

NOU. 1988

Van de voorzitter

We beginnen met wat technische zaken. Van de geplande plaatsing van een betonnen band om de binnenring van 400mtr. grasbaan kwam het er helaas in 1988 nog niet van.

Er is een aanvraag naar de gemeentes, met het verzoek om een vierbaans sprintgedeelte te krijgen met een lengte van zo'n 100mtr.

En dit dan aan de oostzijde van de schelpenbaan, en wat lager niveau, zodat er niet te veel zand aangevoerd hoeft te worden.

De subsidie aanvraag is samen met het binnenringproject onderweg, zodat we misschien voorjaar 1989 aan de slag kunnen.

Met de " R " weer een hele tijd in de maand is dit de "R" van training, running, wintercompetitie en noem maar op.

Vooraf aandacht voor de bijna maandelijkse competitie, een leuk gebeuren bij prachtig weer in Bergen aan zee, de deelname was bijna alles Nova-trimmers en lopers alleen de blauwe clubkleur was zeer dun gezaaid, ook jij voorzitter! De volgende winterloop is in Akersloot.

Verbrande Pan; zegt me niks, het is een heel stuk van Schborl vandaan, daar kom je nu ook al Nova-dameslopers tegen, zouden ze... ja ze zijn aan het trainen voor de Schoorlse halve marathon; knap hoor!

De clubkampioenschappen op onze baan waren bij de jeugd leuk bezet, het was er goed weer voor en gezellig toeven. Zondags bij de senioren viel de deelnamewel best tegen, kom op Nova mensen gaan we in 1989 ook wat aan doen.

Een coopertest trekt wel dertig deelnemers, wat erg goed is, maar zowat te veel voor één serie.

Bij de jeugd besloten de mannen van Ootjers het baanseizoen succesvol af, zo ook zeker Jeroen Paarlberg, waar we nog een heel leuk stuk van in de krant konden lezen, Ted Smit sukkelde met een blessure; jammer; na ook een aantal goede tijden. Edwin liep bij storm weer 4.31 op de 1500 mtr. allemaal zeer goed.

We gaan de winter weer tegemoet; tijd van zuurkool en spruitjes alleen traaien valt dan soms niet mee. Ga gezellig gezamenlijk op de baan trainen!

tot schrijfs Theo

CROSSCOMPETITIE PUPILLEN EN JUNIOREN

Zoals jullie in de agenda kunnen lezen is de eerste wedstrijd van de cross-competitie op 12 november in Alkmaar. De volgende wedstrijden zijn op 10 december in Den Helder en 28 januari in Heiloo.

Via de trainers kunnen jullie je opgeven en we hopen natuurlijk dat weer veel van onze leden zullen meedoen. Deze keer mogen ook C-pupillen meedoen. Dat zijn de jongens en meisjes geboren in 1981.

Na de drie wedstrijden wordt er een klassement opgemaakt waarbij de twee beste resultaten gelden. De 20 hoogstgeklasseerden gaan over naar de finale. Ook is er een ploegenklassement waarvoor de drie beste lopers (loopsters) per wedstrijd tellen.

Geef je op en doe mee.

HALVE MARATHON 6 NOVEMBER

Zondag 6 november is weer onze halve marathon met start en finish aan de Oostwal. Voor degenen die 21 km te lang vinden is er ook de kwart marathon (1 rondje) of 4 km. Natuurlijk hopen wij weer veel NOVA-leden aan de start te zien.

De start is om 11.00 u. Zowel de halve als de kwart marathon starten om die tijd. De organisatie is al volop aan de gang, want er komt heel wat kijken voor een dergelijk evenement. Naast actief meedoen is er ook voor alle anderen veel werk te doen. Het bestuur hoopt dan ook dat als er een beroep op de niet-lopers wordt gedaan dat deze mee willen helpen op een post, bij de finish of bij ander werk.

