

**In deze Noviteit van
maart/april
2007:**

16 maart Klaverjasdrive

*Manon Kruiver
Nederlands Kampioen
10 km op de weg*

*Wageningen NK Cross
Manon Kruiver MJA 1^e
Margriet Berkhout MJB 1^e*

26 maart ledenvergadering

*terug van weggeweest:
Schrijversnieuws*

Inhoudsopgave

Novabestuur	4
Jeugdcommissie	4
Trainers Nova	4
Trainingstijden	4
Contributie	5
Belangrijke informatie	5

Vaste Rubrieken

Redactioneel	6
Van de voorzitter	9
Rijpernieuwtsjes	18
Jarigen	20
Pietpraat	21
Portret van een Novalid	23
Recept	27
Evenementenkalender	42

Verder in deze Novakrant

Ledenvergadering	10
Notulen	11
Foto's Wintersport 2007	15
Tussenstand Wintercompetitie 2006/2007	16
Uitslagen Wintercompetitie 2006/2007	17
Klaverjasdrive	17
Uitslagen cross	22
Nieuws Nova-TDR atleten	24
Scholierenloop	27
Rondje Novabaan	28
Loopclinic	29
Nieuw podium	30
Schrijversnieuws	33
Wandeltochten Noord-Holland	35
Vorderingen nieuwe atletiekaccomodatie	36
Patat	39
Beginnen en afvallen	40
Halve marathon De Waal	41
Puzzel	41

Novabestuur

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>	
Jos de Groot	Kanaalweg 26	Warmenhuizen	0226 39 2405	<i>Voorzitter</i>
Piet van der Welle	Sportlaan 20	Warmenhuizen	0226 39 2339	<i>Secretaris</i>
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735	<i>Penningmeester</i>
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209	
Piet Meijer	Oudevaart 40b	Warmenhuizen	0226 39 0819	
Rene de Nijs	Fuik 21	Warmenhuizen	0226 39 3661	
Theo de Nijs	De Baan 33	Warmenhuizen	0226 39 1964	
Joop Nota	Dorpsstraat 71	Tuitjenhorn	0226 39 1602	
Piet Stuyt	De Kloet 3	Tuitjenhorn	0226 39 3177	
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577	
Theo Tesselaar	Rijperweg 25	Sint Maarten	0226 39 3492	
Novakantine	Oostwal	Warmenhuizen	0226 39 1082	

Jeugdcommissie

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735
Irene Glas	Schelphoek Noord 40	Warmenhuizen	0226 39 5169
Mirjam van der Welle	Verzetslaan 43	Warmenhuizen	0226 39 3991

Trainers

<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>
Tonja Burger	0226 39 1291	René de Nijs	0226 39 3661
Martin Church	0226 39 0490	Nienke Rijkeboer	0226 39 2626
Henry Hofmann	0226 39 4974	Peter/Marian Robert	0226 39 3338
Jan Karsten	0226 39 2029	Bart Schalkwijk	0226 39 3221
Ilse Leegwater	0226 39 3537	Leo Suiker	0226 39 3058
Marian Leijen	0226 39 4493	Louis Suiker	0226 39 2577
Miriam Ligthart	0226 39 5527	Maaïke Tesselaar	0224 29 9884

Trainingstijden

<i>Maandag</i> 9.00 tot 10.30	<i>Vertrek bij Zandspoor</i> Sportief wandelen	o.l.v. Peter Robert
<i>Dinsdag</i> 17.30 tot 18.30 18.30 tot 19.30 19.30 tot 21.00	<i>Novabaan</i> ABC junioren D junioren Senioren/masters	o.l.v. Maaïke Tesselaar, Martin Church o.l.v. Maaïke Tesselaar, Martin Church o.l.v. Piet van de Welle
<i>Donderdag</i> 16.00 tot 17.00 17.00 tot 18.00 19.30 tot 21.00	<i>Novabaan</i> Mini pupillen Pupillen C Senioren/masters	o.l.v. Henry Hofmann, Marian Leijen, Tonja Burger en René de Nijs o.l.v. Peter Robert
<i>Vrijdag</i> 16.00 tot 17.00 17.00 tot 18.00 18.00 tot 19.00	<i>Novabaan</i> Pupillen B Pupillen A (1996) Pupillen A (1995)	o.l.v. Maaïke Tesselaar, Nienke Rijkeboer en Ilse Leegwater o.l.v. Maaïke Tesselaar, Nienke Rijkeboer en Ilse Leegwater o.l.v. Maaïke Tesselaar, Nienke Rijkeboer en Ilse Leegwater
<i>Zaterdag</i> 9.00 tot 10.30 15.00 tot 16.30 (winter) 15.30 tot 17.00 (zomer)	<i>Vertrek bij Zandspoor</i> Sportief wandelen Nordic Walking Nordic Walking	o.l.v. Marian Robert, Miriam Ligthart o.l.v. Louis Suiker, Leo Suiker, Jan Karsten o.l.v. Louis Suiker, Leo Suiker, Jan Karsten

Contributie

Pupillen	€ 50,00 per jaar
Junioren	€ 60,00 per jaar
Senioren	€ 75,00 per jaar
Sportief wandelen	€ 75,00 per jaar
Steunend lid	€ 15,00 per jaar (inclusief Novakrant)
Donateur	€ 5,00 per jaar

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van één jaar en loopt vanaf het moment van inschrijving. Hierna van januari t/m december. Betaling van de contributie geschiedt bij aanvang van het jaar, een rekening wordt u toegezonden. Opzegging van het lidmaatschap, bij voorkeur schriftelijk, drie maanden van tevoren bij Piet van der Welle, Sportlaan 20, Warmenhuizen.

Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

Oproep tweedehands Novashirts

Vanaf 1 januari verandert het adres voor het inbrengen en kopen van gebruikte NOVA kleding! Heeft u Novashirts die u niet meer gebruikt? Geef ze een tweede kans en lever ze in bij Nelina Bruin, Wieder 25, Warmenhuizen. Telefoon: 0226 39 2209. Dit blijft het adres voor het bestellen van wedstrijdkleding. De Nova T-shirts blijven verkrijgbaar bij Tuincentrum Rubra op Schoorldam.

Coopertest

Op donderdagavond 10 mei is er weer een coopertest. Wil je je conditie meten hou deze datum dan vrij!

.....

Wintersport 2007.

Wij willen graag alle deelnemers bedanken voor de kadobon, die wij van jullie hebben gekregen. Wij hebben 'm inmiddels besteed: we gaan een weekend uitwaaien op Texel!

Tot de wintersport in 2009!

Weekend uit AV Nova in april naar de Veluwe.

Was na 10 dagen al volgeboekt. Wij zijn bezig met de organisatie van het (voor een aantal *extra lange*) weekend. Een aparte projectgroep is volop bezig met de organisatie van het inmiddels beroemde 'zaterdagavondevenement'.

Het verslag komt ongetwijfeld in de volgende 'Noviteit'.

Wandelweek Oostenrijk van 8 - 15 september as.

In de vorige 'Noviteit' heb je hierover kunnen lezen. Het Gasthaus was al snel volgeboekt, er is nog plaats in één huisje, maximaal 3 personen. Kortom, wil je mee laat het dan even weten.

Wij gaan zelf in mei een weekje naar Niels en Inge. Lekker op vakantie en ook om de wandelingen alvast 'voor te lopen'. Ook gaan de fietsen mee.

Voorjaarswandeling

Is op 25 maart. Het is nog een verrassing waar we naar toe gaan. Afstand zal ongeveer 20 km. zijn. We nemen met de wandeltrainingen een lijst mee, is namelijk handig om te weten hoeveel wandelaars meegaan (o.a. bestellen koffie mét punt). Of geef je gewoon bij ons op.

Let op: 25 maart is ook de start van de zomertijd!

Redactioneel

De tweede "Noviteit" alweer. Zo te horen aan jullie reacties hebben jullie genoten van de nieuwe Noviteit. Dit heeft men laten blijken door ons er persoonlijk op aan te spreken of via de mail. Bedankt voor jullie reactie, leuk om te horen.

Met goede moed zijn we aan de tweede editie van de "Noviteit " begonnen en deze keer weer vele inzendingen.

Eerst willen we even stil staan bij de geleverde prestaties van Manon Kruiver en Margriet Berkhout. Geweldige prestatie, bij deze de felicitaties van de redactie. Lianne Groen schrijft nog een stukje over de TDR- atleten.

Piet van der Welle houdt ons op de hoogte van de vorderingen van de nieuwe atletiek accommodatie. Spannende tijd zo voor atletiekvereniging Nova. We wachten in spanning af.

Belangrijke mededeling, op maandag 26 maart is de jaarvergadering. Het bestuur rekt op veel leden, omdat er belangrijke beslissingen moeten worden genomen i.v.m. de nieuwe accommodatie. Geïnteresseerden kunnen komen naar de Sis-kantine aanvang 20.00 uur.

Verder kan men de vaste rubrieken terug lezen in de Noviteit, een oude bekende (Ger Schrijver) heeft ons weer eens verblijd met een stukje. Rijpernieuwtsjes verhaald ons ook over zijn belevenissen in Chatel, Dick Smit laat ons lachen door een bijzonder stukje te schrijven over patat. Ruud heeft een inspirerend stukje over afvallen of doorgaan met of zonder Sonja!!!

Tonja heeft nog een stukje van de loopclinic. Wisse Stolk heeft een heel gemakkelijk recept ingestuurd. Wij van de redactie zouden het leuk vinden als de jeugd wat vaker een stukje voor de krant heeft. Dus zijn jullie naar een wedstrijd geweest laat wat van jullie ervaringen horen. Misschien volgende keer iets meer nieuws uit de jeugdhoeke? We wachten in spanning af.

De Europese kampioenschappen junioren wordt dit jaar gehouden in Hengelo. Dit vindt plaats op 19-22 juli. Lijkt het je leuk om als toeschouwer heen te gaan kun je informatie vinden op de website.

Ook iets om alvast even bij stil te staan is de wandelvierdaagse, noteer in je agenda dat deze wordt gehouden in week 17. Leuk en gezellig om dit met klasgenootjes te lopen. Dus houdt deze week vrij.

De volgende Noviteit wordt in elkaar gezet op woensdag **9 mei**. Jullie kunnen stukjes mailen naar **novakrant@hotmail.com** en wel voor vrijdag **27 april**.

Veel leesplezier van deze Noviteit, wie weet in het aankomende voorjaarszonnetje. Reacties zijn altijd welkom.

Een sportieve groet,

De Novaredactie

Nel Meijer	Oudevaart 40b	Warmenhuizen	0226 39 0819
Margret de Boer	Dergmeerweg 41	Warmenhuizen	0226 39 3709
Maaïke Groot	Surmerhuizerweg 8a	Eenigenburg	0226 39 0554
Kirsti Ootjers	Vliedlaan 42	Schagen	0224 72 2046
Ruud Doodeman	Pastoorsgroet 9	Warmenhuizen	0226 39 4353
Suzanne Smit	Molenaarweg 54	Warmenhuizen	0226 39 3186



Wilt u adverteren in onze krant? Neem dan contact op met een van onze redactieleden

Van de voorzitter

24 februari 2007

Om te beginnen wil ik de dames Berkhout en Kruiver van harte feliciteren met het behalen van weer een Nederlandse titel. Ergens las ik een uitspraak van jullie illustere voorgangster Silvia Kruijer: "Winnen verveelt nooit". Wij van NOVA hopen dat jullie je nooit vervelen. Zeker nu dit stukje geschreven wordt aan de vooravond van de NK cross. We zien wel weer wat dat brengt. Margriet en Manon succes. Let op de reclamefolders, want Manon is ook nog fotomodel, heb ik ergens gelezen.



GroetuitSchoorl, Asics NK 10 km

Weer een succesvol verlopen dag. De dag werd alleen overschaduwd door het overlijden van een "deelnemer" uit Soest. Hij liep iets voorbij het Groeter kerkje toen hij onwel werd. Omdat hij in de nabijheid van twee artsen liep werd onmiddellijk begonnen met hartmassage, mond op mond beademing. Dit mocht echter niet baten. Omdat de man in kwestie geen startnummer had, was hij in de administratie niet terug te vinden. Hij had zich dan ook niet ingeschreven. Wel had hij een chip aan zijn schoen en aan de hand van de chip kon toen gevonden worden wat zijn identiteit was. Hiermee moest echter voorzichtig worden omgegaan. Het zou een chip van een ander kunnen zijn. U snapt dit duurde lang. Doordat een vriendin, waarmee hij was meegereden, zich meldde bij de organisatie kon zijn identiteit definitief worden vastgesteld.

