

2004/5

Novabestuur:	Functie:	Adres:	Telefoon:
Jos de Groot	Voorzitter	Kanaalweg 26	WH 0226-39 2405
Piet van de Welle	Secretaris	Sportlaan 20	WH 0226-39 2339
Yvonne Boerdijk	Penningmeester	Oudewal 60	WH 0226-39 4735
Joop Nota		Dorpsstraat 71	TH 0226-39 1602
Theo de Nijs		De Baan 33	WH 0226-39 1964
Piet Meijer		Oudevaart 40b	WH 0226-391424
Piet Stuyt		De Kloet 3	TH 0226-39 3177
Nelina Bruin		Wieder 25	WH 0226-39 2209
Louis Suiker		Burg. Noletstraat 4	WH 0226-39 2577
Theo Tesselaar		Rijperweg	St. Maarten
Telefoon Novakantine			0226-39 1082

Belangrijke informatie:

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van 1 jaar en loopt vanaf moment van inschrijving. Daarna van jan t/m dec, Betaling van de contributie bij aanvang van het jaar, een rekening wordt u toegezonden

Contributie:	Pupillen:	€ 45,00 per jaar
	Junioren	€ 55,00 per jaar
	Senioren	€ 70,00 per jaar
	Steundend lid incl. Novakrant	€ 15,00 per jaar
	Donateur	€ 5,00 per jaar
	Sportief wandelen	€ 70,00 per jaar

Opzeggen van het lidmaatschap 3 maanden van tevoren bij Yvonne Boerdijk, Oudewal 60 1749 CC Warmenhuizen. Bij voorkeur schriftelijk

Redactie van het Nova clubblad: Email adres: Novakrant@hotmail.com

Nel Meijer	Oudevaart 40b	WH	0226-39 1424
Margret de Boer	Dergmeerweg	TH	0226-39 3709
Maaïke Groot	Surmerhuizerwg 8a	Eenigeburg	0226-39 0554
Kirsti Ootjers	Slochterwaard1C	Alkmaar	072-540 3250
Lia Raat	Westfriesedijk	Schoorlham	

Trainingstijden vanaf 1 april 2004

Dinsdag:	Op de Nova baan
19.30 tot 21.00	Senioren
Donderdag:	Op de Nova baan
16.00 tot 17.00	Jongens en meisjes 6 t/m 7 jaar
18.00 tot 19.00	Jongens en meisjes 8 jaar
19.00 tot 20.00	loopgroep Louis
19.30 tot 21.00	loopgroep Peter

Vrijdag	Op de Novabaan
17.00 tot 18.00	Jongens 9 t/m 10 jaar
18.00 tot 19.00	Meisjes 9 t/m 10 jaar
19.00 tot 20.00	Junioren jongens en meisjes

Sportief wandelen: Vertrek bij het Zandspoor

Maandagmorgen

9.00 uur

Zaterdagmiddag vanaf 2 oktober

15.00 uur



Marian Leijen, Henry Hofman, Monique Schrijver
Maaïke Tesselaar

Peter Robert

Peter Robert
Miriam Ligthart

Redactioneel september 2004

Hallo allemaal !

Ook dit keer weer zoals jullie zien, een goed gevulde nova krant. Leuk om te lezen hoe de diverse wedstrijden het afgelopen zomerseizoen zijn verlopen, ook al is het soms al een tijdje geleden. Niet alleen de jeugd heeft zich van zijn/haar beste kant laten zien, ook de volwassenen deden hun uiterste best.. Je kunt in deze krant diverse uitslagen nalezen van vrijdagavond wedstrijden en pupillencompetitie.

Verder kun je het stukje van onze voorzitter lezen, Theo Tesselaar een stukje over "Rijpernieuwttjes", en van de jeugd heeft Gerjo Elsenaar een stukje over de Nederlandse kampioenschappen beddenrace geschreven. Nel en Piet hebben een vakantieverslag geschreven. Mensen bedankt maar weer.

Peter en Marian maken de datums bekend van de wintercompetitie 2004-2005. Hopelijk zijn er vele aanmeldingen, zodat we met enthousiaste Nova leden een leuke wintercompetitie kunnen lopen.

Nova bestaat volgend jaar 25 jaar de feest commissie is bij elkaar gekomen en heeft alvast een paar belangrijke data vastgesteld. Noteer ze alvast in je agenda, zodat je er niets van hoeft te missen.

Wij van de redactie hopen dat jullie het allemaal leuk hebben gehad deze zomer, op vakantie en op de atletiekbanen. Dat jullie de kermis hebben overleefd, of misschien hebben sommigen van jullie te diep in het glaasje gekeken. Dat mag de pret niet drukken want wij verwachten dat jullie met z'n allen op 4 september aan de startlijn verschijnen van de verlichtingsloop.(als de nova krant verschijnt is dit evenement al achter de rug). Laten we hopen dat we kunnen napraten over een geslaagd aantal deelnemers. En de uitslagen staan al in deze krant

Verder heeft iedereen denk ik volop mogen genieten van de olympische zomerspelen in Athene. Ons kleine landje heeft het toch maar weer 22 medailles mogen winnen. Vooral 's avonds het praatprogramma van Mart Smeets was erg leuk om te kijken. We wachten vier jaar dan kunnen we weer genieten van de spelen in Peking.

De volgende nova krant, alweer de laatste van dit jaar, wordt in elkaar gezet op **3 november** . Jullie ingezonden stukjes inleveren **voor 24 oktober**. Wij van de redactie hopen dan weer op een dikke nova krant.

Met een sportieve groet van de redactie



Van de voorzitter,

De afgelopen dagen liep mijn kanis eigenlijk best om. Tussen de Spelen en het rotweer door waren er zakelijke beslommeringen en moest ik tot de ontdekking komen dat af en toe afscheid nemen van het poldermodel best nuttig kan zijn. Met mijn karakter wil dat het liefst zo kort mogelijk. Af en toe eens flink schelden en ongenueanceerd je mening geven schijnt toch te helpen, moest ik in mijn arbeidskring ervaren. Mensen wat gaat het slecht in de agrarische sector. Als verkoper van planten voel ik me af en toe meer sociaal werker dan verkoper. Je probeert de mensen met relativerende opmerkingen op te beuren. Al weet je zelf al niet meer wat voor opmerkingen je daarbij moet maken. Nederland lijkt de concurrentie met andere landen niet meer aan te kunnen. Waar we vroeger mijlenver voor lagen in kennis en voorlichting dreigen we nu de slag te missen. Het gevolg is dat in landen om ons heen veel meer (te veel) geproduceerd wordt, met behulp van "goedkope" Poolse arbeidskrachten. In de toekomst zal er voor weinig ondernemers ruimte blijven in de agrarische sector en zal er productie naar Polen en andere voormalige Oostbloklanden verdwijnen. In ieder geval ben ik zelf alweer aan vakantie toe, dus zullen we na de Verlichtingsloop het eiland Madeira met een bezoek vereren.

Verlichtingsloop

In deze uitgave van de Novakrant zult U ongetwijfeld een programma van de verlichtingsloop vinden.

De voorbereidingen zijn al tijden in volle gang, want de 25^{ste} editie moet als het half kan goed slagen.

Dat kan door mee te doen of mee te helpen, vooral als we opbouwen en afbreken kunnen we veel hulp gebruiken. Dus meldt je aan dat kan bij David 392209.

Golden Three

De Verlichtingsloop maakt deel uit van de Golden Three. In Tuitjenhorn en Kalverdijk is dat al achter de rug. Ik moet zeggen dat ik daar heel mooie sport gezien heb. De hele regionale top deed mee. Ook veel NOVA-leden gelukkig. De finale is bij de Verlichtingsloop.

Accommodatie

Met de nieuwe accommodatie kunnen we weer van voren af aan beginnen. Met een nieuwe wethouder en een nieuwe burgemeester konden we de zaak weer opnieuw gaan uitleggen. Zo langzamerhand wordt het tijd voor een actie met de leden van NOVA. Massaal naar het gemeentehuis om ons standpunt kracht bij te zetten.

De gemeente deed een keuze voor Sportpark Noorderlicht, maar willen de kosten van hun keuze niet dragen. Wij zijn en waren voorstander de sport zo dicht mogelijk bij elkaar te houden. Omgeving zwembad dus. Hier ligt een infrastructuur, daarmee bedoel ik gas, water, elektriciteit, wegen en parkeergelegenheid. Daar hoeft dan alvast niet in te voorzien. Kost dus minder. Doorgaan!!!!

Clubkampioenschappen

Als U dit leest zijn die achter de rug, zowel voor jeugd als voor senioren. Als ik nu naar buiten kijk hoop ik dat het droog genoeg is om het door te laten gaan, want weergoden zijn ons niet erg goed gezind op dit moment. Verder hoop ik dat deelname groot mag zijn, want veel of weinig deelnemers, de voorbereiding kost evenveel tijd.

Tot slot hoop ik dat de wintertrainingen goed bezet worden en dat velen aan de wintercompetitie mee gaan doen.

Jos

Mededelingen van de jubileumcommissie

Beste Nova-leden,

Volgend jaar bestaat Nova 25 jaar. Om dit een feestelijk tintje te geven is tijdens de jaarvergadering van dit jaar besloten om een jubileumcommissie op te richten. Deze commissie heeft in overleg met het bestuur een aantal activiteiten bedacht die we volgend jaar gaan organiseren. Natuurlijk doet de commissie dat niet allemaal alleen, daar is hulp van veel andere Nova-leden bij nodig. Om alvast een tipje van de sluier op te lichten en er voor te zorgen dat iedereen zijn agenda voor 2005 vrij houdt, staat hieronder het jubileumprogramma voor 2005. Uiteraard zal er nog veel meer bekend gemaakt worden in de Novakrant of via andere publicaties. Zorg er dus voor dat je de genoemde data alvast in je agenda zet!!!!

Zaterdagavond **16 april** Grote Nova reunie voor alle leden en ex-leden van 16 jaar en ouder

Zondag **12 juni** Zeskamp voor alle Nova leden van jong tot oud

2 en 3 juli Nova weekend voor de Nova jeugd van 6 t/m 12 jaar

Voor de jeugd van 13 t/m 15 jaar wordt ook nog een leuke activiteit georganiseerd. Dat horen jullie later nog.

Tot zover de eerste informatie.

De jubileumcommissie:

Theo Tesselaar, Miriam Dekker, Sandra Jansen en David van der Welle

Nova heeft sinds kort ook een speciaal jeugdbestuur:

Theo Tesselaar	Rijperweg	St. Maarten	tel. 0226-39 1082
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	tel. 0226-39 4735
Miriam v.d. Welle	Verzetslaan 43	Warmenhuizen	tel. 0226-39 3991
Irene Glas	Schelphk. Nrd. 40	Warmenhuizen	tel. 0226-39 5169
Carol Buiter	Trambaan 3	Warmenhuizen	tel. 0226-39 4303
Lidia v.d. Berg	Oudevaart 42	Warmenhuizen	tel. 0226-39 4748



NOVA-Kompas-Wandeling 26 september 2004.

De Sportief Wandel afdeling van AV NOVA organiseert i.s.m. Kompas Outdoor World een wandeltocht op de wereldhartdag 26 september.

Afstanden: 25 - 15 - 10 - 5 km.

De route voert door de mooiste plekjes van Harenkarspel, door Warmenhuizen, Tuitjenhorn, Eenigenburg, Valkoog, Groenveld, Dirkshorn, St.Maarten. Deels over de monumentale Westfriesedijk en over prachtige graskades.

Vertrekpunt en inschrijven: Novaterrein, Oostwal, tussen Warmenhuizen en Tuitjenhorn. Inschrijven vanaf 9 uur. 25 km tot 10.30 uur; 15 km tot 12 uur; 10 km tot 13 uur en 5 km tot 13.30 uur. Inschrijfgeld bedraagt € 3,-; kinderen t/m 11 jaar € 1,-

Het geld komt ten goede aan Piet Jonker, die nu van Wamenhuizen naar Rome loopt om geld in te zamelen voor een ziekenhuis in Borneo; de Nederlandse Hartstichting én NOVA.