UITSIAGEN DIVERSE WEDSTRIJDEN

3 en 4 september districtskampioenschappen meerkamp J.D. Haarlem

Jorg Ootjers	80 m	11.5 sec	
	ver	4.74 m	
	kogel	9.30 m	
	80 m. h.	16.6 sec	
	hoog	1.60 m	
	speer	28.18 m	
	1000 m	3.29.3 min	7e pl. 3549 pnt

3 september A.V. Hollandia te Hoorn

Arnoud Ruiter	J.D.	1000 m	3.06.5 min	
Sven Ootjers	J.C.	ver	4.41 m	
		hoog	1.60 m	
Jeroen Paarlberg	J.C.	100 m	13.4 sec	
		ver	5.15 m	
		hoog	1.75 m	2047 pnt

9 september ADA/AAC te Amsterdam

Sylvia Kruijer	M.C.	800 m	2.25.7 min
Nelina Bruin	M.A.	800 m	2.26.0 min
Niels Barsingerhorn		800 m	2.26.8 min

11 september AVC te Castricum

Pauline Ruiter	m.pup.c	40 m	7.0 sec
		ver	3.25 m
		balwerpen	16.15 m 1e in 3 kamp 828 pnt
		1000 m	4.00.8 min 1e
Marije van Ophem	m.pup.b	40 m	7.1 sec
		ver	3.25 m
		balwerpen	15.64 m 3e in 3 kamp 800 pnt
		1000 m	4.15.2 min 1e
Arnoud Ruiter		1000 m	3.08.1 min 1e

18 september Lycurgus te Krommenie

Jeroen Paarlberg	J.C.	100 m	13.9 sec
		ver	4.50 m
		hoog	1.70 m 2e plaats 1815 pnt
Sven Ootjers	J.C.	100 m	14.2 sec
		ver	4.57 m
		hoog	1.60 m 1716 pnt

18 september nationale D-spelen te Amsterdam

Lars Barsingerhorn	J.D.	1000 m	3.07.6 min 6e plaats 1ejrs
Arnoud Ruiter	J.D.	1000 m	3.00.7 min 7e " 2ejrs
Jerg Ootjers	J.D.	ver	5.10 m 7e " 2ejrs

23 september Hera te Heerhugowaard

Sylvia Kruijer	M.C.	800 m	2.33.1 min
Nelina Bruin	M.A.	800 m	2.37.2 min
Niels Barsingerhorn	J.C.	800 m	2.34.8 min
Edwin de Geus	J.B.	1500 m	4.31.8 min

28 augustus nationale C-spelen te Amsterdam

Niels Barsingerhorn		1500 m	4.53.9 min
Sven Ootjers		hoog	1.70 m
Jeroen Paarlberg		hoog	1.70 m

Seoel 88 is weer verleden tijd en dankzij de moderne communicatie was iedereen wel in de gelegenheid om het hele gebeuren voor een groot te kunnen volgen. Het eerste boekje hierover is al uit en ook films en video van de hoogtepunten ; vreugde en tragiek zullen binnenkort wel verschijnen. De camera is dus een prachtig apparaat die alles registreert.

Zo ook de sprong van Daily Tompson met de polsstok die finaal door midden brak. Voor Daily zullen het wel de laatste spelen wezen als actief atleet, maar hij zal met genoeg z'n films afdraaien en dat met de polsstok zal hij nog vele malen herhalen.

Wat velen niet zullen weten is dat er vroeger in Warmenhuizen ook al een atletiekvereniging was. Er werd zelfs po lshoog gesprongen met een bamboestok, die dan ook regelbraken. Het verhaal gaat dat tijdens een wedstrijdje een deelnemer in een wat al te overmoedige bui zei: " Mannen leg de lat op het wereldrecord ", wat ook prompt gebeurde. De atleet in kwestie nam z'n aanloop onder doodse stilte en sprong finaal onder de lat door. De Belgen zeggen dan : " Alleen het pogen is al schoon ".