Ondanks het feit dat hij geen officiële deelnemer was, heeft de GroetuitSchoorlRUN met zijn vrouw gesproken, naar wie onze deelneming uit gaat. Zij was niet op het parcours aanwezig. Doordat wij niet wisten wie het was en in overleg met politie en artsen is de wedstrijd over 10 km gewoon doorgegaan. In de krant stond een heel vreemd bericht en werden vreemde conclusies getrokken.



Ondanks dit gaat veel dank uit naar de medewerkers, die bij de 21 en 30 km werden getrakteerd op veel zegen van boven. Bij de verzorgingstafels was het erg druk, mede omdat de 21 en 30 tegelijk van start gingen. In de Blinkerd was het erg hectisch, omdat velen zolang mogelijk tegen de regen schuilden. Zodoende verlieten nog mensen de Blinkerd op het moment van de start. Gelukkig kwam het met het aantal medewerkers goed, want skivakanties en WK schaatsen trokken daar wel een wissel op.

Jaarvergadering

In deze krant vindt U een uitnodiging voor de jaarvergadering. Een van de belangrijkste in het bestaan van NOVA. De nieuwe baan gaat zijn beslag krijgen, daarover meer in de jaarvergadering. NOVA kan elke steun gebruiken, moreel, financieel en fysiek. Daarom bent U van harte uitgenodigd op de jaarvergadering.

Jos

Ledenvergadering

Op **maandag 26 maart 2007** wordt de jaarlijkse algemene ledenvergadering gehouden. De aanvang is om **20.00 uur** en de plaats deze keer de S.I.S. kantine. In verband met de voorgenomen aanleg van een nieuwe atletiekbaan met clubgebouw en de daaruit voortvloeiende gevolgen wordt dit een uiterst belangrijke vergadering. Tijdens de vergadering zal hierover een presentatie worden gehouden.

AGENDA

1. Opening
2. Notulen van de vergadering van 20 maart 2006 (elders in deze krant)
3. Ingekomen stukken en mededelingen
4. Jaarverslag secretaris
5. Verslag kascommissie
6. Financieel jaarverslag 2006
7. Benoeming kascommissie
8. Begroting 2007
9. Bestuursverkiezing:
periodiek aftredend en herkiesbaar: Theo de Nijs en Piet Meijer
voorstel tot aanvulling van het bestuur met: Rene de Nijs
10. Voorstellen met betrekking tot de nieuwe accommodatie:
 - a. bouw van een nieuw clubgebouw. De kosten worden geraamd op € 300.000,-- voor de financiering van deze uitgaaf is het volgende plan opgezet:

aanwending reserve en eigen vermogen	€ 75.000,--
opbrengst acties	€ 25.000,--
zelfwerkzaamheid	€ 25.000,--
subsidie gemeente	€ 75.000,--
geldlening	€ 100.000,--
 - b. voor deze geldlening wordt overleg met de Rabobank gevoerd. Alvorens een definitieve aanbieding wordt, verlangt de bank de nodige informatie, zoals een akkoordverklaring van de ledenvergadering met de voorgenomen plannen, regeling opstalrecht e.d. Het bestuur stelt voor de lening aan te gaan tot maximaal € 100.000,- tegen de alsdan geldende rente en een looptijd van 25 jaar. Rente en aflossing te voldoen op annuïteitbasis, d.w.z. dat de last gedurende de gehele looptijd gelijk zal blijven.
 - c. omdat de ondergrond eigendom van de gemeente is, zal er voor het clubgebouw een opstalrecht moeten worden gevestigd.
11. Voorstel tot verhoging van de contributie voor zowel pupillen, junioren als senioren met € 10,- per jaar met ingang van 2008 teneinde de extra lasten van de nieuwe accommodatie te dekken. Voorgesteld wordt om deze verhoging niet toe te passen voor de leden welke alleen gebruik maken van de faciliteiten voor sportief wandelen en nordic walking.
12. Begroting 2008 rekening houdende met de lasten voortvloeiende uit het gebruik van de nieuwe accommodatie en rekening houdende met bovenstaande voorstellen.
13. Rondvraag
14. Sluiting



De stukken op deze vergadering betrekking hebbende liggen voor de leden vanaf 9 maart 2007 ter inzage bij secretaris Piet van der Welle, Sportlaan 20 te Warmenhuizen.

Notulen ledenvergadering 20 maart 2006

Aanwezig zijn de bestuursleden: Jos de Groot, voorzitter, Piet van der Welle, secretaris, Yvonne Boerdijk, penningmeester, Joop Nota-de Nijs, Piet Stuyt, Nelina Bruin, Piet Meijer en Theo Tesselaar alsmede 20 leden. Afwezig zijn de bestuursleden: Louis Suiker en Theo de Nijs

Opening

De voorzitter opent de vergadering en deelt mede dat ondanks het koude weer de kantine lekker warm is dankzij het werk van Dick Smit. Hij heeft de c.v.ketel vervangen. Dick krijgt voor zijn werk applaus van de vergadering. Verder wijst hij op de Nederlandse kampioenen van bij het N.K.indoor en cross.

Notulen

De notulen van de vorige vergadering hebben in de Novakrant gestaan. Deze worden onveranderd vastgesteld.

Ingekomen stukken en mededelingen

De voorzitter deelt mede dat de bestuursleden Theo de Nijs en Louis Suiker verhinderd zijn.

Jaarverslag secretaris

De secretaris leest het jaarverslag over 2005 voor. Dit verslag geeft geen aanleiding tot het maken van opmerkingen.

Verslag kascommissie

Namens de kascommissie brengt Theo Tesselaar verslag uit. De financiële administratie is bij de penningmeester gecontroleerd en zag er perfect uit en hij adviseert de jaarrekening goed te keuren. Wel mist de commissie in de boeken de inkomsten en uitgaven van de verlichtingsloop. De voorzitter verklaart dat dit klopt. Er is een verlichtingscomité dat deze loop organiseert en een eigen kas heeft. De sponsors en inschrijfgelden moeten de kosten dekken. David van der Welle, lid van dit comité, deelt mede dat er bij overschotten aanschaffingen worden gedaan waar Nova profijt van heeft. Het afgelopen jaar waren dat hesjes voor de verkeersregelaars. Joop Nota vult nog aan dat de verlichtingsloop reeds bestond voor de oprichting van Nova.

Financieel jaarverslag 2005

Bij de behandeling van de exploitatierekening informeert Dick Smit naar de bijdrage van het R.K. Genootschap Sint Maarten voor het 25-jarig jubileum. De voorzitter antwoordt dat voor de activiteiten t.b.v. de jeugd een bijdrage is gevraagd. Deze instelling geeft wel meer bijdragen bij bijzondere gelegenheden. De jaarstukken worden hierna ongewijzigd goedgekeurd.

Benoeming kascommissie

Theo Tesselaar is aftredend. Nieuw wordt benoemd Jan Berkhout die nu samen met Miryam Dekker de kascommissie vormt.

Begroting 2006

Matthijs de Groot vraagt of de vereniging winst maakt op de kleding. De voorzitter wijst erop dat ook onder de uitgaven eenzelfde bedrag is opgenomen. Jan Berkhout vraagt naar de hogere raming onder acties. De secretaris antwoordt dat de opbrengst per saldo ongeveer gelijk is.

Gerjo Elsenaar vraagt naar de invloed van een nieuwe accommodatie op de begroting. De voorzitter antwoordt dat de begroting is opgezet op de huidige situatie. Als er meer bekend is over de financiële gevolgen van een nieuwe accommodatie zal er een extra ledenvergadering worden uitgeschreven. Henry Hofmann ziet dat de inkomsten en uitgaven voor wedstrijden hoger zijn geraamd. De secretaris deelt mede dat dit een moeilijk te begroten post is. Per saldo blijven de kosten ongeveer gelijk. Vervolgens wordt de begroting voor 2006 goedgekeurd.

Bestuursverkiezing

Overeenkomstig het voorstel worden Louis Suiker en Nelina Bruin herkozen. De voorzitter feliciteert de herkozen bestuursleden en de aanwezigen bevestigen dit met applaus.

Rondvraag

Lia Raat vraagt of de wedstrijdleding een wat moderner uitvoering kan krijgen. Bestuurslid Nelina Bruin antwoordt dat er verschillende mogelijkheden zijn. Verder deelt zij mede dat het ook mogelijk is om zelf iets in de goede kleur te kopen en daarna het logo van Nova erop te laten zetten. Verder vraagt Lia Raat om aanvulling van de redactie van de Novakrant omdat zij ermee stopt.

Cees van Wijk wijst op de hoge afdracht aan de KNAU. Dit is ook voor de sportief wandelaars terwijl hier niets tegenover staat. De voorzitter deelt mede, dat deze tak van sport in het verleden geen aandacht kreeg van de bond, maar dat dit inmiddels veranderd is. De laatste jaren worden er ook opleidingen verzorgd en is duidelijk meer aandacht voor de wandelaars. Verder wijst hij erop dat de afdrachten bij andere nationale bonden veelal beduidend hoger is. Piet Meijer stelt voor om dit punt door te spelen naar de KNAU.

Gerjo Elsenaar deelt mede dat zijn zoon Bas heeft aangeboden om Rene de Nijs te helpen bij de verdere invulling van de website. De gedachte is dat ook anderen bepaalde delen van de site kunnen bijwerken. Piet Stuyt waarschuwt ervoor dat de site geen vergaarbak wordt. De voorzitter bedankt Gerjo en Bas voor hun aanbod en hoopt op een goede samenwerking.

Trainster Tonja Burger deelt mede dat zij de specialisatie springen nu volgt maar vraagt aandacht voor de wijze waarop deze cursussen bekend gemaakt worden. Dit loopt niet lekker waardoor er cursussen niet doorgaan wegens te weinig deelname. De voorzitter heeft gehoord dat de KNAU op zoek is naar een coördinator waardoor dit soort problemen beter kunnen worden opgelost. Verder verzoekt Tonja aandacht voor ondersteuning van enkele indoorwedstrijden in de winter. Yvonne Boerdijk vindt dit een goede zaak en een taak van de jeugdcommissie om deze in de kalender op te nemen.

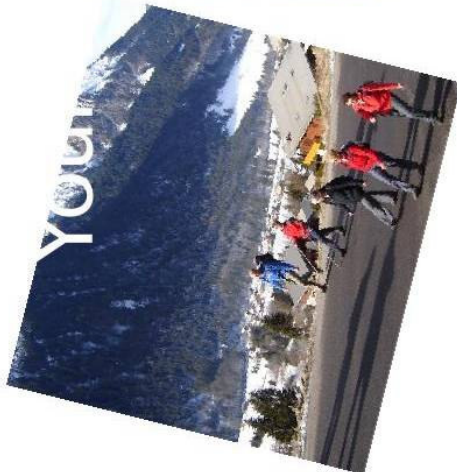
Joop Kooij informeert hoe het gesteld is met de verzekering van de leden. Secretaris Piet van der Welle deelt mede, dat voor bestuur, vrijwilligers en leden een collectieve verzekering van de bond geldt. Deze is secundair. In principe draait eenieder op voor eigen schade. Is er sprake van nalatigheid of onzorgvuldig handelen dan kan de veroorzaker van de schade worden aangesproken. In het uiterste geval zou dit de vereniging kunnen zijn. Hierop deelt de voorzitter nog mede, dat de verzekering van de bond nu ook is uitgebreid met een collectieve ongevallenverzekering.

Mevr. Groen bedankt voor het enthousiasme waarmee de jeugdtrainers de kinderen opvangen. Haar kinderen komen altijd heel voldaan terug van de training. Ron Janssen wijst op de goede opkomst bij de in september gestarte groep beginnende lopers. Hiervan zijn er nu 15 doorgegaan, dat was vorig jaar maar 5. Hij vraagt hoe het met deze groep gaat als er in september weer een nieuwe ploeg van start gaat. De voorzitter deelt mede dat het niveauverschil van de groep wel erg groot is. Het beste zou zijn om een afzonderlijke trainer hiervoor te zoeken.

