015 werd gewonnen

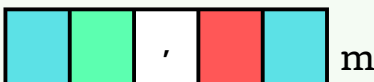
**Jaco de Groot:**



**Erwin Timmerarends:**



**Klaske Nauta:**



**Gerwin Kastelein:**



## Jeppie speelt verstoppertje!

Jeppie heeft zich op verschillende pagina's in dit boekje verstopt, kun jij ze allemaal vinden?

Ik tel ..... Jeppies!



IJSSELSTREEK  
RADIO 

miltenburg  
 av

Houdijk  
 den Boer BV

“Samen gaan  
we voor de  
winst.”

  
VERDUYN  
BOUW BV

 | KONINKLIJKE  
OTOLIFT  
  
TRAPLIFTEN

  
RTV  
KRIMPENERWAARD

HOGENDOORN  
  
GRONDVERZET EN HEIWERKEN

BEC  
*Studio*  
Fotografie & Grafisch Vormgeving

  
Q4U  
BOUWCONSULTANTS



# Wist je dat...



De eerste wedstrijd in Vlist gesprongen is in 1965 en gewonnen werd door Leo de Ruiter met een afstand van 11,75m.

Tessa Kramer vorig jaar in de openingswedstrijd meteen het Hollands record van de dames verbeterde met een afstand van 17,53m.

Wouter van Midden de springer van Vlist is met het verste persoonlijk record met een afstand van 21,42m.

Van de Hollandse springers er 19 springers de 20 meter grens hebben gepasseerd. In dit lijstje is Vlist het best vertegenwoordigd met maar liefst 7 springers.

De eerste Vlisterse natsprong op een training dit seizoen was van Thomas van Midden.

Klaas de Wit de bedenker is van het klassement dat we vandaag nog steeds gebruiken.

Elian van Eijk vorig seizoen de meeste pr's heeft gesprongen van de Vlisterse springers. Hij sprong maar liefst 8 pr's waarmee hij met 3 meter en 44 cm zijn pr verbeterde tot een afstand van 14,40m.

Theo van Kooten 18 leeftijdsrecords op zijn naam heeft staan.

Bij oprichting van de club Vlist 21 leden had.

Vlist de eerste Polshoogte heeft uitgebracht in 1968.

Vlist de eerste vereniging was met een jeugdschans.

Vlist een rookvrije vereniging is.



# NEDERLANDS KAMPIOENSCHAP

## POLSSTOKVERSPRINGEN

VLIST – 29 AUG 14:00 UUR  
OOST-VLISTERDIJK 1E



**BEN JIJ ERBIJ?**

Bekijk het Friese  
fierljeppen van dichtbij!

12:00 TERREIN OPEN

14:00 WEDSTRIJD

18:00-23:00 FEEST/NABORREL

ENTREE: €10,00

(Kinderen onder 12 jaar gratis)