Warmenhuizen heeft een rijke historie op het sportgebied met vele kampioenen in de diverse takken van de sport. Het zou dan ook prachtig wezen als det eens in een boekwerk zou worden samengevat met veel foto's en historisch materiaal. Toch de heer F. Beemsterboer eens inlichten hierover.

Dick Smit.

Agenda

- 6 nov. Halve marathon Nova, Tevens 10,5 en 4 km.
- 12 nov. 1e wedstrijd crosscompetitie pupillen en jun. Alkmaar
- 13 nov. Bosloop Schoorl, 2e wedstrijd sen.wintercomp.
- 4 dec. Polderloop Akerskoot, 3e wedstrijd
- 10 dec. 2e wedstrijd crosscomp. pupillen en jun. Den Helder
- 18 dec. Bosloop Schoorl , organisatie NOVA
- 8 jan. Halve marathon Egmond aan Zee

Uitslag 1e wedstrijd wintercompetitie AV NOVA

2 oktober 1988 Strandloop Bergen aan Zee : Heren 8 km.,
Dames 4 km..

HEREN

<u>Naam</u>	<u>Tijd</u>	<u>Punten</u>
Niek Barsingerhorn	29.59	50
Pieter Jongeneel	30.09	49
Hans Pater	30.21	48
Sjaak Nannes	30.50	47
Ben Mosch	31.07	46
Peter Robert	31.23	45
Jan Hoogeboom	31.37	44
Joop Meijer	31.55	43
Ger Schrijver	32.33	42
Aad Vader	32.43	41
Leo Suiker	33.23	40
Piet Stuijt	34.00	39
Jaap Nieuwland	35.16	38

HEREN VETERANEN

<u>Naam</u>	<u>Tijd</u>	<u>Punten</u>
Theo de Nijs	30.00	50
Lauw Groot	31.12	49
Piet Meijer	33.48	48
Hans de Jong	34.58	47
Piet v.d. Welle	37.27	46

DAMES

<u>Naam</u>	<u>Tijd</u>	<u>Punten</u>
Marian Nolten	18.24	50
Marian Robert	18.59	49
Nel Meijer	21.05	48
Liesbeth de Jong	21.33	47

Wintercompetitie seizoen 1988-1989

<u>Datum</u>	<u>Naam van de loop</u>	<u>Aanvang</u>	<u>Afstand</u>	
			<u>Dames</u>	<u>Heren</u>
13-11	Bosloop Schoorl	10.30	4 km.	10,5 km.
4-12	Polderloop Akersl.	10.30	8 km.	14 km.
29-1	Bosloop Den Oever	10.30	12 km.	16 km.
26-2	Bosloop Castricum	10.30	14 km.	21,1 km.
?	NOVA CROSS	?	6 km.	9 km.

Van de 6 wedstrijden tellen er 4 mee voor de competitie.

SCHRIJVERSNIEUWS.

Na alle vakanties en geliuer in de zon hebben de meeste leden de draad weer opgepakt en de trainingen weer hervat.

Maar ikzelf was koud een week aan de gang en liep prompt een blessure op, dus kon ik jammerlijk niet aan de clubkampioenschappen meedoen, dus daar valt van mijn kant weinig over te melden. Dat is dus een mooi excuus om dat aan andere over te laten.

Ik ben toch zo langzamerhand weer een beetje gaan lopen en als test liep ik de meeloop van NOVA. Nou dat viel toch wel een beetje tegen. Dat ik op zoek ben naar de juiste vorm kwam wel uit. Het ging verre van best. De eerste kilometers liep ik samen met Pieter Jongeneel op. Ik dacht, die ken ik wel hebben. Maar die gozer loopt mij op hede toch te hard dus dat ging mooi niet door. Kort daarna kwam Taxen mij ook nog voorbij stuiven en al gauw liep Peter me ook al voorbij en Dik Smit liet ook al zijn hiel zien, ja toen was het wel even doorbijten. De enigste die me nog voorbij ging was de man met de hamer, maar ik gaf niet op en in 43 min. en nog wat wist ik toch niet helemaal als laatste binnen te komen.