Henry Hofmann wijst op de leuke dingen welke er het afgelopen jaar zijn gedaan in verband met het 25-jarig bestaan. Sommige onderdelen zouden best wat meer georganiseerd kunnen worden. De voorzitter oppert het idee om de nacht van Nova op te waarderen.

Ron Janssen informeert naar de laatste ontwikkelingen omtrent de samenwerking van Nova met S.I.S. en zwembad i.v.m. een nieuwe accommodatie. De voorzitter antwoordt dat er donderdag 23 maart weer een overleg zal zijn. Misschien is er overeenstemming met de diverse partijen te krijgen indien de atletiekaccommodatie tussen het zwembad en de ijsbaan komt te liggen.

Els Rijkeboer deelt mede, dat haar dochter Nienke en ook Ilse Leegwater willen assisteren bij opvang van de jeugd bij de trainingen. Joop Nota zal dit in het trainersoverleg meenemen. Vervolgens sluit de voorzitter de vergadering. Hij bedankt alle aanwezigen voor hun inbreng. Vastgesteld in de vergadering van 26 maart 2007.



Chatel 2007

Tussenstand wintercompetitie AV Nova 2006/2007

Datum	15-okt	12-nov	26-nov	10-dec	31-dec	21-jan	10-mrt	1-apr													
Afstand Dames	5,0	6,0	5,5	10,0	8,0	11,6	10,6	6,0													
Afstand Heren	10,0	10,0	9,5	16,0	8,0	11,6	21,1	9,0													
	Kernisloop Petten	Dijkgatboscross	Graaf Keukencross	Bosloop Robbenoord	Oudejaarsdijkenloop	Bosloop Schoorl	Halve mar. Texel	Clubcross													
Heren V1	Plaats								Punten						Punten	Bonus		Bonus GUS run	Totaal		
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6							
1 Henry Hofmann	2	1	2	1	2	2			49	50	49	50	49	49				296	0		296
2 Arie Kossen	3	2	3	2	3	3			48	49	48	49	48	48				290	0	5	295
3 Ron Ligthart	4	4	6	4	6	6			47	47	45	47	45	45				276	0		276
4 Eef Zuiker		5	4	3	4	4			0	46	47	48	47	47				235	0		235
5 Jos Schalkwijk	6	6	5		5	5			45	45	46	0	46	46				228	0		228
6 Ruud Doodeman	1		1		1	1			50	0	50	0	50	50				200	0	3	203
6 Rene Strooper	7	7	7						44	44	44	0	0	0				132	0		132
8 Andre Oudhuis	5	3							46	48	0	0	0	0				94	0		94
Heren V2	Plaats								Punten						Punten	Bonus			Totaal		
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6							
1 Theo Tesselaar		1	1	1	1	1			0	50	50	50	50	50				250	0		250
2 Peter Kruijer	1	3	2	4		5			50	48	49	47	0	46				240	0		240
3 Peter Robert	2	6	6	3		2			49	45	45	48	0	49				236	0		236
4 Peter Brakenhoff	6	5	3	2		9			45	46	48	49	0	42				230	0		230
5 Dick Smit	7		5	5	3	6			44	0	46	46	48	45				229	0		229
6 Piet Stuijt	5		4		4	3			46	0	47	0	47	48				188	0	3	191
7 Joop Kooij	3	4				4			48	47	0	0	0	47				142	0		142
8 Aad Vader			2			2			0	49	0	0	49	0				98	0		98
9 Paul Valkering	4								47	0	0	0	0	0				47	0		47
10 Ton Bos							7		0	0	0	0	0	44				44	0	3	47
11 Ton Kuijs							8		0	0	0	0	0	43				43	0		43
12 Ron Janssen									0	0	0	0	0	0				0	0	3	3
Heren Senioren	Plaats								Punten						Punten	Bonus			Totaal		
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6							
1 Mattijs de Groot	1	1	1		2	1			50	50	50	0	49	50				249	0		249
2 Peter Pronk	2	2				3			49	49	0	0	0	48				146	0		146
3 Alwin Groen					1				0	0	0	0	50	0				50	0		50
4 Rob van Andel						2			0	0	0	0	0	49				49	0		49
Dames Veteranen	Plaats								Punten						Punten	Bonus			Totaal		
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6							
1 Myriam Dekker	1		2	1		1			50	0	49	50	0	50				199	0		199
2 Mirjam Ligthart	2	2	1			2			49	49	50	0	0	49				197	0		197
3 Betsie Groen	5		3						46	0	48	0	0	0				94	1		95
4 Loes Suiker	6					3			45	0	0	0	0	48				93	0		93
5 Yvonne Boerdijk		1							0	50	0	0	0	0				50	0		50
6 Tannes Kruijer	3								48	0	0	0	0	0				48	1		49
7 Nel Meijer			3						0	48	0	0	0	0				48	0		48
8 Henny Klaver	4								47	0	0	0	0	0				47	0		47
Dames Senioren	Plaats								Punten						Punten	Bonus			Totaal		
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6							
1 Petra Rol			2	1	2	2			0	0	49	50	49	49				197	0	3	200
2 SylMa Kruijer					1	1			0	0	0	0	50	50				100	0	1	101
3 Lisanne Groen			1						0	0	50	0	0	0				50	0	1	51

Uitslagen wintercompetitie

5^e wedstrijd Wintercompetitie AV Nova, 31 december 2006, Oudejaarsloop Aartswoud

Heren 8 km

<i>Naam</i>	<i>Tijd</i>	<i>Punten</i>
1 Alwin Groen	28,53	50
2 Theo Tesselaar	32,08	50 V2
3 Ruud Doodeman	32,18	50 V1
4 Henry Hoffman	32,38	49 V1
5 Matthijs de Groot	34,43	49
6 Arie Kossen	37,31	48 V1
7 Aad Vader	37,35	49 V2
8 Eef Zuiker	38,09	47 V1
9 Jos Schalkwijk	38,44	46 V1
10 Ron Lighthart	41,32	45 V1
11 Dick Smit	41,45	48 V2
12 Piet Stuijt	43,02	47 V2

Dames 8 km

<i>Naam</i>	<i>Tijd</i>	<i>Punten</i>
Silvia Kruijer	31,28	50
Petra Rol	39,30	49

6^e wedstrijd Wintercompetitie AV Nova, 20 januari 2007, Nova Bosloop Schoorl

Heren 10,7 km

<i>Naam</i>	<i>Tijd</i>	<i>Punten</i>
1 Ruud Doodeman	43,36	50 V1
2 Theo Tesselaar	45,00	50 V2
3 Henry hofmann	46,00	49 V1
4 Matthijs de Groot	47,43	50
5 Arie Kossen	50,31	48 V1
6 Rob van Andel	50,49	49
7 Peter Pronk	51,47	48
8 Eef Zuiker	51,54	47 V1
9 Jos Schalkwijk	52,49	46 V1
10 Peter Robert	53,16	49 V2
11 Ron Lighthart	53,39	45 V1
12 Piet Stuijt	54,17	48 V2
13 Joop Kooij	54,56	47 V2
14 Peter kruijer	55,09	46 V2
15 Dick Smit	55,20	45 V2
16 Ton Bos	56,02	44 V2
17 Ton Kuijs	58,22	43 V2
18 Peter Brakenhoff	60,09	42 V2

Dames 10,7 km

<i>Naam</i>	<i>Tijd</i>	<i>Punten</i>
Silvia Kruijer	43,39	50
Petra Rol	52,50	49
Myriam Dekker	62,12	50 V
Miriam Lighthart	63,02	49 V

Deelnemers aan de Wintercompetitie opgelet: de volgende wedstrijd is op ZATERDAG 10 maart op Texel!

Klaverjassen bij AV Nova

Op vrijdag 16 maart organiseert NOVA een klaverjasdrive in de SIS-kantine. De opbrengst is bestemd voor de realisatie van het nieuwe clubhuis.

Aanvang is 20.00 uur. De kosten bedragen 15,00 euro per persoon. Dit is inclusief hapjes en drankjes.

Graag van tevoren opgeven bij Nel Meijer (tel. 390819) of Marian Robert (tel. 393338)
Dit is nodig om onze inkopen erop af te stemmen!!!

Draagt u NOVA een warm hart toe én houdt u van een gezellig avondje kaarten kom dan op 16 maart klaverjassen!

Rijpernieuwttjes

Het nieuwe jaar, 2007, is van start. We hebben de eerste maanden te maken met een verlengde herfst. Veel regen en wind teisteren ons landje en dat is niet zo best voor de gezondheid van vele mensen. Griep en verkoudheid houden velen thuis. Op deze manier verlangen we naar de lente, die ons (hopelijk) veel gezonde zonneshijn gaat geven. Ik denk overigens wel, dat we nog een vleugje winter krijgen. Maar dat zal dan wel weer begin maart gebeuren.

In januari sta ik bij de bosloop van NOVA op de plek van David. In december mocht ik hier ook staan, omdat David net vader was geworden. Het is de afslag bij Hargen ongeveer halverwege de 12 km. Het stormde die zondag en ik ben even gestopt bij Petten om naar de zee te kijken. Ik stond boven op de dijk en kon als het ware op de wind leunen. Als je met je gezicht naar het westen stond, kon je nauwelijks adem halen. De schuimvlokken vlogen over de dijk en daardoor leek het alsof het sneeuwde. Bij Hargen was het iets luwer en ik stond er prima. De meeste atleten roepen je iets toe. Meestal word je bedankt voor je moeite om post te spelen. Peter Kruijer vertelde me, dat hij te moe was om iets te zeggen. Dat hindert niks, want praten doe ik wel. Ik heb daar tenslotte weinig anders te doen. Veel Meeuwen weer uit Volendam, een gezellig loopgroepje.

Begin februari gaan wij met 48 mensen naar Chatel in Frankrijk. De starttijd is voor mij erg beroerd, nl. half drie. Ik zet mijn groep kinderen voor de televisie en loop om kwart over 2 de school uit. Een van de kinderen kijkt nog achterom en roept "Plezierige vakantie" en weg ben ik. Zelfredzaamheid is een groot goed. Ik hoop maar, dat ze wel om kwart over 3 naar huis zijn gegaan.

De reis naar Chatel duurt 17 uur. We moeten wat mensen oppikken uit Amsterdam, Utrecht, Eindhoven en Weert.

Peter en Marian hebben een mooi onderkomen geregeld met de naam Arc en Ciel. Ik slaap met Aad (buurman) en Ger Schrijver op de kamer.

De zaterdag kunnen we meteen skiën. Het is prachtig weer en Louis de Moel is onze gids. Hij kent de streek op z'n duimpje en dat is fantastisch voor mensen, die moeite hebben met kaartlezen. Louis en Lia hebben een appartement gekocht in de buurt, waardoor ze nog regelmatig in Chatel en omgeving kunnen skiën.

De zondag worden er groepjes geformeerd. Groep 2 is wat te groot. Ria Wit en Mart Blankendaal besluiten om de groep te splitsen. Tien skiërs in een groep is zat. Anders heb je kans, dat je elkaar snel kwijtraakt. Dat is Piet Mosch evenwel toch gelukt. Hij ging zo snel, dat hij z'n hele groep voorbij skiede. Gelukkig vonden ze elkaar weer. Diezelfde zondag was het erg warm op de piste. In de zon aan een biertje was het boven de 30 graden. Ook de maandag was het mooi weer. De sneeuw was hier en daar niet geweldig, maar er kon geskied worden en daar gaat het om. Dinsdag, woensdag en donderdag sneeuwde het. Dat maakt skiën erg lastig. De pistes waren hobbelig (veel boekels) en het zicht was slecht. Veel valpartijen, die gelukkig, bijna allemaal, goed afliepen.

Vrijdag was een prachtige dag, die weer een kleurtje op onze wangen toverde. De laatste dag sneeuwde het weer en bleven wij in het plaatselijke gebied skiën.

