

okt 1987

Van de voorzitter

Tijden van leuke en minder leuke tijden die zich zo af en toe bij ons op dit aardse afwisselen. Zo moesten wij niet zo lang geleden al eens afscheid nemen van Frans Boekel, nu bereikte ons het slechte bericht dat de man ,george Nota, van bestuurslid Jopie de Nijs was overleden op de leeftijd van 42 jaar. Wij wensen Joop en de kinderen steek-te toe van ons allen.

En voor al diegenen die te maken heeft met ziek en zeer en of bles-sures kracht en voorspoed mag u verzellen.

Dank aan Anneke Smit voor haar mooie bollenpelballade in de laatste Novakrant.

Ook het kraamkomite wensen wij voorspoed met hun verworven geldelijke bijdrage; en nu maar hopen dat de vrijgezellen snel afstand doen van hun vrije bestaan anders loopt de guldenspot gauw over.

De trainersproblemen zijn hopelijk voorlopig opgelost, want dit is van levensbelang voor Nova.

Verders voor de a.s. halve marathon en crosskompititie wedstrijden op 10 november graag hulpen en vrijwilligers, meldt u of als ze je vragen, doe spontaan en laat vele handen wapperen.

tot schrijfs Theo

IMPRESSIE VAN DE TRAINING

Tjonge wat een groep op de donderdag avond en zoveel dames. Voor sommige gaf het inlopen al wat problemen, die zijn er waarschijnlijk nog maar pas op. Na het inlopen de oefeningen. De ruimte voor de siskantine is bijna de klein. De een is fanatiek bezig en de ander doet tussen de verhalen door iets. Een heel geroezemoes, maar dat wordt, als er eenmaal met het loopprogramma wordt begonnen wat minder.

De snelle jongens pakken het fanatiek aan. Willem zie ik nogal eens voorop gaan. Wat een klasse, dan volgt de rest. De beide Marian's leiden bij de dames, die zijn ook regelmatig bezig zo te zien. Anderen doen het wat kalmer aan. Gelijk hebben ze, rustig opbouwen niet meteen te snel en te veel willen.

Peter houdt iedereen in de gaten en gaat zo af en toe met de snelle

jongens mee. Het bloed kruipt toch waar het gaan kan.

Sommigen hebben moeite om het volledige programma af te werken en gaan over op wandeltempo. Geen enkel probleem. Wel is het van belang regelmatig te oefenen. Probeer naast de donderdagavond nog een of twee keer een stukje te lopen, al is het maar kort en niet zo snel. Ik denk dat Peter daarover vast wel een goed advies weet te geven. Schiet hem voor of na de training eens aan en vraag welke afstand en tempo het beste is voor een duurloop(je).

Ongemerkt is deze impressie op een advies aan de atleten en atletes overgegaan. Overigens geen probleem dacht ik. De top behoeven jullie niet te bereiken maar lekker bezig zijn is toch wel wat waard en als je merkt dat het langzaam maar zeker wat beter gaat werkt dat wel stimulerend.

Een toeschouwer.

HALVE MARATHON AV NOVA

ZONDAG 1 NOVEMBER A.S. WORDT ONZE HALVE MARATHON WEER GEHOUDEN. NIET IEDEREEN HOEFT ECHTER 21 KM TE LOPEN. ER WORDT OOK GESTART VOOR DE 10,5 KM EN 4,3KM.

DE START VOOR DE 21 EN 10,5KM IS OM 11.00 UUR. DE 4.3 KM GAAT VIJF MINUTEN LATER VAN START.

JULLIE DOEN TOCH MEE HE!

OOK HOPEN WIJ DAT ER VEEL MENSEN KOMEN KIJKEN. DAT GEET EEN ERG GEZELLIGE SFEER BIJ DIT EVENEMENT. TOT ZIENS OP ZONDAG 1 NOVEMBER!

Gewijzigde leeftijdsindeling meisjes

Met ingang van 1 november verandert de leeftijdsindeling voor de meisjes. Deze gaat nu gelijk met de jongens lopen. Let daar dus goed op.

Bij de informatie over de crosskompetitie kunnen jullie precies zien hoe het gaat worden.

REDAKTIONEEL

Maandag de 19e okt. was het weer zover. Kranten, zoals wij dat noemen. We waren maar met z'n vieren. Koos, Syl en Maris hadden andere bezigheden en Paul is geblesseerd. Beterschap. Wat biedt de krant. Een verslag van de voorzitter, Van D of W Smit, dat konden we niet oncijferen, van Marian, Truus, van Ted (hopelijk niet eenmalig), van een toeschouwer, van Riet Pronk, de outsider die naar Brussel is geweest en natuurlijk van Ger Schrijver, die uitgebreid z'n eigen prestaties beschrijft. Al met al een leuke krant al vind ik (anja) dat redactioneel op een verkeerde bladzijde in de krant staat. Volgende keer beter.