Ook worden op deze dag demonstraties Nordic Walking en Sportief Wandelen gegeven.

Informatie: Piet van der Welle 0226-392339 / Peter Robert. 0226-393338.

Heel andere activiteiten van een NOVA-lid.

Een paar maanden geleden belde Gre Bleeker, één van de trouwe leden van de maandag-ochtend-sportiefwandelgroep, met de mededeling dat ze voorlopig niet meer kwam wandelen omdat ze moest trainen voor haar fietstocht naar Rome. Ik wenste haar veel succes en hoopte haar na de fietstocht weer te zien bij de wandelgroep. Pas later begreep ik uit de krantenverhalen dat Gre niet 'zomaar' naar Rome fietst maar voor een goed doel: geld inzamelen voor een parochie in het noordwesten van Kenia. Ze is half augustus vertrokken en komt half september weer thuis. Mede namens alle SportiefWandelaars wens ik Gre (en haar man natuurlijk) veel succes met de fietstocht én inzameling van geld voor het mooie goede doel. Daarnaast reken ik er ook een beetje op dat Gre een reisverslag(je) maakt voor de volgende NOVA-krant.....

Peter.

Let op, Sportief - en Nordic Wandelaars.

Ingaande de zaterdag na overgang naar Wintertijd starten we weer om 15.00 uur!

Cursus Nordic Walking.

De eerste cursus was een groot succes. Op zaterdag 16 oktober as. om 14.30 uur start ik weer een nieuwe cursus op. Deze duurt 8 weken, er wordt gewerkt in groepen van 6 - 8 personen. Vertrekken bij Bezoekerscentrum Schoorl.

Kosten van deze cursus zijn voor **NOVA-leden € 15**. Niet NOVA-leden betalen € 65, zij krijgen, indien zij na de cursus lid worden van NOVA, € 15 korting op het lidmaatschap. Als je wilt deelnemen aan de cursus geef je dan z.s.m. bij mij op.

Peter.

Vakantie in de Hohe Tauern

De Hohe Tauern is een natuurgebied in de Oostenrijkse Alpen, het ligt in de provincie Karinthie. De Grossglockner is de hoogste berg van Oostenrijk 3797 m. In die omgeving hebben wij 12 dagen gewandeld met rugzak van | 8 à 9 kg. In principe was het een 6daagse wandelreis, wij hebben er voor gekozen om in elke hut een dag extra te doorbrengen. Dit is zo goed bevallen, het geeft een relaxt gevoel om de volgende dag op je gemak foto's te maken, planten te bekijken en als dat kan zonder rugzak te wandelen.

Op dinsdag 27 juli (op Piet zijn verjaardag) zijn we begonnen, het was meteen een pittige wandeling van 1450 m stijgen en 50 m dalen afstand 15 km. Duur 7 uur. Rond 8.30 uur gingen we van start in Bruck na een heerlijk ontbijt en een lunchpakket voor onderweg. Het was | 18☐ bewolkt, voor het wandelen ideaal, al snel ging het druppelen, maar dit duurde niet lang. Met uitzicht op de trein die de wintersporters naar Kaprun brengt liepen wij richting de berg die ons naar de Gleiwitzerhütte op 2150m zou brengen. Een prachtige wandeling die ons eerst langs een riviertje leidt en dan langzamerhand beginnen we te stijgen. Regelmatig is het zo bewolkt en mistig dat we niets zien, maar op de juiste momenten als er sprake is van mooie uitzichten kunnen we daarvan genieten. Later wordt het echt regen, en lopen we als 2 verzopen katten door een zompig pad te soppen in onze schoenen. Aangezien het per 100m stijging | 0.7☐ kouder wordt daalde de temperatuur tot 3☐ bij aankomst van de hut. Onderweg prachtige bloemen gezien de Vanille orchidee die naar Vanille ruikt maar niet vandaag het was zo koud dat je het niet kon ruiken. Bij aankomst in de hut werd de kachel opgestookt en binnen een mum van tijd waren we weer helemaal doorgewarmd en met een glühwein onder handbereik hadden we een voldaan gevoel. De volgende dag nog steeds koud 3☐ maar wel zonnig en een koude wind. We zagen op de bergen dat er verse sneeuw was gevallen. De Rettenzink was ons doel 2510 m maar de wind stond zo ongunstig zo koud dat we er alleen maar naar hebben gekeken en onze pijlen gericht op de Imbachshorn 2470m. Met een prachtig uitzicht over Zell am See. Volgens onze informatie zou er richting De Hoche Tenne een veld met Edelweiss staan, wel allerlei andere prachtige bloemen nu wel de vanillegeur geroken van de Vanille orchidee maar geen Edelweiss. Bij navraag in de hut bleek het tegen het huis te staan.

Donderdag 29 juli 21 km. dalen 1320 m. stijgen 650 m. duur 6.5 uur. naar Trauneralm 1533m zonnig 5☐ start 8.30 uur.

Een wandeling die het op onze knieën heeft voorzien, gelukkig hebben we ieder 2 stokken, dat wandelt een stuk prettiger, Piet krijgt last van een blaas, compeed erop en hopen dat het niet erger wordt. Deze keer veel vlinders op ons pad in allerlei kleuren. We worden door Nederlanders gewaarschuwd om een bord te negeren dat verbiedt om erin te gaan, het alternatieve pad is zo zwaar. Wij hebben eigenlijk geen keus, wij moeten niet naar Fusch. We snappen eigenlijk niet wat er aan de hand is het pad is goed, maar opeens horen we werkzaamheden in het bos, waardoor het misschien toch niet zo ongevaarlijk is. Al heel snel gaat ons pad een andere richting in en dat loopt wel weer ontspannender. In Ferleiten is er gelegenheid om een biertje te nemen, maar geen pinautomat. (het leven in de bergen is erg duur) Piet raakt liftend naar Fusch, dit gaat niet zo eenvoudig maar na ruim een uur komt hij terug, en kunnen we ons verdiende biertje nemen. Nog 2 uur te gaan, het is ondertussen 16.00 uur. We lopen heerlijk ontspannen een wandeling langs een riviertje met uitzicht op de Grossglocknerstrasse. Opeens komt er een busje met daarin een verhitte jonge vrouw te gebaren en te wijzen. De auto stopt en zij vraagt in het engels of wij naar de Trauneralm gaan, ja dat klopt, wel zij hebben haast ze moeten naar het vliegveld, zij zijn de uitbaters van de Trauneralm, het eten staat klaar er wordt uitgelegd waar alles staat en we moeten maar zien waar we gaan slapen er liggen handdoeken bij de douche, en of we alsjeblieft voorzichtig met het vuur om willen gaan, want het is een oud gebouw en van hout. Zij komen pas de volgende dag weer terug.

We waren wel heel nieuwsgierig waar we nu toch terecht zouden komen, eindelijk zagen we daar een aantal huizen, maar welke was nu de Trauneralm er stond geen naam of bordje. Bij het laatste huis zagen we mensen en daar bleek dat we bij het eerste huis moesten zijn. Een prachtig huis gebouwd in 1890 compleet nog in stijl, een brede gang

die toegang geeft naar de kamers geen stromend water maar wasbakken en lampetkannen. We hebben het hele huis bekeken, 3 verdiepingen wel 15 kamers, een eetzaal, voorraadkamers waar ook de douche in stond. Een ouderwetse keuken met een prachtige houtoven, werd niet meer gebruikt. En daar zaten we met zijn tweeën, onvoorstelbaar.

Vrijdag 30 juli "Ruhetag " om 17.00 werd er aan ons gevraagd hoe laat we wilden eten. Rond 18.30 is ons antwoord, wel dan zou ze wel weer wat klaarzetten, want ze ging weer terug naar Bruck en weer zaten we daar alleen in dat grote huis.

Zaterdag 31 juli 10 km. stijgen 1150 m. dalen 550 m. duur 6 uur.

We moesten op tijd vertrekken i.v.m. kans op onweer om 7.45 uur vertrokken wij uit ons bijzondere verblijf naar Glocknerhaus 2132m.

Meteen vanaf de Trauneralm is het een pittige klim naar de bergpas Untere Pflandscharte 2665 m. We zien de gems en horen regelmatig de hoge alarmkreten van de Alpenmarmot. In de verte zien we de pas liggen maar eerst moeten we een sneeuwveld bedwingen, waarbij we inschatten dat het 4x het klimduin is, ook zien we voetstappen van voorgaande wandelaars. Bij nadering van het veld zien we dat de voetstappen gaten zijn van omlaag gevallen stenen en 4x het klimduin duurde ruim een uur. Maar dan bereiken we de pas. Een overweldigend gezicht rondom sneeuw, ijsvlaktes en ijsmeren. Uitzicht naar het dal waar we vandaan komen. Op de Spielmann berg 3027 m rechts van ons lopen 2 mensen, Piet oppert dat we dit ook nog wel kunnen doen. Ik bedank daarvoor, maar zeg dat hij het mag doen. Het is nog even afzien maar daarna hebben we uitzicht op de Grossglockner en zien we met de verreijkker verschillende groepjes die naar de top lopen. We zien het Glocknerhaus en een terras dat ziet er goed uit.

Zondag 1 aug. gaan we naar de Salmhutte vanuit deze hut is in 1800 op 25 juli de eerste beklimming naar de Grossglockner gemaakt. Toen nog een hele onderneming nu zie je ze bij bosjes tegelijk de berg opgaan. Maar het blijft natuurlijk een fascinerend iets. 's Avonds spraken we 2 Nederlanders die een testronde maken van de

Grossglocknerronde en daar een verhaal over schrijven wat uitkomt in het blad "Limits"

Maandag 2 aug. 16.5 km. dalen 1100 m stijgen 300 m duur 6 uur. Niet erg mooi weer, koude wind, wat druppels. Maar we hebben de wind wel in de rug dat valt weer mee. Het begint met een pittige klim naar de Grossglocknerstrasse, waar veel toeristen komen omdat je er met de auto kunt komen, en er veel informatie is over het gebied. Je kunt met een liftje naar beneden en dan nog een stukje lopen en dan sta je op de gletsjer. (het liftje kwam vroeger tot aan de gletsjer maar door het smelten van de gletsjer moet je nu nog een heel eindje dalen) Een bijzonder gezicht, zo'n overgebleven ijsmassa uit het ijstijdperk. Hier hebben we lekker koffie gedronken met taart, de eerste in de vakantie. Onderweg kwamen we een hardloper tegen die aan het trainen was voor een bergloop. Het koste hem zo te zien niet veel moeite, wij hadden bewondering voor hem, want dalend is het toch niet zo eenvoudig. Dat ondervonden wij met soms wel stappen van 50 cm. hoogteverschil. Ondertussen was het warmer geworden en hebben we op een bankje bij een beekje lekker even gezeten. In Heiligenblut aangekomen eerst een terrasje pikken met een lekker verdiend koud biertje. Daarna op weg naar weer een nieuw onderkomen.

Dinsdag 3 aug "ruhetag " Vandaag naar Heiligenblut een toeristisch plaatsje met zijn eigen "miracle " er is daarom een kerkje gebouwd en trekt veel bejaarden en voor de rest is er niet veel te beleven.

Woensdag 4 aug. 11 km. duur 7 uur 1700 m stijgen dalen 0 m Zittelhaus 3106 m Een zware dag vandaag, mooi weer, een prachtige wandeling, heel afwisselend wandelpaden, asfaltweggetjes, puinhellingen, sneeuwvelden. Langs een toeristisch nagemaakt goudelversdorpje. (Ooit is er goud gevonden 10% v.d. wereldproductie). Af en toe zien we onze hut heel hoog op een puntje van een berg lijkt het wel. Op 2500 m zien we een prachtig azuurblauw kaarmeer (Zirmsee)rimpelloos. Het ziet er uitnodigend uit, maar er drijven ijsklompen in. We blijven even genieten van het uitzicht, maar gaan dan weer verder nog 600 m te gaan. Het wordt een klauterpartij goed uitkijken, grote keien en stenen vol met prachtige korstmossen in allerlei kleuren.