Het was een prachtige week met fantastische metgezellen en een puike organisatie van Marian en Peter. Het gaat te ver om jullie alle details te melden, maar ik kan jullie verzekeren dat het bar gezellig was. Aan het ontbijt, bij de après-ski en ook 's avonds was het als een kippenhok, zoveel lawaai.

Er waren wat erebaantjes te verdelen die week. Lia Nieuwland mocht een stukje schrijven en ik mocht/moest de bediening bedanken. Dat was een ramp, want het waren drie prachtige, jonge meiden. Zaaigoed noemt Leo Suiker dat. Dick en Anneke waren niet mee; zij vertoefden op Bonaire. Maar Louis Suiker was een goede vervanger voor de morgengroet. "Moahh" zeg ik dan maar weer.

De volgende keer meer atletieknieuws, denk ik!

De mazzel.

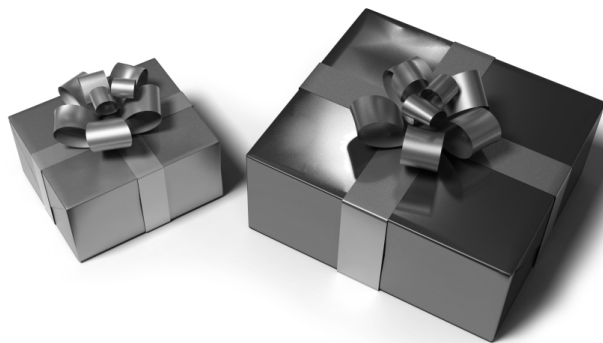
Theo Tesselaar

Ps. De Groet uit Schoorl Run is aan onze neus voorbij gegaan. Volgend jaar zijn wij weer van de partij!!

Jarigen

Maart

01 Sonja Elsenaar
01 Ger Schrijver
04 Luud Hooghiemstra
08 Lea van Dierman
08 Simone Drektaan
09 Lia Raat
10 Joop Kooij
12 Do Pronk
13 Marianne Houtenbos
13 Tannes Kruijer
14 Linda Blommaart
14 André Oudhuis
14 Riauna Wilckens
14 Joke Nota-de Nijs
14 Jim Kruiver
15 Sam de Nijs
16 Carlijn Bruijn
19 Oek Jongbloed
19 Erik Tesselaar
20 Mandy Moerland
22 Ad Ligthart
23 Joerie Church
24 Peter Brakenhoff
27 Reinier Hooiveld
28 Karin Dekker
30 Lieke Bruin
30 Isabelle Schipper
30 Ilse Leegwater
30 Eef Zuiker
31 Ineke ten Cate



April

01 Inez Molenaar
02 Eveline van West-Ramack
02 Agaat van der Welle
02 Jolanda Strooper
03 Margret de Boer
04 Jan de Nijs
05 Maaïke Ruijter
05 Jan Karsten
06 Sandra Jansen
08 Esther de Nijs
09 Stijn Schouten
09 A.W.J. Smits
09 Bonne Veenstra
11 Ineke Horio
14 Lianne Schoone
15 Rinus Molenaar
16 Sara Prins
16 Mats Dekker
16 Marianne de Groot
17 Thea Tesselaar
17 Louis van den Berg
18 Anita Dekker
19 Anna Strooper
19 Bart Olthof
23 Janine van Baar
24 Hennie Klaver-Dekker
25 Thea Keijzer
26 Elly Mosch
27 Annelies Smit
28 Papijn van Perge
30 Ron Janssen

Alle jarigen van harte gefeliciteerd!

Pietpraat

Alweer twee maanden terug dat ik voor een praatje in de pen klom. Niet juist natuurlijk. Dat moet zijn achter het toetsenbord ging zitten. Wie hanteert er nu nog een pen. De techniek schrijdt voort en we moeten mee, of we nu willen of niet. Neem nu de berichtgeving via e-mail. Van de K.N.A.U. ontvang ik regelmatig een nieuwsbrief. Die kwam altijd mooi op papier in de bus. Ongeveer 10 kantjes. Nu gaat dat via de mail. Zit je achter zo'n scherm te turen of er nog wat belangrijks voor Nova in staat. Je kan hem natuurlijk ook weer printen, nu dan is papier en inkt zo weer op. Ik moet er niet aan denken als straks de dagelijkse krant ook via de mail komt. Zit ik lekker te koffiedrinken met een laptop op mijn schoot.

Nee, geef mij maar gewoon een stuk papier in m'n handen zoals de nieuwe uitgave van de Novakrant. Een mooi stuk werk van iedereen die daarbij betrokken is en een aansprekende naam. Een goed begin van 2007. Ik hoop dat dit een voorbode is van een erg goed jaar. Zal die nieuwe baan er dan toch komen?

We gaan er vanuit dat we aan de slag moeten. Naast inspanning zal het ook geld gaan kosten. Dus pakken we elke gelegenheid aan om de clubkas te spekken. De eerste stap was assisteren bij de halve marathon van Egmond. Bestuur en enkele leden assisteerden daar o.a. bij de finish met uitdelen van allerlei zaken. In de volle wind, maar gelukkig met wat zon erbij. Opbrengst 14 x € 15,00. Een klein begin, maar de kop is eraf.

Ja, die wind. Die bleef aanhouden. Tijdens onze 2^e bosloop in Schoorl was het ook heftig. Ik ging al vroeg op de fiets naar Schoorl, tegen wind en in de regen. Dan denk je wel eens waar ben ik mee bezig. Maar ja, als je de Schoorldammerbrug over bent wordt het alweer een stuk beter. Tijdens de loop viel het uiteindelijk toch weer mee en dankzij de Meeuwen was er toch nog een goede opkomst. Ook onze posten lieten zich niet weerhouden om naar Schoorl te komen, dus verliep alles weer op rolletjes. Bedankt natuurlijk allemaal.

Ook tijdens de training hadden we met de wind te maken. Zelf zo erg dat de trainers besloten om een donderdagavondtraining af te laten vanwege de storm. Je zal wel een tak of boom op je kop krijgen. Toch heb ik horen vertellen dat er nog wel echt paar aan de poort verscheen om te trainen. Er werd mij verteld dat de man deze keer op donderdag kon omdat een ander evenement wegens de storm was afgelast.

Heel druk waren we ook weer met de Groet uit Schoorl Run. Op de internetsite van deze loop staat ons telefoonnummer voor algemene informatie. Je staat er vermeld van waar de mensen voor bellen. Wij weten natuurlijk ook niet alles, maar kunnen dan doorverwijzen naar anderen die het wel weten. Het onderdeel scholierenloop nemen wij voor onze rekening en dat liep erg goed. Alleen jammer dat het zo regende. Weer veel inschrijvingen, bijna 500. Sinds de invoer van de chips voor dit onderdeel is de uitslag snel klaar. Om de tijd op te vullen was er een verloting op startnummer, maar we hebben nog prijzen over voor volgend jaar omdat de uitslag er zo snel was. Novaleden op verschillende scholen streden weer vooraan mee. Bij de meisjes van groep 5 en 6 stonden zelfs 3 leden op het podium van verschillende scholen. Eva Rozendaal won. Zij zit op de Torensven, Kirsten Blom van de Barbaraschool werd 2^e en Jolijn Prins van de Theresia werd 3^e. Ook bij de jongens was het een geheel Nova podium: Sven Burger, Kai Botman en Joeri Church werden 1^e, 2^e en 3^e.

Ook bij de overige lopen zagen we Novaleden in actie en daarnaast waren veel leden in touw bij de organisatie. Een goede zaak. Onze vereniging is nauw aan dit evenement verbonden en we krijgen voor onze medewerking ook jaarlijks een belangrijke bijdrage.

Nu zijn we weer druk bezig met de voorbereiding van de jaarvergadering op maandag 26 maart a.s. Er staan belangrijke punten op de agenda met het oog op de nieuwe accommodatie. Enfin dat lezen jullie elders in deze krant.

Piet van der Welle

Uitslagen Cross

Categorieën	13 januari Aro '88		10 februari Dokev	
	Tijd	Plaats	Tijd	Plaats
<i>Jongens junioren B</i>				
Daan Leeuwenkamp	15.57	2	20.41	5
Björn Molenaar	18.33	11	23.53	13
<i>Jongens junioren C</i>				
Bram Berkhout	13.01	5	14.39	8
Hugo Vader	15.54	27	16.22	22
Jesse Smit	18.08	34	18.47	32
<i>Jongens junioren D2</i>				
Tijs Hofmann	09.08	7	09.10	11
<i>Jongens junioren D1</i>				
Rick Groen	10.47	17	09.42	12
<i>Jongens pupillen A1</i>				
Sven Burger	05.37	2	06.42	2
Reinier Hooiveld	06.18	10	-	
Sid Hamelink	06.56	15	07.42	10
<i>Jongens pupillen B</i>				
Joeri Church	05.43	1	-	
Sam de Nijs	06.51	14	-	
Jelle de Nijs	07.05	21	06.36	15
<i>Jongens pupillen C</i>				
Marc Rademakers	04.48	3	05.18	2
<i>Jongens mini</i>				
Bastiaan Church	04.57	1	-	
<i>Meisjes junioren D1</i>				
Kiki Klaver	08.09	13	07.13	10
<i>Meisjes pupillen A2</i>				
Eva Roozendaal	06.05	3	07.06	3
Maaïke Ruijter	06.17	5	-	
Jolijn Prins	06.21	9	07.36	11
Robin Tesselaar	06.39	16	07.44	13
Isabel Schipper	06.42	18	-	
Laurence Aubrun	07.39	26	08.33	18
Lynn Glas	08.10	28	09.46	25
Lonneke Rademakers	08.19	29	09.28	23
<i>Meisjes pupillen A1</i>				
Kirsten Blom	06.14	3	07.04	3
<i>Meisjes pupillen B</i>				
Sophie Aubrun	06.37	5	06.26	5
<i>Meisjes pupillen C</i>				
Carlien Wabeke	04.33	1	05.08	1
Anouk Vollebrect	-		06.04	10

De finale wordt gelopen op 10 maart bij AV Castricum. Van NOVA hebben zich op basis van de 2^e beste wedstrijden de volgende atleetjes geplaatst: Daan Leeuwenkamp, Bram Berkhout, Tijs Hofmann, Sven Burger, Reinier Hooiveld, Sid Hamelink, Joerie Church, Sam de Nijs, Jelle de Nijs, Marc Rademakers, Bastiaan Church, Kiki Klaver, Eva Roozendaal, Maaïke Ruijter, Jolijn Prins, Robin Tesselaar, Kirsten Blom, Sophie Aubrun en Carlien Wabeke. Maar liefst 19x maal NOVA blauw straks in Castricum, hartstikke leuk en heel veel succes de 10^e!!!!



Portret van een Nova-lid

Hoe heet je?

Nina Schmit

Hoe oud ben je en waar ben je geboren?

11 jaar en geboren in Den Helder

Op welke school zit je?

Korenuen

Wat wil je later worden? :

vertegenwoordiger bij Gsus

Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?

ongeveer 3 jaar het is altijd leuk en gezellig

Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?

Marike en ze is goed in trainen en ze is lief

Wat is jouw favoriete onderdeel? lief

hoogspringen

Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?

1.05 ongeveer

Wie vind je erg goed op atletiek gebied?

weet ik niet

Wat is jouw favoriete tv-programma?

G.T.S.T

Wat is je mooiste CD?

anouk

Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?

Een beetje verliefd

Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?

grijsste groepers huilen niet

Heb je nog meer hobby's?

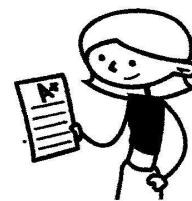
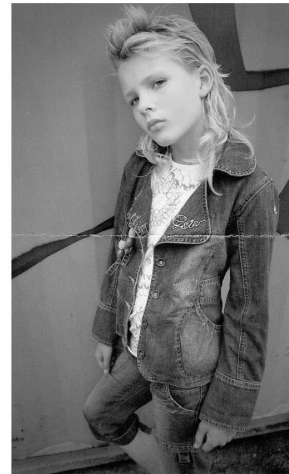
streetdance

Waar heb je een grote hekel aan?

weet ik niet.

En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?