De Bel

Een simpel maar onmisbaar instrument bij het sportgebeuren is de aloude bel.

In onze moderne samenleving met z'n computers en elektronische tijdwaarneming is hij nog steeds onmisbaar en voor een ieder eenvoudig te bedienen.

De bel is naast een ludiek instrument ook vooral een instrument met macht en gezag. Hij wordt nog steeds met de hand bediend en hij heeft veel invloed op het verloop van de wedstrijd, vele atleten stemmen hun wedstrijd af op de laatste ronde als de bel geluid wordt. Dan gaat het tempo omhoog, de spanning stijgt ten top en dan komt het erop aan wie nog wat over heeft en de zenuwen de baas blijft.

Bij de wielrenners gaat het meestal anders, dan zakt het tempo en is het vooral een kwestie van elkaar beloven en in de gaten houden. Wie dan het eerst aansprint is meestal geklopt. De bel zorgt dus voor spanning en ook tijdens de laatste W.K. in Rome konden we daar dan ook volop van genieten. Het waren prachtige wedstrijden waarin vooral de Afrikanen met hun onbezorgde soms bij het nonchalante aflopen de wedstrijden een prettig karakter gaven.

Dit kon lang niet altijd gezegd worden van het chauvinistische Italiaanse publiek die door middel van gepiel en gefluit de tegenstander uit hun concentratie probeerden te halen. Ook de organisatie was lang niet altijd feilloos en bakte ze soms wel heel erg bruin. Denk nog maar eens aan de binnenkomst van marathonloopster Rosa Motta.

Niemand die wist of er nog een ronde op de baan gelopen moest worden of niet, zeer verwarrend dus. Zo waren er wel meer missers van Nebiolo en z'n slippendragers.

Voor deze mensen had in Rome eigenlijk de bel geluid moeten worden.

Voor de atleten klinkt hij als muziek in de oren maar voor deze heren zijn doof en verlangen niet in het minst naar het luiden van de bel voor hun laatste ronde.

W.(of D ?) Smit.

Schrijvernieuws

De vorige editie van de Nova-krant was iets aan de dunne kant. Dus ik dacht er is nou wel plek voor een stukkie schrijvernieuws. Na alle vakanties en kermissen weer heelhuids hebben doorlopen zijn we weer een beetje serieus in training voor de volgende evenementen, (de halve marathon van Warmenhuizen bijvoorbeeld).

Zondagochtend voor kermis was er een achtste triathlon georganiseerd door Orkano, vijfhonderd meter zwemmen, twintig kilometer fietsen en vijf kilometer lopen, nou dat ben allemaal niet van die al te lange afstanden dus het leek me wel leuk om mee te doen. Bob en Sid waren er zo als gewoonlijk ook bij. Zij wisten zich aardig voorin te nestelen en ik zelf wist ongetraind van voren te eindigen. Ik heb van het jaar ook weer in de negeneeuwloop meegedaan. Het weer was drukkend en warm dus zweten geblazen met een paar honderd man gingen we van start aan de zeven kilometer. Ik wist me aardig voorin te handhaven. Je wilt in je geboortedorp toch goed presteren en na een spannende laatste kilometer hoefde ik met een derde plaats toch niet helemaal af te gaan voor eigen volk. De bosloopjes zijn ook weer begonnen, lekker door de bospaadjes en heuvels rennen, je bent echt in de natuur, ken je je effe uitleven. Laats ben ik met Kees Meyer naar Bergen geweest. Een lekker zwaar bosloopje over vijftien kilometer. Ik wist binnen een uur te finishen. Kees deed er effe langer over maar dat geeft niks, jou tijd komt noch wel. Deweek erop was de Nova-meerloop over twaalf kilometer, met nog wat stijve kuiten toch maar gestart. Het weer was wat aan de frisse kant maar als je een beetje doorliep had je er geen erg in. In het begin wist ik me in de kopgroep te handhaven maar ze gingen me toch te hard, dus maar verder op eigen tempo. De eerste doorkomst na zes kilometer kwam ik door als zevende in twintig minuten. De laatste kilometers werden toch wel zwaar en op een gegeven moment kreeg ik Bob op me hielen. Dat zinde me niet want ik wou natuurlijk toch wel als eerste Nova-lid over de streep komen dus maar een schepje der boven op en door die versnelling wist ik er nog een te passeren en werd ik in veertig minuten toch nog zesde en Bob kwam met een achtste plek toch ook nog aardig weg en was hij ook net nog voor de bui binnen zodat de iets minder snellere lopers nog even nat werden. Maar het geeft niks

Verslag van de Interland van Ted.

Op 18 augustus kwam er een envelope aan van de KNAU met hierin een uitnodiging voor de jeugdinterland Nederland - Westfalen die op 5 september zou worden gehouden.