Maar het scheelde wel 3 min. met mijn snelste tijd. maar ja de volgende keer beter misschien. Met de wintercompetitie bijvoorbeeld, die ook weer van start is gegaan. De eerste wedstrijd was in Bergen aan Zee. Het was mooi weer, niet echt winter, want dan loop je niet zo vaak in je hemdje en in een korte broek. De opkomst was groot, althans wat NOVA betrof, de rest stelde niet zo veel voet. Het werd dus een NOVA onderonsje. Leo ging erg voortvarend weg door flink de kop te nemen. Daar keken we dus wel even van op. We dachten eerst dat de organisatie Leo als haas had aangetrokken, maar dat was een vergissing. Leo verschoot er toch van, liet zich af zakken en liep verder tussen z'n eigen kaliber (mezelf en konsorte). terwijl zich op kop de strijd voortwoerde streed ikzelf in de middenmoot.

Dat is op heden mijn plaats, daar heb ik het maar mee te doen. Lauw en Ben gingen me even te hard maar na het keerpunt ging het even beter maar Leo kwam gevaarlijk dichtbij. Hij mag dan een snelle starter wezen, ik ben een snelle finisher en in de laatste kilometer kwam ook Aad nog achter me aan maar ik had nog een versnellingkje in huis en wist me na 8 km. ploeteren door zand en zakkertjes land toch met 32,5 min. ergens in de midden te handhaven. Op de kop werd er flink aan gescheurd Niek en Taxen waren pittig op dreef en kwamen als eerste aan, gevolgd door (weer. hij) Pieter. Kort erop kwamen ook Hans en Sjaak, maar aangezien hij schoenmaat dekschuit heeft liep hij op blote voeten omdat Sjaak bang was door plotseling opkomende vloed. op zee op te drijven. Dat was slim bekeken Sjaak. Die schuiten is nog allemaal ballast ook, zo scheelde het weer een paar kilootjes minder mee te sjouwen. Dat was in de uitslag wel te zien, je zat lekker van voren. Dus Nova mensen, neem een voorbeeld aan Sjaak, gooi al die dure sportschoenen maar weg.

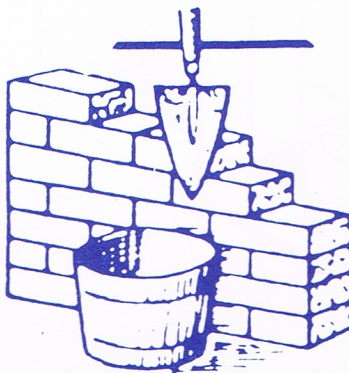
We gaan voortaan op blote voeten want het spreekwoord zegt: (kijk maar naar Sjaak), wie niet waagt wie niet wint.

Tot schrijfs Ger.

Bouwbedrijf W. van Westen b.v.



Algehele verzorging
van ontwerp tot aflevering



Watermolen 4 - SCHAGEN — Tel. 02240-96363
Witte Paal 106 - Tel. 02240-15300 of 15900

SCHILDERWERK HOEFT NIET TE
DUUR TE ZIJN

Voor al uw

ISOLATIEGLAS en

BEHANG- en SPUITWERK

Vraag geheel vrijblijvend prijsopgave bij

STRAK & KANTIG



De Cres 4
Warmenhuizen
Telefoon 02269 - 1998

Altijd de
goedkoopste
Niet goed,
geld terug!!