Pleun Strooper



Nieuws van de Nova-TDR Atleten

half december 2006 – eind februari 2007

In deze tweede *Noviteit* van 2007 wil ik graag vertellen over de belevenissen van de Nova atleten die zich hebben aangesloten bij het Team Distance Runners van Guido Hartensveld. Op dit moment zijn dat Margriet Berkhout, Leon Ineke, Manon Kruiver, Jasper van der Ploeg, Alwin Groen en Lisanne Groen. Deze keer betreft het een overzicht van half december tot en met eind februari 2007, aangezien er in de eerste *Noviteit* geen stukje van ons is verschenen.

De eerste wedstrijd waar ik over wil vertellen is meteen één van de meest bijzondere in dit overzicht: het Europees Kampioenschap Veldloop in San Giorgio su Legnano (Italië) op 10 december 2006. De KNAU heeft hiervoor de beste Nederlandse veldlopers geselecteerd en Margriet en Manon mochten beiden meedoen in de categorie meisjes junioren. Er waren slechts vier Nederlandse meisjes die meededen voor Nederland in deze categorie en het is dan ook erg knap dat Manon en Margriet zich hiervoor allebei hebben weten te plaatsen.

Voor Margriet was het de eerste keer dat ze een Europees Kampioenschap liep en ze had vooraf helemaal niet verwacht al mee te mogen doen, omdat ze nog erg jong is. Ze heeft hierna nog drie keer de kans zich te plaatsen voor dit kampioenschap. Voor Manon was het de tweede keer op rij dat ze mee mocht doen.

De wedstrijd was een cross van 4100 meter waaraan ongeveer 90 meisjes meededen uit heel Europa. Margriet deed het erg goed met een 49^{ste} plek in een tijd van 14:01 min. Manon was minder tevreden met haar race, zij werd 82^{ste} in een tijd van 14:44 min.

Na het EK Veldloop ging Manon met een groep TDR atleten op hoogtestage naar Kenia, waar ze verbleef in het trainingscentrum van Lornah Kiplagat. Dit was voor haar een geweldige ervaring waar ze veel mooie herinneringen aan heeft overgehouden. Ook heeft ze er goed kunnen trainen. Het zou leuk zijn als ze hier nog een keer iets over wil schrijven in de *Noviteit*!

Ondertussen waren de anderen in Nederland ook druk bezig. Door Margriet en Lisanne werd er op tweede kerstdag meegedaan aan de Kerstcross in Opmeer. Dit jaar ging de Sylvestercross in Soest niet door, dus konden zij in Opmeer meedoen, waar het altijd gezellig is. Allebei liepen ze de 5 kilometer, die dit jaar net iets langer was dan anders. Margriet deed het nog rustig aan na de EK Veldloop, maar liep evengoed een knappe wedstrijd waarbij ze vooraan in het damesveld eindigde. Haar tijd was 19:57 min., waarmee ze eerste werd bij de A-junioren meisjes. Lisanne liep een tijd van 22:03 min. Zij heeft een kamer in Amsterdam gevonden en traint nu door de weeks in Amsterdam en in het weekend bij TDR.

Alwin mocht van zijn coach niet meedoen aan de zware 10 kilometer in de Kerstcross, dus koos hij voor de Oudejaarsdijkenloop in Aartswoud op oudejaarsdag. Het was voor het eerst dat hij hier meeliep en het beviel hem goed. Over 8000 meter cross noteerde hij een tijd van 28:56 min., wat goed was voor een derde plaats bij de mannen. Hij moest alleen Michiel de Ruijter en Ruud Beerepoot voor laten gaan.

Op 7 januari liep Margriet een crosswedstrijd in Hulshout (België) van 3410 meter. Zij versloeg daar alle Belgen en één andere Nederlandse en werd eerste in een tijd van 9:57 min.

De week daarna keerde Manon weer terug naar Nederland en moest wel weer even wennen. Helaas is ze een week na haar terugkomst even ziek geweest, maar daarna kwam ze sterk terug.

Op 21 januari 2007 deden Margriet, Alwin en Lisanne mee aan de Sprintcross te Breda. Margriet startte deze keer bij de meisjes junioren A, ondanks dat ze qua leeftijd bij de meisjes junioren B kon lopen. Voor haar was dit een mooie uitdaging. Alwin liep bij de jongens junioren A mee en Lisanne startte op de korte cross bij de vrouwen senioren. Over 4000 meter cross deed

Margriet 13:36 min. en ze werd daarmee eerste bij de meisjes junioren A. Over 5900 meter cross deed Alwin 19:44 min. Hij werd daarmee tiende bij de jongens junioren A. Lianne werd 9^e op de korte cross van 1800 meter door een tijd te lopen van 6:19 min.

Een week later deed Lianne in Uithoorn mee aan een wegwedstrijd over 5 kilometer en liep daar een tijd van 19:26 min. Ze werd daarmee derde bij de vrouwen. Op diezelfde dag, 28 januari 2007, liep Manon in Hannuit (België) haar eerste wedstrijd van het nieuwe jaar. Ze liep daar erg sterk en werd tweede bij de meisjes junioren A in een tijd van 16:34 min over 4500 meter.

Op 3 februari 2007 was er een interland in Duitsland (Neukirch) waarbij een aantal landen zoals Duitsland en Nederland een team hadden afgevaardigd om tegen elkaar te strijden. Voor Nederland mochten Manon en Margriet meedoen. Margriet heeft besloten om niet mee te doen om haar krachten te sparen voor het NK Indoor en het NK Cross. Manon deed wel mee en werd 4^e bij de categorie onder twintig jaar met een tijd van 20.47 min. over 5100 meter.

Op 11 februari 2007 werd de Groet uit Schoorl Run gehouden, tevens een Nederlands Kampioenschap voor de 10 kilometer. Hieraan deden Manon, Alwin en Lianne mee. Voor Manon was het de eerste keer dat ze een 10 km liep en het was meteen een succes! Manon werd eerste bij de meisjes junioren A in een supertijd van 36.20 min. Echt klasse in deze pittige omstandigheden. Met deze prestatie bleef zij ook vele vrouwen senioren voor. Alwin startte in de categorie jongens junioren A en wist daar de 5^e plaats te veroveren en tevens een nieuw PR neer te zetten met enkele seconden: 33.45 min. Hij heeft erg hard geknokt en had in de tweede helft van zijn race slechts een verval van 5 seconden. Lianne liep een tijd van 42:17 min. en werd daarmee 33^{ste} op het NK voor vrouwen senioren. Ze was niet erg tevreden met haar tijd. Toch heeft iedereen erg genoten van deze superleuke wedstrijd!

Last but not least deed Margriet op 17 februari mee met het NK Indoor voor de junioren B in Gent (België). Ze liep de 1500 meter en streed tegen haar rivale Jessie Fairley. Een week daarvoor moest Margriet nog rust houden vanwege een blessure en het was nog even spannend of ze überhaupt wel van start zou gaan. Gelukkig kon ze gewoon meedoen en liet ze haar grote klasse zien. Jessie Fairley bleef de hele race achter Margriet aan lopen en wilde maar niet lossen, hoeveel Margriet ook versnelde. Maar uiteindelijk bleek Margriet toch de beste te zijn. In de eindsprint kon ze Jessie de baas blijven en zo veroverde ze een gouden medaille! Het zou knap zijn als ze dat ook op het NK Cross doet. Als je nu de *Noviteit* leest is de uitslag van het NK Cross inmiddels bekend en weet je het!

Het is jullie waarschijnlijk wel opgevallen dat Leon Ineke en Jasper van der Ploeg nog niet zijn genoemd in dit stukje. Dat komt omdat zij te maken hebben met langdurige blessures. Leon heeft op maandag 12 februari 2007 een succesvolle operatie ondergaan aan zijn enkel in het Erasmus Ziekenhuis te Rotterdam. Hij had al lange tijd last van zijn enkel en kon niet hardlopen. Nu kan hij binnenkort weer gaan starten met hardlopen. Heel veel succes daarmee!

Jasper had na een zeer geslaagd baanseizoen in de zomer van 2006 af en toe last van blessures en het bleek dat zijn lichaam niet sterk genoeg was om veel belast te worden. Hij is toen allerlei oefeningen gaan doen om sterker te worden en mocht weer af en toe hardlopen. Op 29 januari heeft hij een ernstig ongeluk gehad en daarbij heeft hij zijn middenvoetsbeentjes gebroken. Gelukkig gaat het nu alweer beter met hem en heeft hij veel zin om alles weer op te pakken. We wensen hem daarbij heel veel sterkte toe!

Dat was het voor deze keer.

Lianne Groen

Koken

Evelien de moeder van Stijn van NOVA is lerares van een kookschool. Een paar groepen waaronder onze groep kregen daar kookles van een paar leerlingen van ongeveer 20 jaar. We gingen Natchos maken. Je moet eerst een bakplaat bedekken met bakpapier. Daar moet je een paar natchos op doen of als je het doritos noemt heet het doritos. Dan moet je een beetje gehakt roerbakken. Ondertussen moest iemand anders paprika, ui, tomaat, komkommer, prei en wortel in stukjes snijden. Dat doe je dan bij het gehakt en roer je nog een minuutje. Dan moet je alles over de natchos of doritos heen doen. Daar doe je dan nog wat kaas over en dan moet alles in de oven. Na 5 tot 10 minuten kan je het eruit halen en meteen opeten. Het was heel gezellig.



Groetjes Wisse.

Scholierenloop

Ik ben Pleun Strooper,
Ik deed mee aan de scholierenloop van Schoorl, voor de Barbaraschool.
Deze keer was het slecht weer, maar iedereen was er gelukkig.
Ik doe er al vier jaar aan mee, het gaat mij niet om de plek.
Ik vind het gewoon leuk om mee te doen.
Groetjes Pleun.

Uitslagen Rondje Novabaan zondag 10 december 2006

Na een aantal regendagen was het deze zondag een zonnige dag. Veel Nova- atleten wisten de baan te vinden. Zij brachten ook veel supporters mee. Het rondje was behoorlijk glad. De tijden waren minder snel dan op 19 november.

Je kunt de tijden van een cross ook heel moeilijk met elkaar vergelijken. De meeste kinderen waren erg tevreden. Het lopen ging lekker. Iedereen ging tevreden naar huis, we hebben weer wat lekkers verdient.

De junioren liepen 4 ronden, ongeveer 2150 meter.

De pupillen liepen 2 ronden, ongeveer 1075 meter.

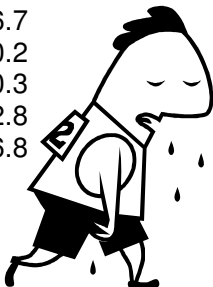


Junioren D geboren 1995-1994:

Thomas Botman	10.48.2
Deni van Schagen	10.48.8
Tineke Ruijter	11.16.2
Rick Groen	12.45.5
Laura van Baar	12.48.4

Pupillen A2 geboren 1996:

Kai Botman	4.45.5
Eva Rozendaal	5.15.6
Stan Groenland	5.16.7
Jos Meeuwsen	5.34.5
Jolijn Prins	5.36.7
Janine van Baar	6.20.2
Laurence Aubrun	6.30.3
Lynn Glas	6.52.8
Lonneke Rademakers	7.06.8



Pupillen A1 geboren 1997:

Reinier Hooiveld	5.33.8
Kirsten Blom	5.35.4
Claudia Boerdijk	6.04.3
Hester de Goede	6.14.8
Mitchell Groen	6.23.9

Pupillen B geboren 1998:

Youri Church	4.52.0
Stan Rietveld	5.40.6
Rianne Holtes	6.16.6
Sophie Aubrun	6.22.6
Jens van Schagen	6.32.3
Pleun Strooper	6.45.4
Daphne Verkamman	9.21.0

Pupillen C geboren 1999:

Mark Rademakers	6.06.2
Tom de Goede	6.36.7
Jeroen Taal	7.22.2
Kristen Beukers	8.03.8
Aniek Busker	8.39.6

Mini pupillen geboren 2000 en later:

Bastiaan Church	6.19.0
Britt Stammes	7.21.3
Lieke Bruin	7.44.3
Carlijn Bruijn	8.00.6
Emma Borst	8.11.5
Kirsti Nannes	8.13.9

Een ronde gelopen:

Luuk Tesselaar	3.11.4
Do Pronk	4.11.5

Loopclinic o.l.v. Marcel Versteeg



Voor woensdag 10 januari hadden o.a. de Nova- jeugdleden vanaf 5 jaar een uitnodiging gehad die georganiseerd werd door Sporthuis Visser in Egmond aan Zee.