Ik was ingedeeld op de 1500 meter, wat niet mijn sterkste onderdeel is.

Ik stuurde naar de KNAU een briefje dat ik wel wilde meedoen.

Dus zo kwam ik de dag van de wedstrijd, we gingen naar Arnhem met de auto en moesten eerst naar het station. Daarvandaan vertrok een bus naar de atletiek baan. Deze is nog zeer nieuw. We kregen een trainingpak, een shirt, een short en consumptiebonnen. (De kleren moesten na de wedstrijd weer worden ingeleverd.)

Ik moest om 16.50 lopen toen iedereen al klaar was want de wedstrijd begon om 15.00 uur (de 800 m.)

Toen kwam ik iets te horen waar ik niet blij mee was. M'n grootste concurrent op de 1500 meter moest ook de 1500 m want de 1500 hindernis ging niet door. Toen moesten we aan de start verschijnen en even later klonk het startschot. Ik vloog er als een speer vandoor (of zij spratte niet zo snel), en zo liep ik de eerste 250 m. voor.

Maar ik denk, het lijkt me slimmer om toch maar tweede te gaan lopen.

Dus dat deed ik. Vincent Telgen nam de kop over (Vincent Telgen is de Nederlandse kampioen op de 500m.).

Dit deed hij de verdere wedstrijd tot op 350m. voor de finish. Toen ging ik er voorbij en versnelde meteen. Hij volgde, (de anderen lagen meteen al een heel eind achter) met moeite, maar hield het nog net uit, toen nog 100m. met mij nog steeds op kop, hij probeerde een versnelling in te zetten maar ik deed dat ook dus dat redde hij niet om er langs te komen. Nog 50 m. en ik versnelde weer, dat was wat hij niet meer kon en ik won. (DAT RIJMT).

Na gedoucht te hebben en te hebben omgekleed begonnen we aan het opmaken van de consumptiebonnen en barbecuen. De barbecue was niet zo geslaagd, ik heb 2 half aangebrand vies gare satèttjes gehad.

We kregen ook nog een parkeren met daarop "Nederland-Westfalen 1987".

Hoogtepunten

Ik had op de 1500 meter een nieuw persoonlijk record met 3 sec. verbeterd en de Nederlandse kampioen verslagen en de Duitse (Westfaalse Kampioen) met 13 sec. verslagen.

Groetjes Ted.

(vervolg Schrijvernieuws)

of je nou van de inspanning of de regen nat wordt, een lekker warme douche knap je weer van op dus Nova-leden kop-op!

Tot schrijfs, ..

Ger Schrijver.

UITSLAGEN VAN DIVERSE WEDSTRIJDEN

22 augustus 1987 wedstrijd bij Hollandia in Hoorn

jongens D geboren in 1975

winnaar driekamp: Jorg Ootjers totaal aantal punten 1601
80 m 11.6 sec ver 4.55 m hoog 1.45 m

jongens D geboren in 1974

winnaar driekamp: Jeroen Paarlberg totaal aantal punten 1813
80 m 11.0 sec ver 4.75 m hoog 1.55 m

Jongens C

9e. plaats voor Sven Ootjers bij de driekamp totaal aantal punten 1671
100 m 13.9 sec ver 4.17 m hoog 1.60 m

29 augustus 1987 SAV

Jongens D

80 m J. Paarlberg 11.2 sec 80 m horden J. Ootjers 17.9 sec
J. Ootjers 11.7 sec J. Paarlberg 16.2 sec

hoogspringen J. Ootjers 1.45 m

Jongens C

100 m S. Ootjers 14.3 sec 100 m horden S. Ootjers 24.4 sec

30 augustus 1987 DEM

1000 m jongens D 2e plaats voor Niels Barsingerhorn 3.01.2

30 augustus Hollandia Hoorn

Jongens A en B

1500 m Ted Smit 4.13.9
Edwin de Geus 4.28.5

RENOVATIELOOP TAS '82 6 september 1987

Jongens 12 t/m 14 jaar 2500 m Meisjes 12 t/m 14 jaar 2500 m

1. Ted Smit 8.09 min 1. Sylvia Kruijer 9.16 min
4. Ed Hoogeboom 8.49

Jongens 15 t/m 18 jaar 5000 m Heren 10.000 m

1. L. Klein 16.04 min 1. G. Smit 30.38 min
4. Jos Hoogeboom 16.52 15. W. Keesom 34.06
7. Frank Hoogeboom 17.23 26 V. d&t 38.15
9. Marcel Tesselaar 17.44
14. Edwin de Geus 18.22