Na verloop van tijd komen we op een sneeuwveld, die moeten we weer oversteken. Van de hut geen enkel teken, alleen maar sneeuw. We schatten het nu te zwaar in met 40

minuten hebben we de hut in zicht en in het gehoor. Er komt een ronkend geluid vanuit de hut, ik zie en hoor een aggregaat en mannen die aan het jekkeren zijn. Niet echt romantisch op 3100 m. Daar heb je toch een ander idee over. Maar het uitzicht is overweldigend. Hohe Sonnblick is het hoogste punt, en vanuit dat gezichtsveld zie je bergen die in de zon liggen, soms omringd door een wolk. Het is echt fantastisch. We ontmoeten Sepp een Oostenrijker die tot aan de Zirmsee is gefietst en daarna met zijn mountainbike op zijn rug lopend omhoog is geklommen naar 3100 m. Wij vonden dat wij toch wel erg ons best hadden gedaan, maar zo zie je maar weer, je hebt altijd baas boven baas. Sepp vertelde ook de reden van de werkzaamheden. Er staat sinds 1890 een meteorologisch instituut op deze berg. De berg begint te verzakken, en moet daarom gestut worden. Deze werkzaamheden duren al 5 jaar, omdat men maar 2 à 3 maanden in het jaar aan het werk kan.

Donderdag 5 aug. Ruhe tag. Het begon met een prachtige heldere dag, gelukkig snel foto's gemaakt. Want om 10.30 was het bewolkt en mistig en dit wisselde elkaar af. 's middags onweer, en konden we niet meer wandelen naar de berg die op 3200 m ligt. De werkzaamheden lagen nu ook stil, toch nog rust op onze ruhetag.

Vrijdag 6 aug. Dalen 1500m stijgen 0 m duur 6uur afstand 8.5 km.

Alweer de laatste dag, met weemoed maar met voldoening gaan we onze wandeling in, vandaag komen we 2 hutten tegen, daar moet je gebruik van maken. Als eerste de Rojacher hut vernoemd naar de laatste goudzoeker. Een heel kleine hut biedt plaats aan 10 personen en heeft een bijzondere huttenwaard. Praat als Brugman en heeft mooie uitspraken. Onderweg komen we heel wat wandelaars tegen het is een gewilde wandeling naar Hohe Sonnblick. Ook nu is het niet helder, maar qua temperatuur niet verkeerd. Er dreigt zelfs onweer, maar gelukkig blijft het uit. Bij de 2^{de} hut nemen we een heerlijk gebakje en verteld de huttenwaardin dat ze de bedenkers van onze route heeft gesproken (3 jaar geleden) op het moment dat ze bezig waren om de route uit te zetten. Met een bandrecorder alles ingesproken en vertellen wat ze aan wetenswaardigheden, flora en fauna zien.

Bij onze laatste verblijf aangekomen zien we vanaf het terras "Zittelhaus" liggen onvoorstelbaar dat je daar 's morgens nog aan het ontbijt zit, en geen 6 uur later weer in de bewoonde wereld bent.

Het was weer een prachtige actieve wandelvakantie, en nu weer op naar het volgende evenement..

Piet en Nel Meijer



Coopertest

	juli 2004	mei 2004	jan. 2004	2003	2002
		m	m	m	m
Jan Berkhout	3395	3375		3281	
Henry Hofmann	3375	3307		3260	3330
Rene de Nijs	3355	3298	3175	3270	3250
Aad Vader	3153		3089	3250	3125
Rene Strooper	3090		3000	3146	3105
Ad Ligthart	3042				3125
Rob Bouwen	2970	3096			
Aik Ligthart *	2645				
Job de Vries *	2553				
Tijs Hofmann *	2545			2225	
Piet vd Welle	2410		2515	2665	2625
Marianne de Groot	2385			2457	
Loes Suiker	2217				2333
Sjoerd de Vries *	1583				
Peter Pronk		3205		3273	
Peter Robert		3075		3134	3142
Arie Kossen		3067	2938	3090	
Eef Zuiker		3050	2976		
Ron Janssen		3028	2925	3018	
Peter Kruijer		3012	2910	2975	
Paul Valkering		2890			
Klaas Zuiker		2832			
Aad Pancras		2827	2801	2928	
Carla Latensteijn		2825			2825
Bert Groen		2793			2764
Piet Stuijt		2777	2645	2775	
Betsy Groen		2425	2468		2435
Ineke Bas		2375			
Coen Schoonheden			3340	3511	3417
Matthijs de Groot			3262	3407	3490
Esther Huiberts			2855		
Marjan Leijen			2690		2762
Ton Kuijs			2670	2665	
Yvonne Boerdijk			2385	2599	2574
Mirjam Dekker			2325	2431	
Theo Tesselaar				3485	3435
Tim				3190	
Joop Kooij				3009	2983
Petra Rol				2905	2743
Dick Smit				2830	
Louis Suiker				2820	
Bart Schalkwijk				2760	
Stafáne Pointgnt				2595	
Nel Meijer				2515	
Anniqne Mooij				2360	
Yolanda Strooper				2300	

* = jeuglid

De volgende Coopertest is 14 oktober!!! Als beloning na afloop: een lekker kopje thee met biscuitjes.

Rijpernieuwttjes

Gisteren ben ik bij het Kalvermijltje geweest. Een prachtige wedstrijd, de tweede van de Rabo Golden 3. Een andere, mooie wedstrijd sluit deze drieluik af. Ik heb het dan over de lichtwedstrijd in Warmenhuizen op 4 september.

Ik kom enorm veel NOVA collega's tegen in Kalverdijk, atleten en ook bestuurders. Op dat moment bedenk ik mij dat ik al begin juli (start zomervakantie) een stukje had willen schrijven voor onze NOVA-krant. Wij zijn dan nl. bij het NK 2004 in Utrecht geweest. Even een korte impressie. Wij hebben Erik ingeschreven voor een clinic van Nellie Cooman. Er zijn ook clinics voor hoogspringen, kogelstoten en duurlopen. Wij moeten vroeg in de morgen (half 10) verzamelen bij de baan in Utrecht. Ik heb van Pip Tesselaar een vrijkaartje gekregen, dus dat is prima voor een schrale Rijper. Onze oudste zoon, Frank, is ook mee. Na een introductie vertrekken alle deelnemers aan de clinics met hun begeleider naar de atletiekbaan. Voor de sprintclinic echt begint doet Nellie Cooman een uitgebreide warming-up. De clinic duurt van 10 uur tot de start van de NK atletiek om 11 uur. Nellie doet het erg leuk. Ze geeft alle deelnemers het gevoel, dat ze erbij horen, dat ze je kent. Kortom, een vertrouwd gevoel. Iedere deelnemer krijgt een certificaat met de handtekening van de juf. U moet nog wel weten, dat deze prachtige clinics niet eens vol waren. Bij de sprint en hoogspringen is veel belangstelling, maar bij kogelstoten en duurlopen is nog plaats zat. Dus misschien iets voor volgend jaar. We kijken nog de hele dag atletiek. Prachtige sport gezien. De jongens genieten er ook van. En dan het gemak van rondbewegen rond het terrein. Het oogt erg huiselijk, alsof het een NOVA-wedstrijd is. Ik vergelijk het een beetje met het wedstrijdschaatsen van ongeveer 15 jaar geleden. Ik vond het voor herhaling vatbaar. Heel vervelend was, dat wij drie weken later, twee bekeuringen op onze deurmat vonden van € 30,- per stuk. Op de randweg rond Alkmaar rijd je niet zo gezellig meer (en ook niet zo snel).

We genieten van een fantastische vakantie in Oostenrijk. In Tirol en ook in het Salzburgerland wandelen we veel. Een keer zelfs 5 uur voornamelijk bergafwaarts. Daar gaan de spiertjes toch wel pijn van doen. Ik vind Oostenrijk een zomerse aanrader. Niet te duur en zeer vriendelijke mensen. Wel een stukkie rijden, maar ach. Terug in Nederland staat de ronde van Tuitjenhorn voor de deur. Hier ook veel NOVA-blauw. We zien een aantal prachtige wedstrijden. Ik persoonlijk vond de overwinning van Kai Botman heel mooi (met parcoursrecord nog wel!)

Nelina mailt me de uitslagen van de 3^e en laatste vrijdagavondwedstrijd. Ik schrijf de diploma's, die misschien inmiddels in het bezit van de deelnemers zijn. Ik wil Nelina en ook David complimenteren met de organisatie van deze vrijdagavondwedstrijden.

Aankomende week (23 augustus) weer aan het werk en dan beginnen ook de bestuursactiviteiten weer. En.....U weet het. Volgend jaar bestaat NOVA 25 jaar!

De mazzel

Theo Tesselaar

WINTERCOMPETITIE 2004 - 2005 AV NOVA

De reglementen:

- de beste resultaten van 6 van de 9 wedstrijden tellen, vanaf de 7e wedstrijd krijg je 2 bonuspunten per keer. Nieuw is de bonusregeling bij de GroetUitSchoorlRun.
- de dames kennen 2 categoriën: tót 40 jaar en vanaf 40 jaar.
de heren kennen 3 categoriën: < 40 jaar; van 40 tot < 50 jaar en +50 jaar. Peildatum: 1 september 04
Een categorie moet uit minimaal 3 lopers bestaan. Bij minder dan 3 lopers worden deze door de W.commissie toegevoegd aan een andere categorie
- een "progressie-klassements-winnaar" wordt zowel bij de dames als de heren uitgeroepen door de WC-commissie
- het is verplicht om in NOVA shirt / trui te lopen

Programma:

Datum	Organisatie	Heren: km	Dames: km
3 okt.	Noorderhavenloop, Julianadorp. Organisatie SV Sportlust. Start 11 uur. Info:www.sv-sportlust.nl	14	7
17 okt.	Kermisloop Petten. Organisatie VVV. Start 11 uur. Info 06 20712401	10	10
7 nov.	Nova-loop Warmenhuizen Start 11 uur. Info 0226 392339	10,5	10,5
28 nov.	Oosterpolderloop, Westwoud Organisatie SAV. Start 11 uur. Info 0228 514990	9.4	9.4
19 dec.	Bosloop Schoorl Organisatie Nova. Start 10.30 uur. Info 0226 392339	11.6	11.6
2 jan.	Rabo Bosloop, Castricum Organisatie AV Castricum. Start 10.45 uur. Info 0251 671523	16.1	10.7
9 jan.	(Egmond) telt niet mee		
16 jan.	Ter info, telt niet mee voor competitie (Bosloop Schoorl van AV Nova)		
23 jan.	Lycurgusrun, Krommenie Organisatie AV Lycurgus. Start 10.30 uur. Info 075 6176115	16.1	10
29 jan.	Bokkenpotenloop training Den Helder - Schagen 25 km Telt niet mee. Meer info volgt in de NOVA-krant van begin januari		
13 febr.	GroetUitSchoorlRun, je krijgt alleen Bonuspunten als je mee loopt: (zowel dames als heren) 10 km. 1 punt; 21 km. 3 punten en 30 km. 5 punten		
6 mrt.	Den Helder - Schagen. Telt niet mee		
13 mrt.	Voorjaarsloop Heerhugowaard Organisatie AV Hera. Start 11 uur. Info 072 5710537	10	10
3 apr.	Clubcross	9	6

Anneke Smit en Jos de Groot vervullen samen de belangrijke functie: Hoofd-jury-lid.

De WC-commissie bestaat dit jaar uit: Betsie Groen, Rene de Nijs, Louis vd Berg, Peter en Marian Robert.