winkel
Generaal Cronjéstr. 12
Haarlem Tel. 023-274692

BESTUUR

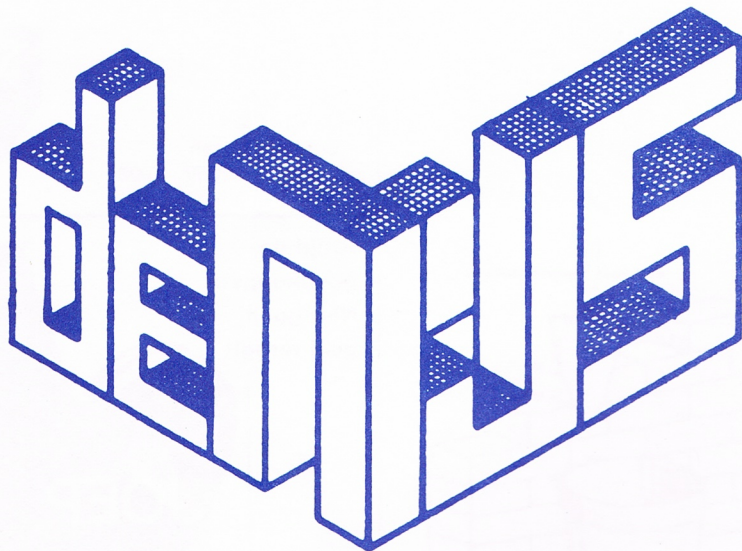
Theo de Nijs	De Baan 33, Warmenhuizen (voorzitter)	1964
Piet v. d. Welle	Sportlaan 20, Warmenhuizen (secretaris)	2339
Anneke Smit	Oudewal 1, Warmenhuizen (Peningm.)	1769
Joop Nota	Dorpsstraat 71, Tuitjenhorn	1602
Glen Pronk	Oase 34, Tuitjenhorn	1838
Truus Rood	Pimpelmeesstraat, Warmenhuizen	2036
Piet Meijer	Oudewal 7, Warmenhuizen	2653

REDAKTIE NOVAKRANT

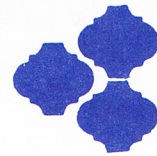
Sjaak Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Koos Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen	1433
Anja Pronk-Dekker	Fabrieksstraat 20a, Warmenhuizen	3434
Truud Dekker-Boekel	Kalverdijk 29, Kalverdijk	2869
Mariska Tesselaar	Stationsstraat 81, Warmenhuizen	3600
Paul Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen (illustr.)	1433
Silvia Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Karin Rozen daal	Rijperweg 54, St. Maarten	2814



**Bouwbedrijf
M.J. de Nijs en Zn. B.V.
Warmenhuizen**



**NIEUWBOUW
VERBOUW**



TEGELZETBEDRIJF

THEO DE NIJS

Uw adres voor alle
tegelwerkzaam-
heden met
vrijblijvende
prijsopgave

**Baan 33
Warmenhuizen
Tel. 02269 - 1964**

**Supermarkt
HOOGBOOM**

Eigen inkoop op de veiling van groenten en fruit. Wij snijden onze groenten zelf en gebruiken GEEN kleurstoffen.

Dagelijks verse aanvoer van zuivelprodukten. Brood van de warme bakker.

Voordelig winkelen door middel van altijd laag geprijsde artikelen.

Planten en bloemen.

Ook verzorgen wij graag uw fruitmand of levensmiddelenpakket voor elke gelegenheid.

"DE SMIDSE"