Heren veteranen II 10.000 m

1. T. Leeuwerink 35.50 min
2. J. Keesom 36.00

CD Juniorenwedstrijd op 6 september 1987 in Krommenie

80 m jongens D geboren in 1975	serie1	1. M. van Berkel	11.6 sec
		2. J. Ootjers	11.9
80 m jongens D geboren in 1974	serie2	1. J. Paarlberg	10.8
	finale	1. W. Wagemaker	10.4
		5. J. Paarlberg	10.8
hoogspringen jongens D 1975		1. I. Peeters	1.50 m
		3. J. Ootjers	1.45
hoogspringen jongens D 1974		1. J. Paarlberg	1.60 m
1000 m jongens D	serie2	1. N. Barsingerhorn	2.58.4
100 m jongens C 1973	serie 4	1. J. Elstgeest	12.9 sec
		4. S. Ootjers	13.9
verspringen jongens C 1973		1. M. vd Hogen	5.47 m
		14. S. Ootjers	4.46

13 september 1987 C/D wedstrijd AVA '64

800 m jongens junioren C		1. Ted Smit	2.01.0 min
		5. Cees Pronk	2.18.3

19 september 1987 C/D wedstrijd Haarlem

100 m Jongens C		1. S. van Keulen	11.8 sec
		2. Ted Smit	12.2
1500 m		1. Ted Smit	4.24.6 min

Landelijke D-juniorenspele op 20 september 1987 bij AV Blauw-Wit Ookmeer Amsterdam

hoogspringen jun. D 1e jaars		1. Ivo Peeters	1.57 m
		2. Jorg Ootjers	1.50
verspringen		1. Ingmar Kerp	5.04 m
		5. Jorg Ootjers	4.72
1000m		1. Bjorn Rekelhof	2.51 4 min
		4. Niels Barsingerhorn	2.57.0
hoogspringen jun. D 2e jaars		1. Jeroen Paarlberg	1.65 m
verspringen		1. Joao Varela	5.44 m
		16. Jeroen Paarlberg	4.76

23 september instuifwedstrijd Heerhugowaard

Jongens C	100 m	1. Michiel Bakker	11.7 sec
		4. Ted Smit	12.2
	200 m	1. Michiel Bakker	23.9
		2. Ted Smit	24.5
Jongens B	1500m steeple	1. Edwin de Geus	4.54.0 min
		5. Harrij Koomen	5.14.1
Jongens A	discus	4. David vd Welle	24.58 m

11e Memorial van Damme.

Na wat heen en weer te hebben gebeld, kwamen er toch nog 2 plaatsen vrij in de Nova bus. Vrijdag 11-9 om half twee vertrokken we vanaf Warmenhuizen per touringcar naar het Heizelstadion te Brussel.

De stemming in de bus was al gauw goed, na een mooi cowboyverhaal van Leo. De reis verliep voorspoedig en om half zes gingen we naar de inloopvelden op jacht naar handtekeningen.

Heike Hartwig (kogelstoten), Jacky Joyner (verspringen), Sabine Busch en Cornelia Ulrich (400 m. horden) en anderen.

Met de verrekijker in de aanslag togen we naar 't stadion, waar we in 4 uur tijd een serie wedstrijden te zien kregen, die een enorme indruk op ons maakten. De sfeer in het bijna volle stadion was prima en de "Wave" werkte als bij een popfestival.

Wij hadden een plaats tegenover het Heren verspringen, dames hoogspringen, met goed zicht op het speerwerpen en kogelstoten.

Met de verrekijker konden we het polsstokhoogspringen ook goed volgen, de verschillende loopnummers kwamen vanzelf langs.

Met als afsluiting een vuurwerk konden we terugzien op prachtige, sportieve en spannende wedstrijden, die zeker voor herhaling vatbaar zijn.

Een "Outsider".

De jarigen van de maanden November en December.

November		December	
4	Glenn Pronk	5	Arie Renteriaar
8	Cor Dorn		Everdie de Vet
12	Niek Barsingerhorn	7	R.M. Keesom
	Marian Robert	4	Richard Toorenent
15	Joop Meyer	10	Rieneke Dekker
17	Theo de Nijs	11	Björn Zutt
18	Marjo Ruiter	14	Marina Spaansen
19	Daan Jongstra	16	René de groot
21	Michel Tesselaar	18	Lia Koedijk
22	Annika de Geus	22	Sander v.d. Berg
25	Ted Smit		
26	Marcel Bosselaar		
29	Jasper Rood		