Vrijdagavondwedstijd 2 juli 2004

Uitslagen:

mini pupillen en C-pupillen Geboren: 1996 – 1997

<u>Naam</u>	<u>40 meter</u>	<u>verspringen</u>	<u>balwerpen</u>	<u>600 meter</u>
Jessie Ligthart	7.8	2.94	11.40	2.39.6
Noortje Kruijer	10.6	1.64	7.90	3.47.2
Lorette Schoone	8.2	2.75	6.70	2.49.8
Manon Wiggers	9.6	1.95	6.55	3.29.3
Marleen Bakker	9.6	2.19	6.80	3.42.9
Hester de Goede	8.8	1.90	7.80	3.11.4
Daphne Verkamman	13.7	1.62	5.30	4.44.5
Jasmijn van Duin	8.2	1.86	6.65	2.56.6
Lisa van Dijk	9.3	2.13	9.40	3.11.4
Jolijn Prins	8.0	2.57	10.80	2.32.9
Maaïke Ruiten	7.7	2.89	12.50	2.30.0
Demi Buiten	8.8	2.39	10.30	3.01.9
Lynn Glas	8.6	2.50	8.45	2.59.8
Eva Roozendaal	7.8	2.77	15.30	2.37.3
Robin Tesselaar	8.5	2.79	15.45	2.35.4
Aron vd Oosterkam	7.7	2.59	12.75	2.22.4
Job Ligthart	7.7	2.70	10.35	2.42.8
Lasse Botman	9.7	1.65	5.40	
Kai Botman	7.7	2.84	23.35	2.19.4
Oek Jongbloed	8.8	2.39	12.50	2.49.7
Tom de Goede	11.0		3.10	3.51.9
Sam de Nijs	9.4	1.91	11.05	3.36.0
Sid Hamelink	8.7	2.06	6.85	2.59.2
Ties Hamelink	11.3	1.45	4.10	
Sven Burger	7.9	2.79	14.85	2.37.6
Tom van Dijk	9.0	1.89	8.80	
Bonne Veenstra	8.8	2.31	11.15	3.02.9
Mitchel Groen	9.7	1.96	7.15	3.19.4
Jim Zutt	8.6	2.29	19.15	2.53.0
Ivar Ligthart				2.55.6

B-pupillen geboren: 1995

<u>Naam</u>	<u>40 meter</u>	<u>verspringen kogel</u>		<u>1000 meter</u>
Bas Jongbloed	8.1	2.87	3.91	4.39.4
Sjoukje Kruijer	8.8	2.09	2.76	
Lars Verkamman	7.6	2.78	4.08	4.42.3
Maud Dekker	7.8	3.02	4.20	4.37.1
Kiki Klaver	8.0	2.45	3.87	4.32.3
Rick Groen	8.4	2.29	3.26	5.33.2
Frank Nannes		1.95		

A-pupillen geboren: 1994 - 1993

<u>Naam</u>	<u>60 meter</u>	<u>verspringen kogel</u>		<u>1000 meter</u>
Jochem Jansen	10.4	3.22	4.59	4.12.5
Thomas Botman	10.5	3.22	5.91	4.03.0
Melody Ligthart	11.6	2.92	4.25	5.05.2
Lisanne Schoone	9.9	3.65	5.06	4.24.0
Jesse Smit	10.5	3.15		4.10.1
Robbert de Nijs	11.1	3.05	7.11	4.13.5
Hugo Vader	10.3	3.62	6.59	3.56.8
Nadim Akbari	13.9	2.36	3.92	

Junioren D geboren: 1992 - 1991

<u>Naam</u>	<u>80/100m</u>	<u>hoog</u>	<u>speer</u>	<u>1000 meter</u>
Odile Borghouts	9.2	1.35	10.00	4.12.1
Jaimy Schouten	9.7	1.30	17.30	3.47.7
Daan Leeuwenkamp	12.4	1.30	17.90	3.22.5
Paul Glas	15.3	1.30	16.10	4.04.4
Anne Schalkwijk	9.7		13.05	3.49.4

Junioren A/B/C geboren: 1985 t/m 1990

<u>Naam</u>	<u>80/100 m</u>	<u>hoog</u>	<u>speer</u>	<u>1000 meter</u>
Eva Leeuwenkamp	11.3	1.30	17.98	4.16.7
Nienke Rijkeboer	12.1	1.30	12.36	3.59.0
Ilse Leegwater	13.2	1.25	12.75	
Simone Schouten	13.2	1.15	14.25	4.30.9
Chiel de Ruijter	18.6	1.30	17.04	4.32.8
Tom Kuhl	17.5	1.10	17.50	4.26.4

uitslagen pupillencompetitie										
Hylas 15-5-2004	40m	ver	bal	punten	600	Hera	40m	ver	bal	punten
jongens C/mini						12-6-2004				
Kai Botman	7,4	3,08	22	1101	2.11.9		7,4	3,1	26,45	1162
Oek Jongbloed	8,6	2,63	12,73	677	2.41.1		8,6	2,49	12,79	650
Jorick Bijlsma	8,9	2,4	12,82	592	3.10.1		9,6	1,98	5,08	258
Jan Willem Tesselaar							7,4	2,86	9,38	8,16
Estafette					32,7					
meisjes C/mini										
Maaïke Ruijter	7,8	2,77	11,57	806	2.26.2		7,6	2,89	12,66	883
Robin Tesselaar	8,1	2,7	16,23	823	2.31.0		8,2	2,68	15,94	798
Eva Rozendaal	8,3	2,78	9,54	689	2.32.5		7,9	2,65	12,82	787
Demi Buiten	8,4	2,28	7,03	519	2.51.5					
Lynn Glas	8,6	2,38	7,96	532	3.03.2		8,3	2,42	9,47	708
Janine van Baar	8,6	2,48	9,23	580	3.05.2		7,9	2,57	9,46	616
Claudia Boerdijk	9	2,35	11,46	545	3.09.0		8,9	1,93	6,18	361
Hester de Goede							9,3	2,1	6,47	352
Estafette					33,7					
jongens B						40m ver bal punten 1000				
Lars Verkamman	7,6	2,87	16,98	950	4.30.9		7,4	2,68	16,54	956
meisjes B										
Davina van Perge	7,3	3,3	11,2	994	4.02.5		8	3,22	11,06	853
Kiki Klaver	7,7	2,89	9,85	813	4.28.2		7,7	2,9	11,63	850
Manouk Bijlsma	7,9	2,45	9,3	680	5.00.9		8,2	2,51	9,65	652
Liz v/d Berg	8,4	2,55	9,3	623						
Laura Strik							0	3,33	12,78	588
Estafette					30					
jongens A1						60m ver kogel punten 1000				
Erik Tesselaar	9,6	3,95	7,05	1479	3.46.8		9,8	1,2	34,05	1450
Thomas Botman	10,3	3,18	5,77	1145	3.55.6		10,4	1	19,53	1039
Luuk v/d Berg	10,5	3,06	5,2	1057	4.14.0					
Jochem Jansen	10,6	3,31	4,44	1041	4.19.4		10,2	1	19,66	1068
Thijs Hofman	10,7		3,79	599			10,4	1,05	15,8	1020
Estafette					40,3					41,4
meisjes A1										
Laura van Baar	10,6	3,35	3,81	1002	4.41.6					
Pien Stolk	10,9	3,1	4,39	957						
Madelon Kemper	10,5	3	3,26	900	4.33.9					
jongens A2						60m ver kogel punten				
Hugo Vader	10,2	1,2	6,07	1312	4.39.2		10,1	3,59	5,56	1241
Robbert de Nijs	10,6	1	6,22	1121	4.26.6		10,5	2,59	6,43	1040
Jesse Smit	10,4	1	4,34	1023	4.11.1		10,2	3,17	5,22	1121
Nadim Akbari	13,6	0,8	3,27	459	5.27.9		13,1	2,4	3,55	526
Estafette					42,9					

600	Noordkop	40m	ver	bal	punten	600m
	26-6-2004					
2.11.1		7,5	2,9	29,51	1139	2.14.4
2,39		8,6	2,45	15,73	691	2.41.2
		9,5	2,13	10		2.57.3
2.26.2		7,3	2,46	10,87	819	2.31.8
32,4						
2.24.7		7,9	2,63	10,35	737	2.23.3
2.32.8		8,2	2,58	19,6	833	2.33.9
2.39.8		7,9	2,7	13,22	804	2.25.9
		8,7	2,27	11,14	562	2.52.8
2.47.7		8,1	2,53	9,29	665	2.53.7
2.46.3						
3,13						
3.14.9		9,5	2,23	9,02	412	3.03.7
31,2						31,3
1000m		40m	hoog	kogel	punten	1000
		7,2	0,85	4,38	990	4.25.8
		7	1	4,56	1153	4.00.3
		7,6	0,95	4,56	1002	4.27.7
		8,4	0,85	4,31	782	5.00.7
31,2						29,6
1000m		60m	ver	kogel	punten	1000m
		9,4	4,04	8,25	1595	3.38.5
		10,2	3,28	4,85	1118	3.48.0
		10,5	3,29	4,16	1029	4.07.7
						40,5
		10,4	3	4,11	982	4.14.7
		10,8	2,91	4,06	907	4.27.8
1000		60m	ver	bal	punten	1000
4.06.6		10,1	3,28	15,53	1052	3.58.6
4.19.2						
4.01.9						
4.37.0		13,1	2,41	14,94		4.39.2
43,6						



NACHT VAN NOVA

VRIJDAG 24 SEPTEMBER AANVANG 19.00 UUR

DEELNAME OPEN VOOR ALLE PUPILLEN EN JUNIOREN

3 KAMP EN EEN 1000 MTR.

OP DE SFEERVOLLE VERLICHTE NOVA BAAN

TIP

NEEM WARME KLEDING MEE

Clubkampioenschap a.v. NOVA 2004

Einduitslag Heren / Dames / Veteranen en A+B junioren

PL:	NAAM	10 / 22 juni		28-aug						loop-nummers				technische-nummers				loop/ techn.	TOTAAL 5- kamp	
		400m.	1500m. 3000m	(n.v.t.) 100m.	800m.	hoog	verspr.	kogel	speer	pnt. 400	pnt. 1500	pnt. 3000	pnt. 800	pnt. hoog	pnt. ver	pnt. kogel	pnt. Speer	PUNTEN TOTAAL		punten afrek
Heren																				
1	Matthijs de Groot	55.5	10.57.6		2.17,19	1.70m	5,42m	9,26m	30,24m	578		403	488	587	472	405	334	3267	737	2530
2	Ad Ligthart		11.55.1							-		271						271		271
3	Peter Pronk	1.11.8								122		-						122		122
4	Tim Bogaerd	1.17.2								14		-						14		14
Heren Veter.																				
1	Jan Berkhout	1.01.8	10.46.7		2.24,86	1,30m	4,16m	8,53m	21,64m	374		431	392	188	156	348	173	2062	530	1532
2	Henry Hofmann	59.3	10.48.1		2.19,91	1,40m	4,33m	5,99m	17,91m	450		427	453	293	201	130	93	2047	520	1527
3	Aad Vader	1.06.1	11.02.9		2.44,81	1,30m	4,12m	7,04m	24,25m	256		390	184	188	146	225	225	1614	330	1283
4	Piet Stuyt		13.05.1		3.01,96	1,25m	3,68m	7,30m	28,80m	-		137	42	134	24	247	309	893	24	869
5	Peter Kruijer	1.05.8	11.51.3		2.46,25		3,72m	5,80m	21,00m	264		279	171		35	112	160	1021	171	850
6	Rene Strooper	1.10.7	11.39.8		2.43,83	1,20m	3,42m	6,00m	17,04m	146		304	193	79	1	131	73	927	147	780
7	Theo Tesselaar					1,30m		8,19m	24,05m					188		321	221	730		730
8	Arie Kossen	1.08.6	11.38.8							195		306						501		501
9	Jos de Groot							7,20m	19,83m							239	135	374		374
10	Louis Suiker							6,28m	21,29m							157	166	323		323
11	Aad Pancras	1.12.1	12.38.6							116		185						301		301
12	Ron Jansen		11.51.3							-		279						279		279
13	Joop Kooy		12.24.1							-		213						213		213
Jongens A-B																				
1	Bart Schalkwijk (B)	1.05.2	12.16.8							279		227						506		506
Dames Veter.																				
1	Nelina Bruin				2.46,48	1,40m	3,60m	7,00m	18,19m				509	615	312	368	359	2163	312	1851
2	Mirjam Ligthart				3.47,39	1,10m	2,75m	7,64m	15,90m				111	206	55	418	305	1095	55	1040
3	Tannes Kruijer	1.25.9	6.22.0							213	277							490		490
4	Mirjam Dekker	1.23.5								251	-							251		251
4	Betsie Groen	1.34.1	6.58.2							100	151							251		251
6	Ineke Bas	1.23.8								246	-							246		246