De loopclinic was onderleiding van Marcel Versteeg, oud lange afstandloper, finalist op de 5 km tijdens de Olympische Spelen in Los Angeles in 1984.

Van de 11 opgegeven Novaleden deden er 7 mee (i.v.m. ziek en ?).

Maar dat mocht de pret niet drukken want met totaal 27 kinderen waaronder de volgende Novaleden: Robin Tesselaar, Kiki Klaver, Laurence en Sophie Aubrun, Anouk Vollebregt, Sam de Nijs en Sven Burger gingen we met Marcel aan de slag.

In een klein bosje wist Marcel verschillende leuke en ook zo nu en dan zware loopoefeningen te bedenken waarbij toch een aantal kinderen even een rustmoment nodig hadden (en dat kon dan ook) *maar*.....dat waren geen Novaleden! Zelfs één van onze jongste jeugdleden: Anouk liep menig ouder kind eruit!

Na afloop werd een ieder verwend met drinken, cake, een pet, plasticas met daarin een houten tol en een pen.

Voor wie nu denkt, daar had ik ook bij willen zijn, is er goed nieuws: volgend jaar krijgt Nova weer een uitnodiging en wordt de clinic door een ander sportberoemdheid gegeven.

Groetjes Tonja

Nieuw Podium

Aan alle kanten wordt er door het Novabestuur en Novaleden het hele jaar door hard gewerkt. Er valt altijd wel weer iets te verbouwen, verbeteren of vergaderen etc.

Zo werd het hoog tijd om een nieuw erepodium te maken.

Piet Meijer heeft dit plan uitgewerkt en het is een mooi podium geworden.

Als allereerste heeft hij plaatsgenomen om op dit podium vereeuwigd te worden.

Nu is het de beurt aan alle atleten om de uitdaging aan te gaan om ook op dit podium te komen. We gaan er vanuit dat dit gaat gebeuren als er een sportieve prestatie is geleverd, maar durf je het aan om op geheel eigen wijze het podium te betreden, ik zou zeggen laat het zien.

Met dank aan de sponsors

Bouwbedrijf Gebr. Meijer:	levering hout
New Deal Seals:	levering rubber
Free Design:	levering belettering



Schrijversnieuws

Wintersport 2007

VR 02/02 Ondanks de Groet uit Schoorl Run tijdens onze vakantie was de bus vol. Althans, dat dachten we. Wij waren met 48 personen en dan is er meestal geen plaats meer over. De busmaatschappij dacht daar toch anders over en besloot onderweg nog veertien personen op te pikken. Daar werden wij en Peter en Marian niet blij van. Toch stapte ik vol goede moed de deur uit en met mijn hele handel liep ik over straat richting bus. Die tocht werd flink korter want dan gebruikelijk want ik kwam gelijk al de buschauffeur tegen die zich afvroeg waar de rest van de wintersporters waren gebleven. Hij dacht dat we allemaal bij Peter en Marian op de stoep stonden te wachten, omdat hij alleen hun adres had. Hij was toen de Beuninge afgelopen en liep toen mij tegen het lijf. Voor mezelf begon de reis prima want de chauffeur was zo galant om mijn skitas te dragen. Aan de Oude Wal stond er een flinke dubbeldekker te ronken, dus ik kon gelijk instappen. We reden richting Rabobank waar het hele span al stond te wachten. Aldaar de hele handel ingeladen en om een uur of half drie 's middags gingen we richting Frankrijk. In plaats dat we over Keulen en Aken reden, gingen we over Amsterdam, Utrecht en Eindhoven, waar de rest in moest stappen. Fat was nog een heel oponthoud, maar uiteindelijk kwamen we toch de volgende morgen om half acht in Chatel, waar het nog niet echt winterde, aan. De echte sneeuwvlokken waren ver te zoeken.

ZA 03/02 Na een goed ontbijt gingen we toch op avontuur. Omdat er geen loipes te bespeuren waren ging ik met een grote groep wandelaars mee de berg op. Hogerop kwamen we toch sneeuw en ijs tegen. Bovenop kwamen we bij Chalet Theo terecht waar de biertjes en andere versnaperingen heerlijk smaakten. In het luwtje zaten we met z'n allen lekker te spragen. Piet en Nel kwamen ons ook verwelkomen na een week eerder te zijn neergestreken in dit mooie gebied. Na wat gebabbel en alle rekeningen te hebben betaald aan de herbergierster, die heel vlot de meeste euro's in haar boezem stak, gingen we weer verder. Piet wist de weg maar omdat het niet de kortste route was bleven we met een klein koppetje over. Zo ging onze gids Piet voorop, gevolgd door Gerard en Louis Suiker, Jan de Groot en ikzelf. In de afdaling was het toch lastig met dat sneeuw en ijs. Ik was toch blij dat we weer bij het hotel aankwamen. Aangezien ik niet zo'n wandelaar ben was ik er toch flink loof van geworden, maar tijdens de après-ski kwam ik toch weer wat bij. Het eerste nachie in het hotel was toch even wennen. Het ligt net even aars dan thuis. Aan heeft het weer voor elkaar weten te krijgen om weer in het grootste bed te slapen en zo konden Titus en ik weer in het stapelbed maffen. Notabene de langste slungels van het span konden d'r eigen oprollen om in slaap te komen, wat in de loop van de week beter lukken wilde.

ZO 04/02 Na een goed ontbijt heb ik dan toch de lange latten gepakt om zonder mijn langlaufmaatje Dick Smit, die met zijn Anneke in warmere oorden vertoefde, op zoek te gaan naar loipes. Met de skibus reed ik naar het hoger gelegen Pre-la-Joux. Ik dacht dat daar wel meer sneeuw zou liggen, maar dat viel vies tegen. Ik vond wel een pas dat al gauw naar beneden ging. Er lag minimaal een sneeuwlaagje, om van loipes maar niet te spreken. Ik ben niet voor één gat te vangen en ging toch aan de glis. Het werd nog een lastig karwei want mijn skies vlogen af en toe spontaan op de rem door de keien en kiezels die door de weinige sneeuw heen staken. Zo lag ik weer eens op mijn gat te rollebollen. Uiteindelijk ben ik dan toch weer in Chatel aangekomen. Snel de skibus weer gepakt want ik had en afspraak met Herma voor een zwempartij voor in het hotel gelegen zwembad. Dat was toch wel lekker om de spieren even te ontspannen. Na te zijn opgefrist kon ik nergens mijn portemonnee met paspoort vinden. Samen met Aad en Titus hebben we de kamer nog even over hoop gehaald, maar mijn knip was nergens te vinden, dus dat was even balen.

MA 05/02 door gebrek aan sneeuw besloot ik met de dames wandelgroep mee te gaan voor een sneeuwbergwandeling. Samen met Ineke, Lia en Ria liep ik al bijtijds naar Chatel toe. De dames waren zo vriendelijk om allerlei Franse instanties langs te gaan, omdat ik mijn knip nog steeds kwijt was. Ria deed het woord. Dat ging beter dan mijn boerenkolen Frans. Onze speurtocht ging via een souvenirszaak naar het toeristenbureau en via het politiebureau naar het gemeentehuis, wat

niet erg hoopvol uitpakte. Het laatste redmiddel was de kerk, waar Ineke een kaars voor me opstak, en zo belandden we in een koffiehuis. Omdat we nog tijd over hadden besloot ik nog even naar het hotel terug te gaan om alles even op een rijtje te zetten. De schoonmaakster was net met mijn kamer bezig, en laat ze nou net mijn knip terugvinden, die tussen mijn bed en matras gevallen was. Dus ik weer zo blij als een aap met tien steerten. Ik ging weer terug naar het dorp waar ik Ineke met een dikke kus verwelkomde omdat ze speciaal voor mij een kaarsje had opgestoken, was dus goed uitpakte. Zo zie je maar weer, af en toe een bezoekje aan de kerk maakt je gelukkig en sterk. Vol goede moed gingen wel naar Serge, onze Franse berggids, die alle dames met een kus verwelkomde. Met nog tien andere Franse deelnemers gingen we het eerste deel met de skillift naar Super Chatel. Aldaar de sneeuwschoenen ondergebonden. We gingen op pad, eerst langs de piste en toen s;pegen we af, en hoe hoger we kwamen hoe lastiger het werd, met soms wel stukken van 30% steil. Boven de 2000 meter ging de sneeuw over in ijs, maar dat was geen belemmering met die sneeuwschoenen. Na alle ontberingen leek de top toch wel wat ver weg, maar de berg stuuder ons toch verder. Bovenop werd het toch ijzig koud en Lia en ik haalden uiteindelijk als enigen de absolute top van 2400 meter. Daar trok Lia tot mijn grote schrik zomaar d'r broek van d'r bibs, ik dacht wat zullen we nou beleven, maar ze moest zo alle Jezus plassen en dat kon niet anders dan achter het heilige kruis die op de top stond. Met Gods zegen zijn we weer naar de groep teruggekeerd en na een versnapering en een flinke borrel doken we de afdaling in. Dat ging aanzienlijk rapper dan ik had verwacht. De ijzige delen waren wat lastig maar door de sneeuw ging het toch wel makkelijker. Na de afscheidskussen van Serge zijn we weer naar het hotel gelopen. Het was inmiddels al donker geworden voor we aan de après-ski begonnen.

DI 06/02 Deze dag ging ik alleen op pad. Omdat het wat gesneeuwd had ging ik op zoek naar wat langlaufmogelijkheden. Via Chapelle wilde ik naar Abondance, maar dat was harken want de graspollen staken door de sneeuw heen. Ik ben omgekeerd en hoe dichterbij Chatel kwam, hoe witter het werd. Het begon er al aardig kerstwaardiger uit te zien. Ondanks dat er geen loipes lagen was het goed te doen.

WO 07/02 Vandaag gingen we met een grote groep weer sneeuw wandelen. Het was jammer dat om veiligheidsredenen vanwege de mist de niet echt de bergen in gingen. Was het maandag nog een colletocht, had het nu meer van een veredelde boswandeling weg. We werden ik Pre-la-Joux gedropt en omdat onze Engelssprekende Franse gids met de toepasselijke naam Fred tijd over had stopte hij bijna bij elke boom. Hij had waarschijnlijk ook voor boswachter gestudeerd want hij wist ook haarfijn uit te leggen wat het verschil is tussen een voetafdruk van een hond en een vos, en hoe je een iglo moet bouwen weten we nu ook precies. Nadat we weer in Chatel waren beland hebben we nog even in een mooi restaurant met Fred na zitten pilsen, al dronk Fred zelf cola. Hij was een serieuze jongeman die gewoon zijn werk deed en bezorgde ons toch een leerzame en gezellige dag met z'n allen.

DO 08/02 Vandaag leek ik wel Gert Heyboer want ik ging met vijf vrouwen op stap die met me mee wilden te langlaufen. Het zag er 's ochtends hoopvol uit omdat het begon te sneeuwen, maar in Chapelle aangekomen viel het toch vies tegen, want daar ging de sneeuw over in regen. Riet begaf zich gelijk op glad ijs want voor we moesten beginnen gleed ze al hard op d'r gat. Ze is een taaie tante en ging toch met ons mee. We belandden al gauw in een restaurant want de dames waren aan een koppie toe. Nel deed het woord maar d'r Franse taal verkeerde toch wat mankementen, want in plaats van koffie kregen we wijn, maar alles kwam toch weer op zijn pootjes terecht. Nadat we weer waren opgedroogd pakten we weer de lange latten en gleden we toch weer richting Chatel. Al waren de omstandigheden niet makkelijk hoorde ik de dames niet klagen. Weer bij het hotel aangekomen kwam ik voor een verassing te staan. Ik belandde met vijf vrouwen nee niet in bed, maar in bad. Het zwembad welteverstaan, wat toch nou aardig vol werd maar na zo'n nat avontuur was het best lekker. Na de douche hebben we samen nog met een koppie wat nagebabbel. 's Avonds was er een klaverjasdrive, maar omdat ik die vaardigheid niet beheers ging ik met Riet, Alie en Marije poken. Het was jammergenoeg geen strippoker want dan had ik zeker gewonnen. De dames hadden me er glad voor over want nu had ik de poedelprijs, maar die werd in onze categorie niet uitgedeeld dus dat was dubbel pech voor me.