Uitslag Coopertest 1987 DAMES

<u>Naam</u>	<u>1987</u>	<u>datum</u>	<u>1986</u>	<u>1985</u>
Petra Rol	2855 m.	1-10	2788 m.	-
Sylvia Nannes	2805 m.	23-4	-	-
Marian Nolten	2755 m.	1-10	-	-
Marian Robert	2660 m.	2-7	2585 m.	2450 m.
Loes Suiker	2570 m.	23-4	2570 m.	2450 m.
Lia Nieuwland	2525 m.	1-10	-	-
Marijke Groot	2500 m.	23-4	2397 m.	-
Nel Meijer	2500 m.	23-4	2375 m.	2395 m.
Ans v.d. Berg	2500 m.	1-10	-	-
Ans Nieuwland	2495 m.	2-7	-	-
Atie Pronk	2475 m.	1-10	-	-
Liset Blankendaal	2450 m.	1-10	-	-
Trees Pronk	2400 m.	1-10	-	-
Sandra Ligthart	2340 m.	1-10	-	-
Anja de Groot	2340 m.	1-10	-	-
Nel Ruis	2285 m.	23-4	-	-
Ellen Pronk	2275 m.	1-10	-	-
Marieke Nannes	2125 m.	2-7	-	-
Ineke Horio	1950 m.	1-10	-	-
Karen Koopman	1950 m.	1-10	-	-

De opkomst/deelname was dit jaar zo goed, waardoor we genoodzaakt waren een apart "damesklassement" op te stellen !

Peter Robert.

SUPERSTARS 1987

In de vorige uitgave van de NOVA-krant ontbrak dit verslag, maar aangezien de prestaties van NOVA zeker de moeite waard waren wordt dit dus alsnog verzorgd.

Everdien (wie anders ?) trommelde een ploeg bij elkaar om mee te gaan doen aan de wedstrijd SUPERSTARS in Schoorl. Je hebt 4 mannen en twee vrouwen nodig. Voor iedereen wordt een apart klassement opgemaakt, waarbij de slechtste twee prestaties afvallen, voor de ploeg geldt, dat de prestaties tellen van de beste drie heren en 1 dame.

Dit evenement werd op vier avonden gehouden, begin juli.

Ongeveer 1 a 2 weken voor de start was de ploeg compleet, Sid Smit, Leo Suiker, Jaap Nieuwland, Everdien de Vet, Jos Hoogeboom en Margret Bruin (gast-optreden), en ondergetekende als coach. Echter.....

kijk uit, als Everdien je vraagt voor iets, want voor je het weet zit je in het schip. Coachen op zich is niet moeilijk, maar op het programma stond ook een zgn. "coachonderdeel" !

Vol goede moed begonnen we aan de laatste training op de NOVA-baan op donderdag voor de start van het evenement (op vrijdag). Maar wat/wie zien wij op de baan verschijnen ? Jos. Met een rugblessure. Dit was heel erg jammer, want waar haal je op zo'n moment een vervanger vandaan ? Goeie raad is duur, want op de training was niemand meer die zich kon vrijmaken voor dit evenement. Dus de organisatie maarggebeld. Ja, hoor, Frank Kaandorp uit Schoorl wou graag meedoen, maar had geen ploeg.

Op vrijdag aangekomen zien wij daar wel iemand staan met geheel bebloede benen, dat bleek Frank te zijn. Wij krabben ons eens achter de oren, maar het is, net als met de overige NOVA-leden, zeer goed gegaan !! Het mastklimmen ging prima, alle leden kwamen bovenin. Aanvankelijk leek het kanovaren ook goed te gaan, tot onze eerste man, Jaap, bij het keerpunt "koppie-onder" ging. Hij heeft nog wel alles in het werk gesteld om er weer in te kruipen, echter zonder resultaat. Dat hield in, dat geen van de mannen meer mocht kapseizen. Dit is dan ook niet gebeurd. Maar wat zagen wij daar ?? Jos Hoogeboom gaat koppie onder, doet 'ie dan toch mee ? Ja, hoor bij de ploeg Pielat. Hij won dan ook de 3 k.m. net voor Sid. Na de eerste dag stond NOVA dan ook op een gedeelde 1e plaats, Sid: 2e / Frank 23e / Jaap 31e / Leo 32e / Everdien 2e / Margret 6e. Hierna hebben we nog lekker "opgestoken" bij Jaap en Ans om de tactiek voor de maandag te bespreken.

Bij het zwemmen behaalde NOVA de finale, waarin we uiteindelijk 3e werden. Bij het darten ging het heel goed met Everdien, dit onderdeel won zij. Hier was Sid een ietwat ongeconcentreerd bezig en verloor toch wel wat punten op concurrent Engel. Het bankdrukken ging weer wat beter. Na dag 2 was de stand Everdien 1 / Margret 5 / Sid 2 / Jaap 26 / Leo 27 / Frank 35. De ploeg werd nu toch wel zeer nadrukkelijk naar de tweede plaats verwezen. (p.s. zien jullie ook de verbeterde strijd tussen Jaap en Leo ?) Op dag 3 kwam o.a. atletiek aan bod. Everdien won het verspringen, Margret won de fietscross en het kogelstoten. Sid werd 4e met verspringen, 2e met de fietscross en 6e met kogelstoten. Als ploeg moesten we 6 x 300 m. estafette lopen. Insiders zullen het wel weten, maar 300 m. is een verschrikkelijke afstand. (uiteraard) kwam NOVA inde finale en won deze ook, maar wat waren we (ze) kapot.