De jarigen van september en oktober zijn:

September

04 Nienke Rijkeboer
05 Nico Groot
05 Maud Dekker
06 S. Kruijer
07 André van West
07 Anne Blankendaal
07 Job Ligthart
13 Ilse Rozendaal
15 Nic Henselmans
15 Tineke Ruijter
16 Ton Bos
17 Peter de Ruijter
21 Iris Zwart
23 Lynn Glas
24 Jos Schalkwijk
26 Arie Kossen
29 Brian Nijman

Oktober

01 Sjon Mosch
03 Eva Rozendaal
04 Alie Genet-de Vet
05 Jaap Nieuwland
05 Leon Ineke
06 Robin Kors
06 Jari Dekker
07 Kim Tiebie
08 Anne Smeele
10 Jesse Peetoom
14 Hugo Vader
14 Jochem Jansen
15 Lia de Nijs
19 Bram Dekker
20 Simone Schouten
21 Jan-Willem Tesselaar
25 Frank Nannes
29 Tess Vader
30 Kai Botman

hartelijk gefeliciteerd

De volgende nieuwe leden heten wij van harte welkom. Veel plezier bij Nova:

Paul Valkering
Sven Burger

Portret van een Nova-lid

1. Hoe heet je? *sid hamelink*
2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren? *7 jaar geboren in Alkmaar (mca)*
3. Op welke school zit je? *St. Vincentius school*
4. Hoe lang zit je al op Nova en wat is er zo leuk aan? *bijna één jaar.*
5. Wat is jouw favoriete onderdeel? *Hardlopen*
6. Wie vind je erg goed op atletiek-gebied? *De altijd ~~aanwezig~~ 20 enthousiaste trainers*
7. Heb je nog wensen of ideeën op het gebied van Nova? *Net zo goed worden als Kai !!*
8. Wat is je favoriete t.v. programma? *Bassie en Adriaan.*
9. Wat is je mooiste c.d.? *—*
10. Wat vond je een mooi of spannend boek en waarom? *Zandtaartjes van Carry Slee. Ik vind het mooi omdat ze leuke avonturen beleven.*
11. Wat is de laatste film of video die je hebt gezien? *Bassie en Adriaan.*
12. Heb je nog meer hobby's? *Hardlopen, buitenspelen en zwemmen.*
13. Waar heb je een grote bekel aan? *Regen en Onweer*
14. Wie is de volgende voor het Portret van een Nova-lid? *Bonnie Veenstra*



NOVA jeugd presteert goed bij de nederlandse kampioenschappen

Op zaterdag 7 augustus werd in Schoorl het Nederlands kampioenschap beddenrace gehouden. In het Noord-Hollands dagblad stond al een mooie foto met een verslag over de senioren. Helaas stond er niets in over de jeugd terwijl daar goed werd gepresteerd.

2 NOVA teams GOUD en de titel Nederlands kampioen.

In de categorie t/m 12 jaar hadden Bram Berkhout en Maarten Elsenaar zich ingeschreven. Ze hadden allebei hun Nova kleding aangetrokken want vanavond moest het gaan gebeuren. Ze hadden hun oog laten vallen op het blauwe bed wat goed bij de teamkleuren paste. De start gebeurt niet op lijn om valpartijen of botsingen te voorkomen. De teams vertrokken met een kleine 5 seconden verschil. Maarten en Bram moesten als laatste starten. Na 1 volle ronde hadden ze het hele veld al ingehaald en onder luide aanmoedigingen van het publiek begonnen ze aan de 2^e ronde. De voorsprong werd steeds groter. Maarrrrr... toen maakte Maarten een fout in de bocht toen hij op het bed ging hangen. Bram hoorde wat achter zich en zag Maarten op de grond vallen. Hij hield het bed vast en na nog 1 bocht kwamen ze juichend over de finish.

In de categorie jeugd boven 12 jaar deden Paul Glas en Maarten Blankendaal mee. Ook zij startten niet vooraan maar in de middenmoot. Ze trokken er flink aan (hoewel je het bed moet duwen natuurlijk) en ze haalden het hele veld in. Daar hadden ze als ik het goed heb geteld 10 ronden de tijd voor. Bij de finish nog 2 Novaleden kampioen. Een prachtige prestatie!

Bij de prijsuitreiking geen vaantjes, medailles of een beker maar de kampioenen kregen een t-shirt met gouden opdruk "bedspecial" en een leuk logo. Er waren ook nog zilveren en bronzen t-shirts maar die waren voor niet Novaleden. Pas na de prijsuitreiking ging Maarten naar de EHBO om zijn geschaafde knieën te laten verzorgen.

Volgend jaar kan de titel weer verdedigd worden. Mochten er mensen zijn die ook eens mee willen doen. Er zijn bedden genoeg die je mag lenen.

Tot volgend jaar.

Gerjo Elsenaar.



Omdat Will onze Novakokkin niet in de gelegenheid is om een heerlijk recept voor ons te bedenken (rugklachten) hierbij een heerlijke likeur die heel gemakkelijk zelf te maken is:

Tia Maria

Benodigheden:

- 1/2 l Jonge Jenever
- 1 el Br. Basterd
- 125 gr. Br. Kandijnsuiker
- 10 gr. Koffiebonen (1 80 st)
- 25 gr. Vanillesuiker

Alles bijeen indoen in een fles, goed schudden.

14 dagen lang af en toe even schudden.

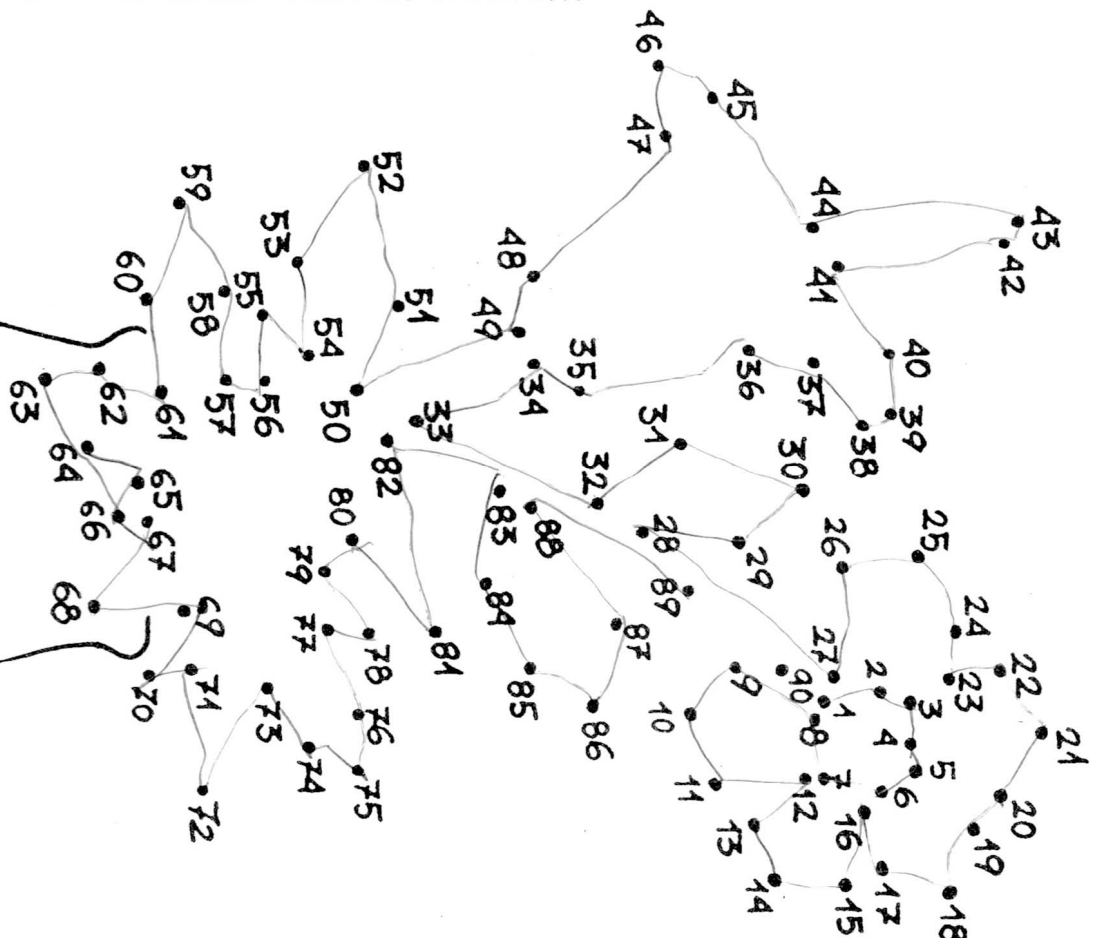
(ikzelf leg de fles in een lade die elke dag wel een keer open moet)

Na 14 dagen de inhoud in een koffiefilter,
en de gezeefde drank in een mooie fles doen.

(bij de overgebleven koffiebonen in de filter,
doe je verse koffiepoeder)
heb je een heerlijke koffie met een smaakje.

VERBIND DE PUNTEN

TREK EEN LIJN VAN PUNT 1 NAAR PUNT 2, VAN DAAR NAAR PUNT 3, DAN NAAR PUNT 4, ENZ. ALS JE BIJ DE LAATSTE PUNT BENT GEKOMEN, DAN HEB JE EEN MOOIE TEKENING GEMAAKT.



Clubkampioenschappen jeugd

Zondag 29 augustus vonden de clubkampioenschappen voor de jeugd plaats. De uitslagen kunnen jullie allemaal in deze krant lezen. Door middel van bepaalde omreken tabellen worden de geleverde prestaties omgezet in punten en degene die de meeste punten behaald wordt de winnaar. Bij de pupillen wordt de lange afstand (600 of 1.000 meter) afzonderlijk gewaardeerd wat ook uit de uitslag blijkt.

Vooraf bij de jongste jeugd was de deelname bijzonder groot. We zagen veel mini's. Deze zijn in de uitslagen opgenomen bij de pupillen C, maar zij kregen wel prijzen in hun eigen categorie. Mede omdat de weergoden ons gunstig gestemd waren was het erg gezellig op onze accommodatie. Bij de prijsuitreiking vielen pas de eerste regendruppels. Veel ouders en ook opa's en oma's kwamen hun kinderen aanmoedigen. Talent genoeg en nu maar hopen dat de kinderen enthousiast blijven en ook de trainingen trouw blijven bezoeken. Je hoeft niet altijd te winnen, ook je prestaties verbeteren is al een goede zaak.

De kampioenen hartelijk gefeliciteerd en ook de anderen met de geleverde prestaties.

Crosscompetitie 2004/2005 junioren en pupillen

Hoewel de zomer nog niet ten einde is denken we alweer aan het winterseizoen. Ook dan weer activiteiten voor de leden van onze vereniging. Naast de wintercompetitie voor de senioren en de jeugd (zie elders in deze krant) is er ook de crosscompetitie voor alle junioren en pupillen. Afhankelijk van het parkoers en de weersomstandigheden kan dit wel eens echt "crossen" worden. Deze competitie geldt voor geheel Noord-Holland, Utrecht en Flevoland.

Door goede klassering in 3 voorwedstrijden kunnen atleten zich plaatsen voor een finale.

Deze voorwedstrijden worden voor onze regio, dat is de meest noordelijke, gehouden op:

zaterdag 13 november 2004 bij Nova (een **thuiswedstrijd** dus)

zaterdag 15 januari 2005 bij Dokev in Anna Paulowna

zaterdag 19 februari 2005 bij Tas '82 in Schagen.