VR 09/02 Nadat er 's avonds heel wat sneeuw was gevallen en de zon 's ochtends alweer scheen gingen de meesten skiën. Ik ging weer in mijn eentje op pad op wat te langlaufen. Even buiten Chatel vond ik een mooi parcours, Volonne genaamd. Laat ik nou mooie loipes tegenkomen! Het rondje lag schuin tegen de berg. Ik had er het rijk alleen met de zon op mijn bolletje. Na een paar rondjes werd ik er een beetje skeefibree van en heb ik het langlaufpad naar Pre-la-Joux gepakt dat mooi geprepareerd was. Via Linga ben ik weer naar beneden gesjeesd en wist ik op de terugweg de boel toch heel te houden.

ZA 10/02 Vandaag was het de laatste dag dus moesten we het er van nemen. Het zou voor mezelf achteraf een spectaculaire dag worden. Ik besloot naar het hoger gelegen Super Chatel te gaan. Er zou daar ook een langlaufparcours liggen, maar hoe ik ook zocht ik vond niets wat er ook maar op leek. Op een gegeven moment was het "mwoah hee Gerrit! Wat doe jij hier?!" was het Sid die in een stoeltjeslift boven me hing. Ik het hele verhaal uitleggen. Volgens mij moet je deer wezen, in dat bos zei Sid. Dus ik die kant op. Het ging nog een flink stuk omhoog maar er waren geen loipes te bespeuren of wat er maar op leek. Ik kwam al meer Alpine skiërs tegen, zat ik gewoon op de piste! Het enige tamelijk vlakke stuk was richting een chalet die op Zwitserse bodem stond. Daar werd ik door een groep skiërs van ons ontvangen dus daar maar even een koppie gedaan en daarna toch maar weer op pad. Ik kwam al meer al meer Alpine skiërs tegen en af en toe waagde ik het om van de Alpine hellingen af te duiken. In het begin was ik nog wat bangig maar later ging dat beter. Het ging wel eens steil naar beneden en ik kon nog niet van die scherpe bochten maken dus vloog ik af en toe de bocht uit met m'n snufferd in de sneeuw. Bovenop was sneeuw zat dus viel ik zacht. Het begon al harder te sneeuwen en het zicht werd al minder. Ik stortte me de diepte in en wist bij God niet waar ik terecht zou komen. Ik wist echt niet wanneer ik eens een keer moest remmen. Al vloog ik wel eens de bocht uit had ik er barre lol in want ik had flink de ruimte en het ging lekker hard. Ik kon zelfs een tijdje in de hokken zitten, dat was echt kicken. Voor ik er erg in had kwam ik weer in Super Chatel terecht. Door het slechte zicht zag je geen hand voor ogen meer dus heb ik de skilift weer naar beneden gepakt en heb ik zonder ernstige blessures de boel heel weten te houden. Na de après-ski smaakt de spaghetti prima en na te zijn uitgepilst gingen we 's avonds rond een uur of tien weer op huis aan. De buschauffeurs deden hun werk prima want zonder veel tussenstops reden ze ons, puur sneller dan op de heenweg, veilig weer naar Warmenhuizen. Ondanks dat de sneeuwkwaliteiten deze keer wat minder waren was het toch een gezellig weekje met een leuke groep, en heeft er niemand ruzie gehad. Hierbij moet ik Peter en Marian bedanken dat ze ons weer een mooie wintersportvakantie hebben bezorgd en hopelijk tot over twee jaar weer. Adieu!

Tot schrijfs,

Gerrit Schrijver

.....

Wandeltochten in Noord-Holland

<i>Wanneer</i>	<i>Waar</i>	<i>Wat</i>	<i>Afstanden</i>	<i>Telefoonnummer</i>
10/11 maart	Amsterdam	Wandeltocht door Oud Amsterdam	25-20-15-10-5 km	tel. 020 6861838
24 maart		Amsterdam-Hoorn	42 km	tel. 071 5890248
24/25 maart	's Gravenland	Lentetocht	40-25-15-10-5 km	tel. 0348 431121
31 mrt/1 apr	Wijk aan Zee	Duinentocht	40-25-20-15-10-5	tel. 0251 244422
31 mrt/1 apr	Landsmeer	Waterlandwandeltocht	25-15-10-5 km	tel. 020 6329168
7 en 9 april	Aalsmeer	Westplastocht	40-25-15-10-5 km	tel. 0297 322455
9 april	Den Burg Texel	Lammetjestocht	40-25-15-10-5 km	tel. 0222 313087
9 april	Alkmaar	Geert Dillingtocht	40-25-15-10-5 km	tel. 072 5400136

Vorderingen nieuwe atletiekaccommodatie

In de vorige uitgave schreef ik al over de vorderingen met de nieuwe atletiekbaan. Volgens het schema, gemaakt door de gemeente, zou de baan eind augustus in gebruik kunnen worden genomen. Ik hoop het, maar het is allemaal wel heel erg krap.

Op het moment dat ik dit schrijf is de groenploeg van de gemeente aan het kappen rond het zwembad. Dit zal vervolgd worden met het kappen van de bomensingel welke in de weg staat voor de nieuwe baan. In verband met het broedseizoen voor de vogels moet er voor maart gekapt worden, dus dat wordt aanpoten voor de mannen.

Ingenieursbureau Kragten is in samenwerking met advies- en tekenbureau Siebenga bezig met het maken van het bestek en de bestekstekeningen. Dit had al gereed moeten zijn, maar is dit ook werkelijk zo? Een vraagteken dus. Verder is er voor de artikel 19 W.R.O. procedure een bezwaarschrift ingekomen. Hoe zal dit uitpakken?

Toch blijven we natuurlijk optimistisch en gaan we door met onze kant van het project, t.w. de realisering van een nieuw clubgebouw. Bestuurslid Piet Stuyt is aan het tekenen, en penningmeester Yvonne Boerdijk aan het rekenen. Er moet geïnvesteerd worden en ook zal de huur aangepast worden, want we betalen nu weinig voor het gebruik van de huidige baan.

Acties:

Een aantal (bestuurs)leden heeft geassisteerd bij de halve marathon van Egmond. Hiervoor is een vergoeding ontvangen van € 205,00 Verder is er door Lia de Nijs een bridgedrive georganiseerd. Opbrengst € 190,00 Zaterdag 10 maart is Agaath van der Welle aan de beurt met een workshop bloemschikken. Deze mag door de medewerking van Bejzaden in hun kantine gehouden worden. De ochtendsessie al vol geboekt en de middag bijna. Door sponsoring van materialen enz. is de geschatte opbrengst plm. € 1.500,-.

Dan gaan we op vrijdagavond 16 maart met z'n allen klaverjassen. Opgave bij Nel Meijer of Marian Robert. Natuurlijk wordt dit weer een heel gezellige avond.

Er wordt een grote loterij voorbereid. De vergunning hiervoor is inmiddels aangevraagd.

Om in atletiektermen te spreken: "we leggen de lat hoog". We willen graag 5.000 loten verkopen tegen een prijs van € 2,50. Uiteraard doen we hiervoor t.z.t. een beroep op de leden om zoveel mogelijk loten te verkopen. Jullie horen van ons.

Tijdens de jaarmarkt in Warmenhuizen zullen we ook een stand inrichten voor de verkoop van loten en andere zaken. Hierop beraden we ons nog.

Dan willen we op zondag 1 juli a.s. een grote rommel- en kofferbakmarkt houden op onze baan. Hier kan iedereen een standplaats huren voor de verkoop van eigen spullen en daarnaast zal ook Nova een standplaats innemen voor de verkoop van (oude) spullen. Komen jullie goed verkoopbare, overcomplete, artikelen tegen bij het opruimen bewaar ze voor deze markt. Natuurlijk is tijdens deze markt de kantine open.

Ook gaan we bedrijven en instellingen aanschrijven voor een eenmalige bijdrage. Nova doet verder nooit een beroep op hen, dus we hopen op een forse bijdrage van die zijde. Zijn er leden waarvan de werkgever interesse heeft voor sponsoring geef even een seintje aan coördinator Piet Meijer.

Ook andere suggesties zijn nog gedaan, zoals spinning wat tegenwoordig erg "in" is, een sponsorloop en een spectaculaire wedstrijd met prominenten op de oude en/of nieuwe baan.

Als we eenmaal aan het bouwen zijn, zal er uiteraard een beroep worden gedaan om zoveel mogelijk met zelfwerkzaamheid uit te voeren.

De volgende krant komt uit begin april. Zal dan de aanbesteding hebben plaats gehad? Het wordt spannend.

Verder zal tijdens de jaarvergadering op maandag 26 maart a.s. enkele belangrijke besluiten moeten worden genomen met betrekking tot de nieuwe accommodatie. Zie hiervoor de agenda met toelichting.

Piet van der Welle

Patat

Ga door met doorgaan, dat heeft het bestuur de afgelopen jaren steeds gedaan als de onderhandelingen over de nieuwe baan weer eens vastliepen. Zo moeten Theo Hopman en Louw Groot ook gedacht hebben toen zij jaren geleden deelnamen aan een wedstrijd voor veteranen in het Noorse Skiën.

Hoe kwam dat zo? Op een zondagochtend tijdens het rondje verbrande pan vond Louw dat die Hopman er wel een heel erg strak tempo op nahield.

"Joy, wat ben je allemaal van plan?" snoof Louw.

"Nou dat zal ik je zeggen Groot. Volgende maand is er een langlaufwedstrijd over 50 kilometer in Noorwegen, ga je ook mee? "

"No deer is gien denken an Hopman, dat ken je wel schudden."

"Ja maar Groot, luister nou es, er is ook een hardloopwedstrijd over 25 kilometer op hetzelfde parcours en het loopt prima op de harde sneeuw."

"Ja maar hoe wou je deer komme, een auto hebben we niet en mijn zie je niet in een vliegtuig."

"Geen probleem, ik heb het allemaal al uitgedokterd, we gaan mooi met de boot. Je moet allien nag effen an jouw Tine vragen of je zolang van huis mag."

Thuis tijdens de koffie werd het onderwerp aangeroerd. Na een lichte aarzeling en met een bedenkelijke gretigheid, stemde Tine toe. De trainingen werden nog wat opgevoerd, en ze waren er helemaal klaar voor. Louw ging met de trein naar Amsterdam en Theo gooide er nog een extra training achteraan. Samen met Leo Suiker ging hij op zijn rolskies naar het centraal station, waar Louw al vol ongeduld stond te wachten. Leo stapte weer op de trein naar huis, en de beide mannen gingen met de bus naar het havengebied. Daar zouden ze op de boot stappen die voor Daalimpex aardappelen naar Scandinavië moest brengen.



"Hoe heet die schuit Hopman?"

"Oh, het is een coaster, vaart onder de Belgische vlag en hij heet Vlaamse patat. Dat is 'm daar, we mogen gratis mee, maar we moeten onderweg wel wat lichte werkzaamheden verrichten."

Louw vertrouwde het allemaal niet zo erg meer, maar hij zat nu eenmaal in het schuitje. Ze liepen de loopplank op en meldden zich bij de kapitein, die ze naar hun kooien begeleidde. De volgende dag voeren ze al op volle zee, en werden naar het ruim gestuurd voor het lichte werk waar ze de overtocht mee moesten verdienen. Dit werk bestond uit het schillen van de grote binten om ze daarna met de hand tot patatfrietten te snijden.

"Je hebt me erin geluist Hopman, hier begin ik niet an."

"Kom op joy, het is maar voor een paar dagen."

"Nou ja vooruit dan maar."

Om beurten, de een schillen, de ander snijden. En zo verstreken de dagen tot eindelijk een matroos in het kraaiennest brulde: Land in zicht! Beide mannen slaakte een diepe zucht, ze konden geen pieper meer zien.