Frank won ook nog even en passant de fietscross. Al met al een prima dag voor NOVA (stand: Sid 2 / Leo 20 / Jaap 25 / Frank 26 / Everdien 1 / Margret 3 / de ploeg 2. Deze avond zijn we gezellig naar Leo en Gury geweest om de tactiek voor de finale-avond te bespreken.

(zie verder onder "coopertest HEREN")

Uitslag Coopertest 1987 HEREN

<u>Naam</u>	<u>1987</u>	<u>datum</u>	<u>1986</u>	<u>1985</u>
Wik Dekker	3650 m.	1-10	3510 m.	3358 m.
Bob Haanappel	3565 m.	2-7	3580 m.	3450 m.
Sid Smit	3500 m.	1-10	3580 m.	3525 m.
Steve	3495 m.	2-7
Joop Meijer	3475 m.	23-4	3475 m.	3225 m.
Ger Schrijver	3440 m.	1-10	3560 m.	-
Kees Meijer	3430 m.	23-4	3425 m.	3163 m.
Theo de Nijs	3425 m.	2-7	3443 m.	3458 m.
Peter Robert	3420 m.	1-10	3395 m.	-
Jan Hoogeboom	3410 m.	2-7	3450 m.	3475 m.
Leo Suiker	3380 m.	1-10
Piet Meijer	3360 m.	2-7	3475 m.	3363 m.
Hans de Koning	3290 m.	23-4	3175 m.	-
Julius Kouwen	3235 m.	1-10
Niek Nolten	3210 m.	1-10
Sjaak Bes	3200 m.	2-7	3050 m.	2550 m.
Piet Stuijt	3190 m.	2-7	3190 m.	3075 m.
Piet Ligthart	3100 m.	1-10
Jaap Nieuwland	3060 m.	23-4	2870 m.	-
David v.d. Welle	3060 m.	23-4
Maarten Gelderman	3037 m.	1-10
Jan Karsten	2980 m.	2-7	2943 m.	-
Nico Pronk	2940 m.	1-10
Piet v.d. Welle	2925 m.	23-4	2972 m.	2950 m.
Jos Kraakman	2875 m.	2-7
Thomas Ligthart	2845 m.	1-10
Henk Masteling	2625 m.	2-7	2680 m.	2725 m.

Vervolg verslag Superstars.

Van de laatste dag hebben wij geen officiële uitslag meer ontvangen.

Maar het ging er toch spannend toe !!!!!

Everdien was bij de dames al niet meer te kloppen en werd SUPERSTAR 1987, Margret werd 3e.

Bij de heren werd het ongemeen spannend. Het onderdeel bankspringen werd door onze atleten, voor zover je daarvan mag spreken, niet zo goed afge- werkt. Bij het fietsen ging het echter weer SUPER, en bij het basketwerpen ging het ook goed. En zo werd ook Sid SUPERSTAR 1987, met 2 punten voor- sprong op Gerard Engel. Ook Jaap, Leo en Frank klommen nog flink in het klassement. NOVA werd als ploeg 2e.

Op 19 juli j.l. hebben we dit gevierd met z'n allen met een gezellige barbeque (in de regen / hagel / en later lekker in de zon)

IJS- en wederdienende hopen we volgend jaar weer met deze ploeg mee te doen aan de SUPERSTARS 1988.

De coach Marian R.

GEWIJZGDE TRAININGSTIJDEN

Met ingang van november veranderen de trainingstijden op donderdag. Zoals al vele jaren gebruikelijk is gaan we weer gebruik maken van de sporthal Harenkarspel.

Van 4.00 tot 5.00 uur de pupillen en daarna van 5.00 tot 6.00 uur de junioren. De oudere junioren die 's middags niet kunnen of liever lopen kunnen 's avonds op de baan terecht want dan trainen om 7.30 uur de senioren.

De dinsdagavond training voor de junioren gaat gewoon door op de baan maar zal alleen kunnen bestaan uit loopwerk omdat het gras binnenkort weer onder water wordt gezet om in de winter hopenlijk weer ijsbaan te worden.

Met het begin van het winterseizoen moeten wij helaas afscheid nemen van de trainsters Marja en Krista. We zaten er wel mee, maar gelukkig hebben we door het vele speurwerk van Joop Nota voorlopig een oplossing weten te vinden.

Van 4.00 tot 6.00 uur komt Ben Klapper zowel de atleten als onze eigen trainers assisteren. Hij is ons toegewezen door de KNAU. Wij hopen dat hij in de gelegenheid is om te blijven tot er andere oplossingen zijn gevonden. Verder komt Siem Boekel ons assisteren van 5.00 tot 6.00 uur. Velen van ons zullen hem wel kennen. Siem heeft cios gedaan en wil nu graag van zijn hobby (sport) zijn beroep maken. Hoewel wij natuurlijk hopen dat hij spoedig een volledige baan zal vinden hopen wij toch ook dat hij een langere tijd aan onze vereniging verbonden zal blijven.