De finale is op zaterdag 12 maart 2005 bij A.V. Zaanland in Zaandam.

Opgavenformulieren voor deze wedstrijden komen natuurlijk nog in de volgende Novakrant en/of via de training.

(Club)kleding

Regelmatig komen er vragen over onze clubkleding. Daarom hierbij wat informatie hierover. De clubkleding is korenblauw zowel voor broek als shirt. Het shirt is voorzien van embleem. Tijdens de **training** is het uiteraard vrij om aan te trekken wat prettig is en lekker zit. Alleen voor de jeugd geldt dat in de sporthal schoenen worden gedragen waarvan de zolen niet afgeven en ook schoon zijn.

De echte **wedstrijdkleding** alsmede trainingspakken kan besteld worden via het bestuurslid Nelina Bruin, Wieder 25, Warmenhuizen, tel. 0226-392209.

Voor onderlinge wedstrijden, trimlopen, training, e.d. kan ook gebruik gemaakt worden van een T-shirt met Nova-opdruk welke te verkrijgen zijn bij Tuincentrum Rubra aan de Westfriesdijk nabij de Schoorlhammerbrug. Ook zijn er sweaters met Nova-opdruk verkrijgbaar. Verder wijzen wij jullie er nog op dat bij aanschaf van sportkleding en schoenen bij

Runnerswordt in de Schoutenstraat in Alkmaar voor leden van Nova **10% korting** wordt gegeven. Zeg dus dat je lid bent van onze vereniging, dat is heel gemakkelijk verdienen.

Omdat het vrij regelmatig voor komt dat jeugdleden uit hun kleding groeien of opzeggen als lid van onze vereniging bemiddelt de jeugdcommissie in overname van gebruikte clubkleding. Contactpersoon hiervoor is Lydia van den Berg, Oudevaart 42, Warmenhuizen (0226-394778)

UITSLAGEN: Meisjes pupillen A - 3-kamp(sprint-ver-kogel)

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	60m	Verspringen	Kogelstoten	Punten
1	3733	01-01-1994	Schoone, Lisanne	Nova	9.9	3.24	4.82	1152
					457	366	329	
2	3687	28-06-1994	Baar, Laura van	Nova	11.3	3.15	4.24	908
					273	348	287	
3	3685	08-10-1993	Smeele, Anne	Nova	10.8	2.99	3.77	901
					333	316	252	
4	3686	29-06-1994	Stolk, Pien	Nova	11.1	3.01	3.99	885
					296	320	269	
5	3690	22-11-1994	Kemper, Madelon	Nova	11.1	2.84	3.64	823
					296	286	241	
6	3683	21-06-1993	Ligthart, Melody	Nova	11.5	2.67	3.44	727
					250	252	225	
7	3688	15-09-1994	Ruijter, Tineke	Nova	12.0	2.70	3.35	673
					197	258	218	
8	3684	21-09-1993	Zwart, Iris	Nova	15.0	1.99	3.74	365
					0	116	249	

UITSLAGEN: Meisjes pupillen A - 1000m

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3688	15-09-1994	Ruijter, Tineke	Nova	4.18.2
2	3686	29-06-1994	Stolk, Pien	Nova	4.20.9
3	3733	01-01-1994	Schoone, Lisanne	Nova	4.27.8
4	3685	08-10-1993	Smeele, Anne	Nova	4.28.0
5	3690	22-11-1994	Kemper, Madelon	Nova	4.34.2
6	3683	21-06-1993	Ligthart, Melody	Nova	4.43.4
7	3687	28-06-1994	Baar, Laura van	Nova	4.49.1
8	3684	21-09-1993	Zwart, Iris	Nova	6.24.9

UITSLAGEN: Jongens pupillen A - 3-kamp(sprint-ver-kogel)

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	60m	Verspringen	Kogelstoten	Punten
1	3668	19-03-1994	Tesselaar, Erik	Nova	10.1	3.65	7.50	1369
					427	448	494	
2	3662	14-10-1993	Vader, Hugo	Nova	10.3	3.51	6.89	1278
					399	420	459	
3	3661	10-08-1993	Nijs, Robbert de	Nova	10.5	3.14	6.77	1170
					372	346	452	
4	3674	23-05-1994	Botman, Thomas	Nova	10.2	3.07	5.63	1128
					413	332	383	
5	3672	11-05-1994	Hofmann, Tijs	Nova	10.2	3.23	4.35	1072
					413	364	295	
6	3671	02-04-1994	Ens, Robin	Nova	11.5	3.32	6.54	1071
					250	382	439	
7	3659	23-08-1993	Smit, Jesse	Nova	10.4	3.11	4.68	1045
					386	340	319	
8	3666	13-01-1994	Dignum, Lars	Nova	10.5	3.44	3.83	1034
					372	406	256	
9	3667	02-01-1994	Berg, Luuk van den	Nova	10.6	3.08	4.88	1026
					359	334	333	
10	3665	18-01-1994	Smit, Tiemen	Nova	11.3	2.94	5.75	969
					273	306	390	
11	3676	03-08-1994	Botman, Nicky	Nova	11.0	3.10	4.51	953
					308	338	307	
12	3678	14-10-1994	Jansen, Jochem	Nova	11.1	3.13	4.28	930
					296	344	290	
13	3738	11-09-1994	Ruigrok, Pieter	Nova	12.1	2.49	2.74	568
					187	216	165	
14	3655	29-01-1993	Akbari, Nadim	Nova	12.9	2.29	3.44	512

UITSLAGEN: Jongens pupillen A - 1000m

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3668	19-03-1994	Tesselaar, Erik	Nova	3.43.9
2	3674	23-05-1994	Botman, Thomas	Nova	3.52.6
3	3667	02-01-1994	Berg, Luuk van den	Nova	3.57.0
4	3662	14-10-1993	Vader, Hugo	Nova	4.02.2
5	3672	11-05-1994	Hofmann, Tijs	Nova	4.05.8
6	3661	10-08-1993	Nijs, Robbert de	Nova	4.12.1
7	3666	13-01-1994	Dignum, Lars	Nova	4.17.6
8	3671	02-04-1994	Ens, Robin	Nova	4.20.8
9	3678	14-10-1994	Jansen, Jochem	Nova	4.24.4
10	3738	11-09-1994	Ruigrok, Pieter	Nova	4.30.5
11	3676	03-08-1994	Botman, Nicky	Nova	4.33.0
12	3659	23-08-1993	Smit, Jesse	Nova	4.39.0
13	3665	18-01-1994	Smit, Tiemen	Nova	4.50.6
14	3655	29-01-1993	Akbari, Nadim	Nova	4.55.2

UITSLAGEN: Jongens pupillen B - 3-kamp(sprint-ver-bal)

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	40m	Verspringen	Balwerpen	Punten
1	3692	03-04-1995	Zwart, Kevin	Nova	7.6	2.89	27.62	1097
					385	296	416	
2	3740	01-01-1995	Smeele, Thomas	geen lid	7.6	2.80	25.75	1056
					385	278	393	
3	3694	15-06-1995	Dekker, Bob	Nova	7.6	2.69	22.19	989
					385	256	348	
4	3693	09-05-1995	Verkamman, Lars	Nova	7.6	2.75	17.05	927
					385	268	274	

UITSLAGEN: Jongens pupillen B - 1000m

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3692	03-04-1995	Zwart, Kevin	Nova	4.20.1
2	3694	15-06-1995	Dekker, Bob	Nova	4.33.5
3	3693	09-05-1995	Verkamman, Lars	Nova	4.38.3
4	3740	01-01-1995	Smeele, Thomas	geen lid	4.47.5

UITSLAGEN: Meisjes pupillen B - 3-kamp(sprint-ver-bal)

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	40m	Verspringen	Balwerpen	Punt
1	3727	06-06-1995	Perge, Davina	Nova	7.3	3.37	11.81	1019
					440	392	187	
2	3705	05-09-1995	Dekker, Maud	Nova	7.8	3.02	20.29	995
					351	322	322	
3	3679	20-01-1993	Strik, Laura	Nova	7.2	2.64	16.32	969
					460	246	263	
4	3697	03-01-1995	Oldenburger, Randy	Nova	7.8	2.92	14.81	892
					351	302	239	
5	3706	10-11-1995	Klaver, Kiki	Nova	7.9	3.07	10.44	827
					334	332	161	
6	3707	27-11-1995	Berg, Liz van den	Nova	8.5	2.64	10.46	651
					243	246	162	
7	3702	05-05-1995	Bijlsma, Manouk	Nova	8.5	2.46	10.56	616
					243	210	163	
8	3700	26-03-1995	Kruijer, Sjoukje	Nova	8.7	1.89	12.12	504
					215	96	193	

UITSLAGEN: Meisjes pupillen B - 1000m - serie: 0

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3727	06-06-1995	Perge, Davina	Nova	4.14.5
2	3706	10-11-1995	Klaver, Kiki	Nova	4.29.1
3	3705	05-09-1995	Dekker, Maud	Nova	4.41.1
4	3697	03-01-1995	Oldenburger, Randy	Nova	4.43.4
5	3702	05-05-1995	Bijlsma, Manouk	Nova	5.03.4
6	3679	20-01-1993	Strik, Laura	Nova	5.22.3
7	3707	27-11-1995	Berg, Liz van den	Nova	
7	3700	26-03-1995	Kruijer, Sjoukje	Nova	

UITSLAGEN: Jongens pupillen C - 600m

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3715	30-10-1996	Botman, Kai	Nova	2.20.6
2	3642	22-05-1997	Burger, Sven	Mini	2.31.1
3	3645	21-10-1997	Tesselaar, Jan-Willem	Mini	2.39.1
4	3712	18-08-1996	Stoop, Luca	Nova	2.39.5
5	3638	19-03-1977	Jongbloed, Oek	Mini	2.41.9
6	3713	07-09-1996	Ligthart, Job	Nova	2.42.1
7	3716	23-11-1996	Zutt, Jim	Nova	2.48.1
8	3714	06-10-1996	Dekker, Jari	Nova	2.53.4
9	3641	22-05-1997	Hamelink, Sid	Mini	2.54.1
10	3711	19-07-1996	Stolk, Wisse	Nova	2.54.6
11	3640	09-04-1997	Veenstra, Bonne	Mini	2.56.8
12	3741	10-01-1998	Mul, Mats	Mini	2.59.1
13	3743	01-01-1999	Rademaker, Marc	Mini	3.06.0
14	3643	13-06-1997	Bijlsma, Jorick	Mini	3.08.7
15	3639	29-04-1997	Smeele, David	Mini	3.11.1
16	3737	01-01-1998	Nijs, Sam de	Mini	3.12.1
17	3742	01-01-1998	Boer, Maarten de	Mini	3.16.4
18	3647	18-12-1997	Groen, Mitchell	Mini	3.23.3
19	3646	09-12-1997	Mosch, Maarten	Mini	3.39.1

UITSLAGEN: Meisjes pupillen C - 600m

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	Resultaat
1	3729	03-10-1996	Rozendaal, Eva	Nova	2.27.9
2	3731	25-11-1996	Prins, Jolijn	Nova	2.29.1
3	3718	16-01-1996	Tesselaar, Robin	Nova	2.31.0
4	3725	15-06-1996	Mul, Lisa	Nova	2.44.9
5	3717	14-01-1996	Schmidt, Nina	Nova	2.46.8
6	3734	01-01-1997	Schoone, Loretta	Mini	2.52.4
7	3649	21-05-1997	Duin, Jasmijn van	Mini	2.53.8
8	3719	24-01-1996	Janssen, Tessa Anne	Nova	2.58.8
9	3728	23-09-1996	Glas, Lynn	Nova	3.03.4
10	3744	09-11-1996	Aubrun, Laurence	Nova	3.06.9
11	3745	12-05-1998	Aubrun, Sophie	Mini	3.07.5
12	3721	23-04-1996	Baar, Janine van	Nova	3.08.1
13	3651	05-08-1997	Goede, Hester de	Mini	3.10.2
14	3739	15-12-1996	Ruigrok, Elles	Nova	3.12.8
15	3726	25-07-1996	Rademakers, Lonneke	Nova	3.13.5
16	3730	21-11-1996	Buiter, Demi	Nova	3.14.2
17	3650	03-06-1997	Boerdijk, Claudia	Mini	3.14.7
18	3724	02-06-1996	Mosch, Judith	Nova	3.15.1
19	3654	20-03-1998	Moerland, Mandy	Mini	3.17.6