Inpakken en wegwezen en op weg naar Skiën. Daar waren nog veel meer Hollanders want ook het Nederlands kampioenschap was eraan verbonden. De mannen overtroffen zichzelf in de wedstrijd en veroverden beiden brons in hun onderdeel, en dit verzachtte het geleden leed enorm. De reis naar huis ging met de atletenbus waar nog vele plaatsen over waren. Thuisgekomen met de medaille om de nek, was de ontvangst allerhartelijkst.

"Jullie zullen wel honger hebben!", zeiden de beide vrouwen.

Nou en of, want in Noorwegen was het niet veel soeps.

"Wat schaft de pot?"

Dat is een verrassing, het was wel een heel werk, maar dat hadden we er graag voor over. We hebben namelijk overheerlijke met de handgemaakte Vlaamse frieten, met zelfgemaakte mayonaise. De beide mannen, keken elkaar aan en barstten in lachen uit.

Groetjes Dick

Beginnen en afvallen

Iemand die eventueel te zijner tijd afvalt, begint als beginner. De afvallers zijn vaak net ietsje zwaarder dan de niet afvallers. De volhouders weten natuurlijk van geen wijken. Ze gaan alsmaar door. Dat wilde de beginner eigenlijk ook wel en het mocht ook gerust van Sonja. Het doel van de latere afvallers is glashelder voordat ze daadwerkelijk begonnen zijn. Ze willen verder komen. Toch komen ze niet altijd waar ze wezen willen. Eigenlijk weten de doorzetters al snel dat het om een potentiële afvaller gaat. Welke Noviteitler herkent dit verschijnsel nu niet? Maar hoe lossen we dit probleem op en maken het bespreekbaar voor de afvaller die dit nu leest? Welnu; eerst neem ik jullie mee in de specifieke kenmerken van een beginneling. Hierna geef ik een beeld van de mogelijke valkuilen waar de afvaller onbekommerd in duvelt. Vervolgens tracht ik de mogelijke problemen op te lossen, waardoor het leven van de oprechte beginneling hierna nooit meer hetzelfde zal zijn. In het slotstuk zal ik ten slotte een verhelderend inzicht aanreiken, zodat men indien nodig, zo weer met beide benen op de grond staat.

Het mooie van een nieuw begin zijn de goede intenties die eraan ten grondslag liggen. Dat verdient zondermeer bij voorbaat alle respect. De eerste stap is mogelijk de aanzet tot een glorieuze finish op de marathon. Soms is het begin zo veelbelovend. Niettegenstaande de onstuimige wind en regen verschijnt de debutant op het lopersbal. Vergeet niet; de eerste stap is de moeilijkste. De harde kern van een trainingsgroep ziet de onwennigheid van de beginnende atleet genoegzaam aan. Het toont aan dat het niveau dat je bereikt heb in de loop der jaren je niet is komen aanwaaien. Door de beginners krijgt zo andermans prestatie glans. Vooral bij oefeningen waarbij een goede coördinatie gevraagd wordt blijkt een juiste uitvoering minder vanzelfsprekend dan de cracks denken. Soms is de kruispas al moeilijk, laat staan trippelings of de pendelpas. Zo lijkt het alsof de afzonderlijke benen ieder een eigen willetje hebben die nog niet goed communiceren met de linker hersenkwab waar normaal gesproken de rationele en analytische zaken aangestuurd worden. De armen links en rechts tegelijkertijd zwaaien valt ook niet altijd mee.



Een opmerkelijk fenomeen is het tekort aan zelfkennis bij bepaalde beginnelingen. Wanneer je de enthousiaste potentiële atleet hoort praten over wat er straks allemaal gaat gebeuren, dan klinkt dat nog zeer overtuigend voordat er ook maar een meter afgelegd is. Een moment denk je dat je straks vet ingehaald gaat worden door deze nieuwkomer. Toch is er ergens een manco in het verhaal. Het begint met te hoge doelen stellen en een te grote verandering van leefwijze. Vaak wordt de overmatige bravoure bovendien achteloos gecombineerd met karakterslapt. Een dergelijk gebakje taait al na een training stilletjes af. Maar het lag nooit aan de mentaliteit.

Hoe gaan we het als beginner wel volhouden? Regelmaat is de moeder van succesvol trainen. Een goed begin is het halve werk. Schuil je bij de eerste training niet op en stel je voor binnen de groep. Hier staat tegenover dat de groep open moet staan voor anderen. Met zijn allen wordt het alleen maar leuker. Sta open voor de aanwijzingen van de trainer en geef ook aan wat je wilt. Benoem je redelijke ambities, wat is je achtergrond, en zeg waar je naar toe wilt trainen. Wat goed helpt is niet met te hoge verwachtingen komen. Zie het in de aanvangsfase in het juiste perspectief. Leef bewust naar je doel. Wanneer je een doel bereikt hebt, dan heb je wel wat verdiend. Ga op zijn tijd lekker uit je dak. Maar zijn dat een paar biertjes of een halve krat? Ga niet volkomen door het lint maar op gepaste wijze. Het maakt een wereld van verschil, want voor je het weet ben je weer bij nul en zakt de moed in je schoenen. Gematigd leven is het advies. Zo worden de dalen minder diep, zodat je eigenlijk meer kan genieten. Zondig gerust eens, maar doe dan wel een patatje Sonja zonder mayonaise!

Het zeldzame risico bestaat dat er opeens een schuchtere nieuweling aan de poort staat die bij nader inzien een geweldig talent voor hardlopen heeft. Meteen bij het inlopen ziet iedereen haar op zijn hielen. Dit blijkt dan zo de hele training door te gaan. Wanneer de moeilijkere coördinatioefeningen door de absolute beginner ook nog eens perfect gedaan worden dan adviseer ik om te gaan werken met een combinatie van techniekoefeningen. Uiteraard kan de overgetalenteerde beginner het dan wel even voorstaan. De oefening gaat zo: met het linker been trippelings en met rechts een pendelpas en dit terwijl de linkerarm naar achteren zwaait en de rechter naar voren. "Ja, toe maar!"

R.D.

Halve Marathon De Waal, 10 maart a.s. op Texel

De wedstrijd is tegenwoordig op de 2e zaterdag van maart, de komende 26e editie is dus op 10 maart 2007. Het parcours is zeer aantrekkelijk en volgens de kenners snel bij westenwinden. Op verbetering van de records in De Waal staat een premie van € 100, mooi om de trip naar Texel terug te verdienen, maar dan moet je wel van goede huize komen: Barry Kneppers 1.07.00 (1984) & Katinka Wiltenburg 1.20.30 (1991). Maar of je nu snel of langzaam loopt, de hele halve of 'slechts' 1 ronde van ruim 10 km doet: iedereen is welkom en zal verrast zijn door de sfeer in Texels kleinste dorp, want De Waal leeft die dag voor zijn halve marathon!

Je kunt de auto in Den Helder laten staan want er rijdt een lijnbus (nr 29 richting De Cocksdorp) aansluitend op de boot van 11:30 uur en van 12.30 uit Den Helder. naar De Waal. Je bent dan om respectievelijk 12:34 en 13:34 op de plaats van bestemming Om 16:04 en 17:04 vertrekt de lijnbus vanaf De Waal richting de boot.

De soep na afloop, de loterij op startnummer, een herinnering en videobeelden van de wedstrijd zorgen voor een extra sfeer van deze halve van De Waal.

Start is om 14.00. Voor verdere info: Piet Bakelaar 0222-313843 (email: pietbakelaar@planet.nl)

<i>Categorieën</i>	<i>Starttijd</i>	<i>Afstand</i>
Jongens t/m 11 jaar	13:25	1,2 km
Meisjes t/m 11 jaar	13:25	1,2 km
Jongens 12 t/m 15 jaar	13:25	2,5 km
Meisjes 12 t/m 15 jaar	13:25	2,5 km

<i>Recreanten</i>		
alle categorieën	14:00	4,8 km
Heren 16 t/m 39 jaar	14:00	10,6 km
Dames 16 t/m 34 jaar	14:00	10,6 km
Veteranen heren 40+	14:00	10,6 km
Veteranen dames 35+	14:00	10,6 km

<i>Wedstrijd</i>		
Dames 16 t/m 34 jaar	14:00	21,1 km
Heren 17 t/m 39 jaar	14:00	21,1 km
Veteranen dames 35 en ouder	14:00	21,1 km
Veteranen heren 1 40 t/m 49 jaar	14:00	21,1 km
Veteranen heren 2 50+	14:00	21,1 km



Puzzel

Vul in plaats van het cijfer een letter in zodat er een woord ontstaat. Zet de letters onder de cijfers op de goede plaats.

- | | |
|----------------------|------------------|
| (10) itwedstrijd | (7) ijnrechter |
| (6) chterlijn | (2) ver |
| (1) angen | (5) uitenspel |
| (8) oach | (9) inkspoot |
| (4) rainer | (3) lleboog |
| (11) eenbeschermer | |

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
— — — — — — — — — — —

Evenementenkalender

De lente, die in december al begon en zich naderhand stormachtig ontwikkelde, doet nu de bollen uit de grond schieten. Het is duidelijk dat de sportieve activiteiten opgeschroefd kunnen worden. Op de weg, door de polder, in de duinen of in het bos, daar kan je in je vrije tijd jezelf de nodige energie laten opdoen. De halve marathon van de Waal op Texel verenigt al deze elementen in zich. Het is voor de fervente deelnemers van de clubcompetitie een aanrader. Wanneer je ervoor gaat op een of meer van onderstaande wedstrijden, dan weet je waar je staat met je conditie en waarvoor je de trainingen zo goed gevolgd heb. Op de agenda staan veel eigen NOVA-evenementen. De laatste clubwedstrijden van de wintercompetitie komen eraan en de eerste wedstrijden voor de jeugd. Voor de liefhebbers van wandelen staat de hoog aangeschreven NOVA wandelvierdaagse op het programma van 23 tot 27 april. Zet het in de planning voor gegarandeerd wandelplezier voor jong en oud.

Maart

- 4 maart Den Helder-Schagen, av TAS samen met Noordkop, 25 km, ook estafette
10 maart Halve marathon Texel, de Waal, 0222-313843, 1,2-2,5 km 13:30 uur, 4,8-10,6-21,1 km 14:00 uur. **NOVA clubwedstrijd**. Organisatie AV Texel. Start 14 uur
11 maart Beetskoopkadeloop, Oudendijk. Afstand 3,5 km voor de jeugd, wedstrijdloop 14 km (twee rondes van 7 km) Ook wandeltocht van 6,5 km ook voor Nordic Walking. info: 0229-542295
18 maart Molenvaartloop Anna Paulowna, 6,3 of 8,8 km AV Dokev, 0223-533002
25 maart Halve van Hoorn, 3, 5, 10 of 21,1 km. AV Hollandia, 0229-245277
25 maart Runnersworld Spaarnwoudeloop, 10, 20 of 30 km www.spaarnwoudeloop.nl

April

- 1 april Clubcross, 6 en 9 km. Nova baan Warmenhuizen. NOVA clubkampioenschap cross voor alle Nova leden, dus zowel pupillen, junioren en senioren
1 april Brijderloop, Alkmaar 5 en 10 km
15 april Atletiekbaan SAV, Kloetloop Grootebroek, 11.00 uur 25 km. wedstrijd voor mannen + prestatie loop. Ook 5, 10 en 15 km. Prestatie loop. Tel. 0228514990
22 april Duin- en bollenloop, SV Noordkop
23 t/m 27 april Wandelvierdaagse. Start vanaf 18.00 uur vanaf de Novabaan

Mei

- 12 mei 1e wedstrijd van de pupillencompetitie NOVA
12 mei Kuinre. Mooiste wandeling van Nederland. Afstanden: 20, 30, 40 en 50 km. Educatieve wandeling voor jeugd 9 km. Parcours geschikt voor Nordic walking
Inschrijfgeld € 5,00 per persoon. Voor info en inschrijving www.kaskuinre.nl of 06-41 121 342
18 mei 1e vrijdagavondwedstrijd voor alle pupillen en junioren op de Novabaan. Aanvang 18.30 uur.
20 mei 10 Engelse mijl Schagen, TAS82
20 mei Marathon van Hoorn, 5, 10, halve en hele marathon, www.hoornmarathon.nl

Juni

- 2 juni 2e wedstrijd van de pupillencompetitie
23 juni 3e wedstrijd van de pupillencompetitie