H.J. Heman
Warmenhuizen
Dorpsstraat 158 - Tel. 1223

HUISHOUDELIJKE ARTIKELEN
RIJWIELEN
SANITAIR
CENTRALE VERWARMING
GAS- EN
WATERLEIDING-
INSTALLATEUR
KADO-ARTIKELEN

**EIGEN
SERVICE-WERKPLAATS**

AMBACHTELIJKE SLAGERIJ

LEO DE PEE

Dorpsstraat 38 - Tuitjenhorn
Telefoon 02269 - 1354

VITTORIO

SPORT, TOUR en RACEFIETSEN

Grote kollektie

SPORT en RACEKLEDING

**SPORTHUIS
JAN GROOT**

Houttil 2, Alkmaar (bij Waagplein), Tel. 072 - 11 61 27



UITSLAG COOPERTEST

AV NOVA 1988

<u>Naam</u>	<u>1988</u>	<u>1987</u>	<u>1986</u>	<u>1985</u>
Hans Pater	3550m.	-	-	-
Nico Barsingerhorn	3543m.	-	-	-
Willem Dekker	3519m.	3650m.	3510m.	3358m.
Sid Smit	3488m.	3500m.	3580m.	3525m.
Peter Robert	3465m.	3420m.	3395m.	-
Theo De Nijs	3449m.	3425m.	3443m.	3458m.
Leo Suiker	3431m.	3380m.	-	-
Jan Hoogeboom	3425m.	3410m.	3450m.	3475m.
Ger Schrijver	3420m.	3440m.	3560m.	-
Pieter Jongeneel	3400m.	-	-	-
Lou Groot	3361m.	-	-	-
Dick Smit	3300m.	-	3425m.	-
Ronald Schipper	3300m.	-	-	-
Tino Dekker	3275m.	-	-	-
Marc Slot	3275m.	-	-	-
Bobbes de Ruyter	3245m.	-	-	-
Jan van Wonderen	3231m.	-	-	-
Aad Vader	3205m.	-	3165m.	-
Piet Meijer	3195m.	3360m.	3475m.	3363m.
Hans de Jong	3175m.	-	-	-
Maarten Gelderman	3170m.	3037m.	3170m.	-
Jaap Nieuwland	3125m.	3060m.	2890m.	-
Piet Stuyt	3125m.	3190m.	3190m.	3075m.
Jaap de Jong	3034m.	-	-	-
Ton Duimel	3031m.	-	-	-
Sjaak Bes	3025m.	3200m.	3050m.	2550m.
Ad Ligthart	3025m.	-	-	-
Dik Pronk	2986m.	-	-	-
Piet van de Welle	2947m.	2925m.	2972m.	2950m.
Jos Kraakman	2850m.	2875m.	-	-

Het parcoursrecord dateert van 25 september 1986: Jos Hoogeboom 3760m.

Jeugdhoek

Hallo allemaal,

De vorige keer schreef Hanneke de Jeugdhoek, nu is het mijn beurt. (Joop)

Aan de oproep om een tekening, raadsel enz. hebben weinigen gehoor gegeven.

In het verleden kreeg de redactie meer inzendingen van de jeugd. Misschien de volgende keer? Eerst wat nieuws over de crosscompetitie 12 nov. a.s. is de eerste wedstrijd. Zo spoedig mogelijk opgeven. Ook de pupillen C kunnen dit jaar deelnemen. 19 Nov. is er een indoorwedstrijd in Hoogkarspel. Voor deze wedstrijd moet jezelf betalen n.l. f4,- + vergoeding aan de chauffeur. Normaal voor de cross betaalt de vereniging de inschrijfkosten. Voor inlichtingen kun je terecht bij de trainers(sters). 3 Nov. a.s. gaan we voor het eerst weer in de zaal trainen.

Denk aan schoenen de schoenen met lichte zool. De congieerger is zeer streng op dit punt! Jammer genoeg stopt Siem Boekel met training geven. Door drukke werkzaamheden elders kwam hij in tijd nood. Siem bedankt voor al je leerzame lessen en succes bij je werk. Lowiet en Ben trainen nu de groep van 5 tot 6 uur.

Dit doen ze ze allebei enthousiast. De inzet van de atleten is heel belangrijk.

Goed opletten bij de warming up. Hier doet Ben veel rek en strek oefeningen.