UITSLAGEN: Meisjes pupillen C - 3-kamp(sprint-ver-bal)

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	40m	Verspringen	Balwerpen	Punten
1	3729	03-10-1996	Rozendaal, Eva	Nova	8.0	2.76	14.37	820
					318	270	232	
2	3718	16-01-1996	Tesselaar, Robin	Nova	8.3	2.63	18.08	808
					272	244	290	
3	3725	15-06-1996	Mul, Lisa	Nova	7.7	2.74	10.20	790
					368	266	156	
4	3731	25-11-1996	Prins, Jolijn	Nova	7.6	2.72	9.10	781
					385	262	134	
5	3719	24-01-1996	Janssen, Tessa Anne	Nova	8.0	2.70	10.97	747
					318	258	171	
6	3734	01-01-1997	Schoone, Loretta	Mini	7.8	2.58	7.88	693
					351	234	108	
7	3717	14-01-1996	Schmidt, Nina	Nova	8.2	2.51	8.90	637
					287	220	130	
8	3650	03-06-1997	Boerdijk, Claudia	Mini	8.8	2.09	16.17	565
					202	136	261	
9	3728	23-09-1996	Glas, Lynn	Nova	8.7	2.50	9.02	565
					215	218	132	
10	3730	21-11-1996	Buiter, Demi	Nova	8.7	2.29	9.20	527
					215	176	136	
11	3649	21-05-1997	Duin, Jasmijn van	Mini	8.4	2.41	5.29	501
					257	200	44	
12	3721	23-04-1996	Baar, Janine van	Nova	9.2	2.36	10.13	496
					151	190	155	
13	3651	05-08-1997	Goede, Hester de	Mini	8.6	2.07	8.32	478
					229	132	117	
14	3744	09-11-1996	Aubrun, Laurence	Nova	9.1	2.25	7.83	438
					163	168	107	
15	3724	02-06-1996	Mosch, Judith	Nova	9.0	1.99	9.13	427
					176	116	135	
16	3726	25-07-1996	Rademakers, Lonneke	Nova	8.6	1.84	7.68	418
					229	86	103	
17	3739	15-12-1996	Ruigrok, Elles	Nova	8.6	1.74	7.80	401
					229	66	106	
18	3654	20-03-1998	Moerland, Mandy	Mini	8.8	1.97	5.40	361
					202	112	47	
19	3745	12-05-1998	Aubrun, Sophie	Mini	8.8	2.00	2.96	320
					202	118	0	
20	3653	15-11-1997	Kruijer, Noortje	Mini	10.0	1.64	7.49	207
					62	46	99	

Clubkampioenschappen jeugd :

29-08-2004

UITSLAGEN: Jongens pupillen C - 3-kamp(sprint-ver-bal)

Plaats	Startnr	gebjr	Naam	Vereniging	40m	Verspringen	Balwerpen	Punten
1.	3715	30-10-1996	Botman, Kai	Nova	7.8	2.96	26.03	1058
					351	310	397	
2	3713	07-09-1996	Ligthart, Job	Nova	8.0	2.80	16.47	861
					318	278	265	
3	3645	21-10-1997	Tesselaar, Jan-Willem	Mini	7.8	2.49	14.22	796
					351	216	229	
4	3642	22-05-1997	Burger, Sven	Mini	8.1	2.85	12.48	790
					303	288	199	
5	3712	18-08-1996	Stoop, Luca	Nova	8.0	2.67	11.28	747
					318	252	177	
6	3741	10-01-1998	Mul, Mats	Mini	8.5	2.55	16.08	730
					243	228	259	
7	3638	19-03-1977	Jongbloed, Oek	Mini	8.6	2.48	17.77	728
					229	214	285	
8	3639	29-04-1997	Smeele, David	Mini	9.1	2.46	20.02	691
					163	210	318	
9	3716	23-11-1996	Zutt, Jim	Nova	8.9	2.20	16.72	616
					189	158	269	
10	3640	09-04-1997	Veenstra, Bonne	Mini	8.7	2.44	12.11	613
					215	206	192	
11	3643	13-06-1997	Bijlsma, Jorick	Mini	9.0	2.28	11.07	523
					176	174	173	
12	3641	22-05-1997	Hamelink, Sid	Mini	8.9	2.30	9.69	513
					189	178	146	
13	3714	06-10-1996	Dekker, Jari	Nova	9.1	2.08	9.46	439
					163	134	142	
14	3743	01-01-1999	Rademaker, Marc	Mini	9.4	1.88	12.61	422
					127	94	201	
15	3711	19-07-1996	Stolk, Wisse	Nova	9.4	2.09	9.68	409
					127	136	146	
16	3737	01-01-1998	Nijs, Sam de	Mini	9.5	2.08	9.86	400
					116	134	150	
17	3647	18-12-1997	Groen, Mitchell	Mini	10.0	1.58	11.43	276
					62	34	180	
18	3646	09-12-1997	Mosch, Maarten	Mini	10.0	1.64	8.98	240
					62	46	132	
19	3742	01-01-1998	Boer, Maarten de	Mini	9.2	1.54	5.46	225
					151	26	48	

UITSLAGEN: Jongens junioren D - CK meerkamp

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	80m	Verspringen	Speerwerpen	1000m	Hoogspringen	Kogelstoten	Punten
1	3621	07-05-1991	Leeuwenkamp, Daan	Nova	12.3	4.11	17.88	3.26.9	1.30	6.80	2433
					396	440	282	499	462	354	
2	3618	11-01-1991	Glas, Paul	Nova	12.8	4.00	14.74	3.41.1	1.45	7.97	2383
					335	418	216	413	582	419	
3	3627	24-06-1992	Berkhout, Bram	Nova	12.8	3.59	11.65	3.33.2	1.30	6.58	2078
					335	336	144	460	462	341	
4	3625	02-03-1991	Elsenaar, Maarten	Nova	13.0	3.51	21.32	3.38.3	1.15	4.80	1989
					312	320	349	429	352	227	
5	3624	14-03-1992	Kruiver, Jim	Nova	12.7	3.43	12.45	3.40.6	1.15	4.43	1783
					347	304	163	416	352	201	
6	3629	19-10-1992	Dekker, Bram	Nova	13.5	3.04	15.25		1.00	4.87	1184
					257	226	227				

UITSLAGEN: Meisjes junioren D - CK Meerkamp

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	60m	Hoogspringen	Speerwerpen	600m	Verspringen	Kogelstoten	Punten
1	3631	03-07-1991	Schalkwijk, Anne	Nova	9.6	1.25	11.69	2.03.8	3.63	7.62	2102
					403	426	145	384	344	400	
2	3636	29-06-1992	Ruijter, Trudy	Nova	11.4	1.15	12.52	2.31.9	3.02	6.15	1361
					162	352	165	145	222	315	

UITSLAGEN: Jongens junioren C - CK Meerkamp

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	100m	800m	Verspringen	Hoogspringen	Kogelstoten	Speerwerpen	Punten
1	3602	06-01-1989	Elsenaar, Bas	Nova	17.1	3.16.0	3.29	1.25	6.59	18.79	1763
					198	220	276	426	342	301	
2	3606	02-01-1990	Ruijter, Chiel de	Nova	18.2	3.44.0	3.01	1.30	5.19	17.10	1398
					113	82	220	462	254	267	
3	3608	11-07-1990	Kuhl, Tom	Nova	17.9	3.25.0	2.96	1.10	5.73	15.61	1357
					135	172	210	316	289	235	

UITSLAGEN: Meisjes junioren C - CK Meerkamp

Plaats	Startnr	gebj	Naam	Vereniging	600m	Verspringen	Speerwerpen	80m	Hoogspringen	Kogelstoten	Punten
1	3609	15-01-1989	Leeuwenkamp, Eva	Nova	2.08.8	4.20	16.91	11.6	1.30	7.30	2390
					334	458	263	490	462	383	
2	3612	04-09-1989	Rijkeboer, Nienke	Nova	2.07.0	3.63	12.49	12.3	1.30	6.63	2062
					352	344	164	396	462	344	
3	3735	01-01-1989	Leegwater, Joy	Junior B	2.12.0	3.76	10.41	13.1	1.40	6.22	1948
					304	370	112	301	541	320	
4	3614	30-03-1990	Leegwater, Ilse	Nova	2.12.0	3.22	13.31	13.3	1.20	6.70	1766
					304	262	184	279	389	348	
5	3613	20-10-1989	Schouten, Simone	Nova	2.16.2	3.59	10.31	13.6	1.30	5.98	1725

20

Plaats	Naam	Leeftijd	J / M	Woonplaats	Tijd
1	Jordy Hoorn	6	J	TUITJENHORN	4,55
2	Abdul Azimi	6	J	Den Helder	5,00
3	Bart Olthof	6	J	Warmenhuizen	5,01
4	Ivar Ligthart	5	J	Warmenhuizen	5,05
5	Stijn Morren	6	J	Warmenhuizen	5,20
6	Thijmen Kuiper	5	J	Warmenhuizen	
7	Mats Stoop	6	J	Waarland	
8	Maarten de Boer	5	J	TUITJENHORN	
9	Sam de Nijs	6	J	Warmenhuizen	
10	Boris de Nijs	6	J	Warmenhuizen	
11	Jesper Zutt	5	J	Warmenhuizen	
12	Guido Mosch	6	J	Warmenhuizen	
13	Jelmer Roozendaal	5	J	Warmenhuizen	
14	Aaron Kilinkien	5	J	Warmenhuizen	
15	Pepijn van Perge	5	J	Warmenhuizen	
16	Bjorne Danenberg	6	J	Warmenhuizen	
17	Luuk Tesselaar	5	J	St Maarten	
18	Per Beemsterboer	5	J	Warmenhuizen	
19	Mees Bruin	5	J	Warmenhuizen	
20	Wietse Groot	6	J	Warmenhuizen	
21	Mike Minkema	5	J	TUITJENHORN	
22	Sanne Schipper	5	J	Warmenhuizen	
23	Tom de Goede	5	J	Warmenhuizen	
1	Sophie Oubrun	6	M	Eenigenburg	5,32
2	Yeza Kuipers	6	M	Hoogwoud	5,33
3	Amber Jongejan	5	M	Warmenhuizen	6,00
4	Wies Schuurman	6	M	Warmenhuizen	6,02
5	Lynn Dekker	5	M	Warmenhuizen	6,04
6	Mandy Moerland	6	M	Warmenhuizen	
7	Noortje Kruyer	6	M	Warmenhuizen	
8	Ruby Boekel	5	M	Warmenhuizen	
9	Julie Ruiten	5	M	Breezand	
10	Rosa Poel	5	M	Warmenhuizen	
11	Ioana Dignum	6	M	Warmenhuizen	
12	Danielle Schuijt	4	M	Warmenhuizen	
13	Jet Brekelmans	6	M	Anna Paulowna	
14	Liza van Beers	5	M	Warmenhuizen	
15	Sanne Burger	6	M	Tuitjenhorn	
16	Kaylee de Wit		M	Warmenhuizen	
17	Kelly van Baar	5	M	Warmenhuizen	
18	Gaby Ligthart	6	M	Warmenhuizen	
19	Thirza Zoetighed	6	M	Warmenhuizen	
20	Lisanne Buiten	4	M	Warmenhuizen	
21	Kristen Beukers	5	M	Warmenhuizen	