Meisjes en jongens we hopen dat jullie allemaal mee zullen werken om in de zaal er sportief tegenaan te gaan zodat we het volgende zomerseizoen weer beter voor de dag zullen komen.

+++++

BELANGRIJKE WEDSTRIJDEN EN DATA

1. nov. Halve marathon Warmenhuizen-tuitjenhorn

14. nov. 1e wedstrijd crosskompititie

12 dec. 2e wedstrijd crosskompititie

10 jan halve marathon. Egmond aan Zee

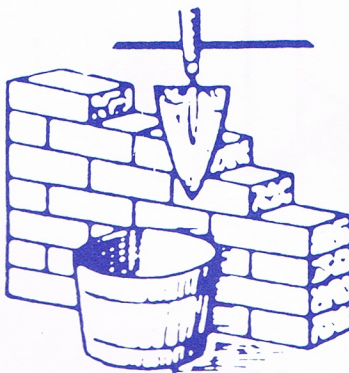
16 jan 3e wedstrijd crosscompititie

+++++

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!!



De Camper 3 Telefoon
Warmenhuizen 02269-2576

BESTUUR

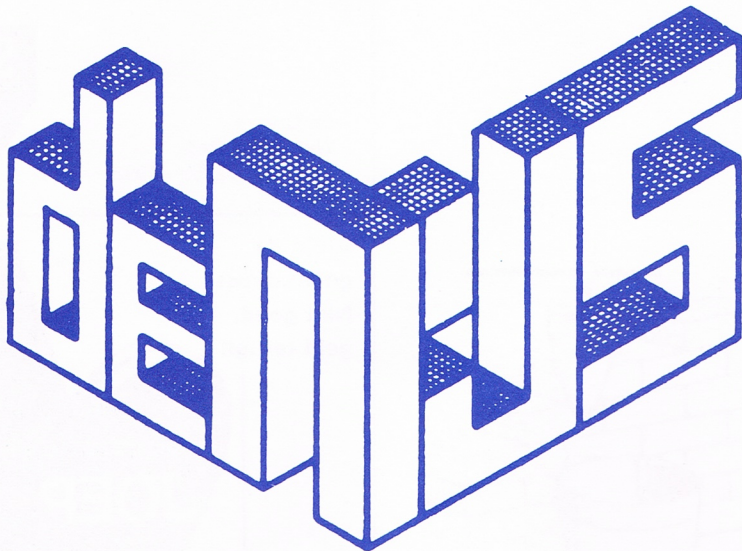
Theo de Nijs	De Baan 33, Warmenhuizen (voorzitter)	1964
Piet v. d. Welle	Sportlaan 20, Warmenhuizen (secretaris)	2339
Anneke Smit	Oudewal 1, Warmenhuizen (Penningm.)	1769
Joop Nota	Dorpsstraat 71, Tuitjenhorn	1602
Glen Pronk	Oase 34, Tuitjenhorn	1838
Truus Rood	Pimpelmeesstraat, Warmenhuizen	2036
Tiny Karsten	Kalverdijk 14, Kalverdijk	2029
Piet Meijer	Oudewal 7, Warmenhuizen	2653

REDAKTIE NOVAKRANT

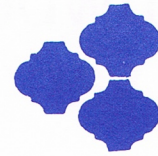
Sjaak Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Koos Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen	1433
Anja Pronk-Dekker	Fabrieksstraat 20a, Warmenhuizen	3434
Truud Dekker-Boekel	Kalverdijk 29, Kalverdijk	2869
Mariska Tesselaar	Breedeweg 45, Castricum	02518 - 58827
Paul Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen (illustr.)	1433
Silvia Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Karin Roozendaal	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**

Bloemen houden van mensen . . .
Schept vreugde in het leven
door vaker een bloemetje te geven

SPAANSEN is daarvoor het
juiste adres ook voor
service en kwaliteit . . .

**OOK VOOR AL UW
BRUIDS- EN GRAFWERK**

A. SPAANSEN

DE POMP



Warmenhuizen
Oud Wulpendorp 1
Tel. 02269-1382

AMBACHTELIJKE SLAGERIJ

LEO DE PEE

Dorpsstraat 38 - Tuitjenhorn
Telefoon 02269 - 1354

"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**

VITTORIO

SPORT, TOUR en RACEFIETSEN

Grote kollektie

SPORT en RACEKLEDING

**SPORTHUIS
JAN GROOT**

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



Hallo jongens en meisjes atleten,

Hier is alweer het herfstnummer van de Novakrant.

Iedereen heeft lekker een weekje vakantie, even uitblazen van 2 maanden hardwerken op school!