Vaak wordt er nog wat gekletst onder de W up. Jammer, want wil je geen blessures oplopen, dan kan je niet goed genoeg luisteren en uitvoeren en later zelf in de praktijk brengen. Hanneke en Lowiet vogen sinds Oktober de JAL cursus bij Lycurgus in Krommenie. Een cursus, waarbij allerlei oefeningen op atletiek gebied geleerd worden, zodat zij dit op de Nova mensen kunnen overbrengen.

De leden, die na de binnentraining van 4 tot 5 uur buiten willen lopen (1000 m.) kunnen dit doen na 5 uur. Neem dan wel extra schoenen en kleding mee.

Dit als voorbereiding op de cross. Waarschijnlijk komt Sinterklaas met zijn knecht 1 Dec. bij Nova op bezoek. Vorig jaar was het heel gezellig.

Weet je nog hoe goed Ben op z'n handen liep! Dus 1 Dec. wordt het vast een leuk feest.

Tot slot nog iets over het stallen van de fiets. Bij de sporthal is dit geen probleem, hier zijn voldoende rekken. Bij de Novabaan is het de bedoeling dat je deze neerzet buiten de poort. Tegen een boom, deze staan er genoeg.

Misschien komen hier ook fietsenstandaards of een rek. Zorg ook voor een goed slot op je fiets en voor goed licht. Tot de volgende keer.

Joop.

Grote clubactie.

Deze is goed geslaagd dit jaar. Cees v.d Vaart heeft er heel wat uren aan besteed. Cees bedankt. Ook alle lotenverkopers en de kopers bedankt.

Uitslag op 16, 17 en 18 Nov. in de regionale kranten.

Bladerdeeg Hoorntjes.

Benodigheden: (voor 4 hoorntjes). 1 pak bladerdeeg(dieevries), 1/4 ltr. slagroom,
4 rein blije perzikschiifjes (kunnen ook andere vruchtjes zijn),
1 fles aardbeiensaus, stevig aluminiumfolie. oven.

ZO MAAK JE DE HOORNTJES.

Leg de bevroren plakjes op een bord en laat ze ontdooien.
Maak van 1½ plak een lange plak. Snijd die door en plak de uiteinden op elkaar.
Van het aluminiumfolie draai je een hoorntje. Draai de repen bladerdeeg om het
aluminiumhoorntje. Bak de hoorntjes af koelen en haal daarna het aluminiumfolie
eruit. Voor de vulling klop je slagroom met eetlepels suiker tot het goed stijf is.
Met een slagroomspruit vul je de hoorntjes. Giet dan nog wat aardbeiensaus over
de slagroom en leg er wat vruchtjes op leg ze op een mooi bord neer en

EET SMAKELIJK!

Groetjes van de Nova kok

Nu nog een stukje van de redactie:

19 oktober: Woensdagavond, door Anja uitgezocht als type avond.
Dit heeft tot gevolg dat we weer enkel met vrouwen zitten te typen.
Silvia, Karin, Anja en Truud. We mochten ook niet praten, want anders
kan Klaas de doelpunten niet zien.
De vaste schrijvers worden bedankt voor de stukjes.
Joop heeft de jeugdhoeke verzorgd, Piet diverse uitslagen en mededelingen
van het secretariaat, Taxen z'n gebruikelijke voorzittersoppepper, Ger het
schrijversnieuws, Marian en Peter allerlei wetenswaardigheden en Dick haalt
oude koeien uit sloot. Fijn dat we altijd op jullie kunnen rekenen.
De volgende krant komt uit in de kerstvakantie. Dus als er mensen zijn
die hun gedachten een keer op papier willen zien, dit is jullie kans,
lever de geschreven of getypte stukjes in bij één van de redactieleden.
Het is vooral leuk om van de jeugd wat wedstrijdverslagen te krijgen.
Is het niet mogelijk dat bij iedere wedstrijd, waar jullie met een groepje naar
toe gaan, er één van de deelnemers een stukje over die dag schrijft?
We wachten erop!

Groetjes "De Redactie".