uitslag Golden Thruze Verlichtingsloop

Startnr	PI	Tijd	Naam	Lftd	M/V	Cat VL	Cat G3	Vereniging
1	1	29,53	Pip Tesselaar	35	m	H sen.	H sen.	Hera
2	2	30,03	Ronald Schreur	21	m	H sen.	H sen.	Hera
5	3	30,04	Rens Dekkers	30	m	H sen.	H sen.	Hera
3	4	30,05	Christian de Lie	30	m	H sen.	H sen.	Castricum
4	5	30,08	Jody Tesselaar	30	m	H sen.	H sen.	Hera
16	6	30,13	Erik Negerman	29	m	H sen.	H sen.	Phanos
14	7	30,34	Peter Hopman	39	m	H sen.	H sen.	Trias
19	8	31,30	Benjamin Romkes	39	m	H sen.	H sen.	AV Zaanland
13	9	31,51	Daniel Rewijk	29	m	H sen.	H sen.	SAV
24	10	33,32	Ruud Beerepoot	34	m	H sen.	H sen.	Hera
22	11	33,54	Toine Groot	29	m	H sen.	H sen.	SAV
11	12	34,18	Bob Brusckke	35	m	H sen.	H sen.	Trias
15	13	34,28	Kees Joppe	33	m	H sen.	H sen.	Hera
18	14	34,47	Sietse van der Weijde	22	m	H sen.	H sen.	Hylas
20	15	34,48	Michiel de Ruiter	18	m	H sen.	H sen.	Hera
7	16	35,26	Yennick Wolthuizen	30	m	H sen.	H sen.	Onbekend
10	17	35,52	Marik Smit	18	m	H sen.	H sen.	AVC
23	18	36,00	Ruben Romkes	35	m	H sen.	H sen.	AV Zaanland
12	19	36,19	Paul Bromlewe	23	m	H sen.	H sen.	Hera
8	20	37,14	Ivar Rood	25	m	H sen.	H sen.	AV 34
21	21	37,29	Danny Barten	36	m	H sen.	H sen.	Hera
25	22	44,13	Olof Glorie	35	m	H sen.	H sen.	Trias
9	dnf		J. Sullivan	32	m	H sen.	H sen.	Suomi
17	dnf		Hans Bader	39	m	H sen.	H sen.	Loopgroep PK
72	1	31,53	Louis Dam	41	m	H vet. I	H vet.	Trias
66	2	31,55	Kees Portegijs	45	m	H vet. I	H vet.	Dokev
75	3	32,48	Fridthjof Koomen	41	m	H vet. I	H vet.	Trias
69	4	33,18	Arie Hendrik Visser	42	m	H vet. I	H vet.	Trias
60	5	33,30	Erik Hopman	44	m	H vet. I	H vet.	Trias
58	6	33,33	Peter Burger	45	m	H vet. I	H vet.	Castricum
70	7	34,40	Ronald Wiering	40	m	H vet. I	H vet.	AV Zaanland
53	8	35,17	R. Alderden	42	m	H vet. I	H vet.	Hera
55	9	35,17	Jan Bruin	45	m	H vet. I	H vet.	Hera
57	10	35,23	Nico van den Berg	40	m	H vet. I	H vet.	Tas 82
73	11	35,50	Jaap Broers	43	m	H vet. I	H vet.	Hera

62	12	36,40	Ruud Klaver	41	m	H vet. I	H vet.	Hera
67	13	37,37	Theo Tesselaar	48	m	H vet. I	H vet.	Nova
54	14	37,39	Rene Peetoom	45	m	H vet. I	H vet.	ARO 88
56	15	37,44	Kees van der Voort	46	m	H vet. I	H vet.	Lycurgus
64	16	37,59	Peter Dekker	45	m	H vet. I	H vet.	Hera
71	17	38,37	Joop van Tiel	48	m	H vet. I	H vet.	DEM
77	18	41,28	Coen Zuurbier	49	m	H vet. I	H vet.	Dokev
61	19	42,23	Kees Louwe	41	m	H vet. I	H vet.	Loopgroep PK
76	20	44,19	Wedzinga	47	m	H vet. I	H vet.	Loopgroep Bedum
51	21	47,00	Gerard Wassenaar	42	m	H vet. I	H vet.	Hera
78	1	35,54	Jan Kreuk	52	m	H vet. II	H vet.	SAV
74	2	37,54	Koos van der Jagt	53	m	H vet. II	H vet.	Veteranen Nederland
65	3	38,44	Wim Tas	58	m	H vet. II	H vet.	DLTRT
63	4	39,04	Adrie van der Wijk	50	m	H vet. II	H vet.	Hera
52	5	39,37	Arie Snoek	55	m	H vet. II	H vet.	Hera
68	6	39,43	Nico Wenket	53	m	H vet. II	H vet.	Hollandia
79	7	41,20	Theo Tas	56	m	H vet. II	H vet.	Onbekend
59	1	40,17	Nico Tromp	66	m	H vet. III	H vet.	Trias
175	1	35,53	Silvia Kruijer	29	v	D	Dames	Nova
178	1	37,48	Corina Dekker-Kruijer	42	v	D V 1	Dames	Hera
177	2	38,55	Linda Tesselaar	35	v	D V 1	Dames	Hera

Wintercompetitie jeugd:

3 okt. Noorderhavenloop, Julianadorp	1,5 en 3,5 km	ook senioren
17 okt. Kermisloop, Petten	1 en 5 km	ook senioren
7 nov. Novaloop, Warmenhuizen/Tuitjenhorn	1,5 en 4,3 km	ook senioren
28 nov. Rondje Novabaan (10.30 uur)	1,5 en 2,1 km	
19 dec. Nova bosloop Schoorl (10.30 uur)	1,5 en 4,5 km	ook senioren
2 jan. Rabo Bosloop Castricum	2,3 en 4 km	ook senioren
16 jan. Nova bosloop Schoorl (10.30 uur)	1,5 en 4,5 km	
23 jan. Lycurgus run, Krommenie	1,1 – 2,2 – 5 km	ook senioren
13 febr. Groet uit Schoorl Run	4 km en scholierenloop	
6 mrt. Rondje Novabaan of crossloop bij Tas '82 in Schagen (10.30 uur)		
20 mrt. De Graaf Keukens cross Dokev te Anna Paulowna	1,2 – 2,5 – 5,5 km	
3 apr. Clubcross		

Zoals jullie zien een uitgebreide agenda. Niet iedereen zal in de gelegenheid zijn om aan alle lopen mee te doen. Dat hoeft ook niet. Maar degenen die aan tenminste **6 lopen** heeft **meegedaan** wacht een verrassing en doet tevens mee aan een verloting met mooie prijzen. Deze verloting vindt plaats tijdens de clubcross.

Doe bij elke wedstrijd wel je Nova-shirt aan want anders is het onmogelijk om aan de finish te zien wie Novalid is.

In het algemeen geldt dat iedereen zelf naar de plaats van de betreffende loop gaat. Uiteraard kan in overleg gezamenlijk worden gegaan. Er zijn ook wedstrijden opgenomen waar senioren aan deelnemen. Deze vertrekken meestal op een vast tijdstip vanaf de baan. Jeugdleden kunnen altijd meerijden als zij dit even melden.

Informatie over starttijden en de plaats van de start Mirjam van der Welle (0226-393991)
of Louis van den Berg (0226-392501)

Opgave voor wedstrijden en uitslagen

Regelmatig konden jullie in de Novakrant uitslagen lezen van leden die hadden meegedaan aan wedstrijden bij andere verenigingen. Als het geen instuifwedstrijden waren liepen de inschrijvingen altijd via de wedstrijdsecretaris. Sinds de opmars van internet is er in korte tijd veel veranderd. Voor bijna alle wedstrijden kunnen leden zich rechtstreeks via internet bij de organiserende vereniging inschrijven. Ook de uitslagen worden gepubliceerd op internet en de verenigingen ontvangen hiervan verder geen bericht. Op zich is dit geen enkel probleem, alleen missen we zo wel wat informatie. Deze informatie werd ook gebruikt om nieuwe clubrecords bij te houden.

Daarom een dringend verzoek aan alle leden om prestaties waarvan zij denken dat het **nieuwe clubrecords** zijn door te geven aan het **bestuurslid Piet Stuyt**. Vermeldt daarbij natuurlijk zoveel mogelijk gegevens, zoals je naam, categorie, prestatie, datum, plaats, enz.

Opgaven voor Nederlandse kampioenschappen lopen nog wel via wedstrijdsecretaris Piet van der Welle.

Dat nog niet alle verenigingen volledig via internet werken blijkt. Ik kreeg nog een opgave van Lycurgus van de Unive Lycurgus Games op 4 juli 2004. Hieraan namen deel:

Margriet Berkhout	MC	800 m	2.24.14
Bram Berkhout	JD	1000 m	3.22.89
Alwin Groen	JC	800 m	2.21.76.

Kwart en halve marathon Nova 7 november 2004.

Zondag 7 november a.s. organiseren wij weer onze bekende kwart en halve marathon met als startpunt de Oostwal. Naast deze lange afstanden is er speciaal voor de jeugd 1,5 en 4,3 km. Iedereen kan dus aan zijn trekken komen. Deze lopen gelden ook voor de wintercompetitie, zowel voor de senioren als de jeugd. Ook nu weer is de Vezet onze sponsor door als herinnering te zorgen voor boerenkool met worst. Dat wordt dus weer smullen thuis, althans voor de liefhebbers. Omdat veel van onze leden meelopen zullen wij weer een beroep op onze minder actieve leden, ouders en sympathisanten doen om mee te helpen om het geheel in goed banen te leiden. **Wil je helpen** dan graag een berichtje aan secretaris Piet van der Welle, tel. 0226-392339.

Wintercompetitie jeugd

Ook deze winter is er weer een programma voor de jeugd opgezet met deelname aan verschillende wedstrijden van onze eigen vereniging, maar ook van andere verenigingen. Daarnaast is er natuurlijk ook nog de crosscompetitie, dus gelegenheid genoeg om actief bezig te zijn. Om de lat niet te hoog te leggen voor de jongere jeugd geldt voor deze wintercompetitie dat zes maal deelnemen beloond wordt met een attentie en als extra attractie tevens kans op mooie prijzen in een loterij. Noteer de data alvast of bewaar de agenda welke in deze krant is opgenomen.

AGENDA

11 sept.	Pupillen	finale pupillencompetitie Aalsmeer
14 sept.	Jun/pup	Jeugdwedstrijd Tas '82 te Schagen
17 sept.	Sen/jun. A/B	finale baancircuit Hera, Heerhugowaard (programma in kantine)
24 sept.	Jun/pup	Vrijdagavondwedstrijd "Nacht van Nova"
3 okt.	Allen	Noorderhavenloop, Julianadorp (wintercompetitie)
17 okt.	Allen	Kermisloop Petten (wintercompetitie)
7 nov.	Allen	Halve marathon Nova teven 10,5, 4,3 en 1,5 km (wintercomp.)
13 nov.	Jun/pup	1 ^e wedstrijd crosscompetitie bij Nova
28 nov.	Senioren	Oosterpolderloop te Westwoud (wintercompetitie)
28 nov.	Jeugd	Rondje Novabaan (wintercompetitie jeugd)
19 dec.	Allen	Bosloop Schoorl (wintercompetitie)
2 jan.	Allen	Rabo Bosloop te Castricum (wintercompetitie)
9 jan.	Liefhebbers	Halve marathon Egmond
15 jan.	Jun/pup	2 ^e wedstrijd crosscompetitie bij Dokev te Anna Paulowna
16 jan.	Allen	Bosloop Schoorl (wintercompetitie jeugd)
23 jan.	Allen	Lycurgusrun te Krommenie (wintercompetitie)
29 jan.	Liefhebbers	Bokkenpotenloop training Den Helder-Schagen
13 febr.	Allen	Groet uit Schoorl Run 30, 21 en 10 km + scholierenloop
19 febr.	Jun/pup.	3 ^e wedstrijd crosscompetitie bij Tas '82 te Schagen

Nadere informatie te vragen bij wedstrijdsecretaris Piet van der Welle (392339)
Uiteraard staat er ook de nodige informatie op internet: www.knau.nl