Wat jullie kunnen lezen in dit nummer;

Aankondigingen over de wintertrainingen en trainers (sters)

de 1ste wintercrossloop die bij Nova gehouden zal worden.

De uitslagen van de laatste pupillenzomercompetitie wedstrijd

bij Trias in Heiloo za. 29-8 j.1.

Allereerst willen we onze aller Juffrouw Joop ons

medeleven betuigen bij het overlijden van haar man

George vrijdag 2 oktober j.1.

Onze gedachten gaan ook uit naar Nelleke, Maartje en Brechtje.

Wij wensen jullie veel sterkte voor de toekomst.

Wintertraining

Donderdag 5 november a.s. is de eerste binnentraining

van het winterseizoen in de Sporthal Harenkarspel.

Van 4 tot 5 uur 's middags voor alle pupillen (t.m. 11 jaar)

Van 5 tot 6 uur voor alle C en D jeugd en B junioren.

Nu Maja en Christa ons jammer genoeg gaan verlaten

hebben we van de KNAU hulp gekregen in de zin van een

gediplomeerde trainer ; Dhr. B. Klapper .

Dhr. Klapper zal iedere donderdagmiddag van 4 tot 6 uur

jullie onderrichten in de zo veelzijdige atletieksport en

ook onze trainers(sters) begeleiden.

Juffrouw Joop , Juffrouw Nel, Juffrouw Hanneke en Gerard

zijn natuurlijk ook van 4 tot 5 uur bij de jeugdtraining.

Juffrouw Hanneke (Toorenent, de moeder van Richard) assisteert

vanaf de zomer bij de jeugdmiddagtrainingen. Heel hartelijk

welkom Hanneke we hopen dat je heel lang onze gelederen

komt versterken.

zie volg blz.

vervolg crosscompetitie;

Wij hopen op grote deelname van Nova zijde !

Geef je zo spoedig mogelijk op bij de wedstrijdsecretaris dhr. P. v.d. Welle of bij Juffrouw Nel (voor alle pupillen). Tijdens de crosswedstrijden moet er gelopen worden in de clubkleding ! Zorg zelf voor de veiligheidsspelden voor de wedstrijdnummers . Lopen op spikes is n i e t toegestaan! Atleten sukses ! Houdt de Nova kleuren hoog

Uitslagen pup. wedstrijd dd 29-8 -AV Trias Heiloo;

<u>Jongens pup C;</u>	<u>ver</u>	<u>40 mt.</u>	<u>balw.</u>	<u>Uitsl;</u>	<u>1.000 mtr</u>
Robert Visscher	2.83	7.3	27.86	6	4.01.6
Matthijs de Groot	2.92	7.9	14.34	17	4.25.5
Richard Toorenenet	2.49	8.0	18.92	18	-
<u>Meisjes Pup B</u>	<u>bal.</u>	<u>hoog</u>	<u>40 m</u>	<u>totaal</u>	<u>1.000 mtr;</u>
Maartje Nota	22.00	85	7.4	5e	4.19.6
Ilse Barsinger orn	14.50	85	7.1	9e	4.00.7
Sylvia Woudstra	14.60	85	7.4	13e	4.24.9
<u>Pup. B Jongens</u>	<u>bal.</u>	<u>40 mtr.</u>	<u>hoog</u>	<u>totaal</u>	<u>1000 mtr.</u>
Sjors Nieuwland	28.90	7.3	95	2e	3.48.1
Jesse Meyer	28.08	7.4	95	3e	3.52.3
Ruud Pronk	25.30	6.9	85	6e	3.37.0
<u>Meisjes Pup A</u>	<u>ver</u>	<u>60 mtr.</u>	<u>kogel</u>	<u>totaal</u>	<u>1.000 mtr</u>
Liza Roemer	3.34	10.5	4.87	13e	4.17.9
<u>Jongens Pup A</u>	<u>ver</u>	<u>kogel</u>	<u>60 mtr.</u>	<u>tot.</u>	<u>1.000 mtr.</u>
Erik Schilder	3.25	4.98	10.0	8e	3.46.9
Stefan Barendsen	3.22	5.30	10.6	11e	4.05.1
Jasper Kood	3.18	5.41	11.1	12e	4.42.4
Arnold Suiker	2.99	5.28	11.1	13e	4.24.4
Maurice van Oostrom	3.63	7.25	9.8	2e	4.21.5
Merijn v.d. Vaart	3.13	4.64	10.2	16e	4.14.8
Bas Dekker	3.17	5.17	11.0	18e	4.09.7
Elias Sweverinck	2.52	5.24	11.3	21e	4.24.0
Maarten Pronk	4.08	8.55	9.1	<u>1e</u>	4.41.7
Edwin Visscher	3.69	7.85	9.3	2e	3.37.8
Lars Barsingerhorn	3.61	7.73	9.2	3e	3.27.4
Marcel Borsselaer	3.27	6.62	10.4	13 e	4.07.3