

mei/ juni 2019

Huize Glory

Ruud Doodeman

Walking on Sunshine

Hardloofdokter

Te voet naar Santiago, part I

Peter Robert

Eindstand wintercompetities



Loodgietersbedrijf- en leidekkersbedrijf
L.F. STAM & ZN. BV

Zinkmeester

Lid van de Ned. Ver. voor leidekkers

Gespecialiseerd in: Lood, koper, lei- en zinkwerk
Renovatie en restauratie
Sanitair en installatiewerk

Tel.: 0226-392597
Bregweid 6 Warmenhuizen

**multicopy the
communication
company**

Heerhugowaard - Alkmaar, W.M. Dudokweg 10, 1703 DB Heerhugowaard, 072-5760990

GOEDE VOORNEMENS?

refresh your business!

Wij bespreken graag de mogelijkheden voor uw bedrijf.



FREE-D-SIGN
RECLAME EN VORMGEVING



Vormgeving • Sign & Visuals
Events & Outdoor • Indoor & Styling

FREE-D-SIGN.NL

TOON BEENTJES
TWEEWIELERS HEEMSKERK

BROMFIETSEN

Cornelis Groenlandstraat 6c
Heemskerk
T 0251 243583
www.Toon-Beentjes.nl

FIETSEN

Maerelaan 2c
Heemskerk
T 0251 232250
www.Toon-Beentjes.nl

Schildersbedrijf
PRONK



Oudewal 7 Warmenhuizen
Telefoon (0226) 394828 / 06-22416357

**KAPSALON
Nathalie**

Leeuwerikstraat 25
1749 VC Warmenhuizen
T (0226) 390208 M 06 43732544

afspraak@kapsalonnathalie.nl

www.kapsalonnathalie.nl

**peter's
autoservice**

APK en Onderhoud
Peter Dekker
in-verkoop auto's

C. de Vriesweg 49
1746 CM Dirksborn
T (0224) 55 22 82
F (0224) 55 26 90

In deze Noviteit

Redactioneel

Pagina 15.

Hardloopedokter

Pagina 22.

Huize Glory

Pagina 27.

Te voet naar Spanje

Pagina 18.

Jong Blauw, no.2

Vaste Rubrieken

NOVA informatie	4
Van het Bestuur	7
Verjaardagen / Nieuwe Leden	9
Nieuwe training	12
Officiële opening Krachthonk	13
Nova Wintercompetitie	16
Jong Blauw	18
Nova Wintersport	25
Wandelnieuws	27
Pupillen & Jeugdnieuws	30
Nova-weekend Lemele	33
Evenementenkalender	34

Bij het opmaken van de Noviteit scan ik automatisch ook de ingeleverde stukjes. Deze editie staat toevallig bol van de NOVA vakantie verhalen. Prachtige wintersport in Ortisei, Voorjaarsweekend in Lemele (met winters weer) en dan mist eigenlijk nog het trainingskamp in Andalusië van 7 Nova-leden, inclusief ondergetekende. Nu waren we ietwat geblesseerd, dus of de term trainingskamp de lading dekt..., dat laat ik maar even in het midden. Maar gezellig was het wel!

De trainingstijden op pagina 4 zijn weer up-to-date (als het goed is), inclusief de gewijzigde tijd van de bootcamp. Deze is nu op donderdagavond, de warming-up en loopoefeningen worden samen met de groep van Mark Dekker afgewerkt. Daarna splitst de groep zich op. En gaat de bootcamp groep onder de bezielende leiding van Tom Hoogetboom zich in het zweet werken. Mocht de donderdagavond je beter uitkomen, kom er gezellig bij! Tom is (hij ook al) op trainingskamp geweest in Portugal afgelopen week, dus het kan zo maar zijn dat hij ons het nieuwe krachthonk instuurt. Ook geen straf.

Veel leesplezier!

Elles de Groot

De Novaredactie novakrant@hotmail.com

Martijn Jorritsma
Elles de Groot
Ruud Doodeman

Wil je adverteren in onze krant? Neem dan contact op met de sponsorcommissie!

Novabestuur

Naam	e-Mail	Telefoon	
Petra Taams	pdtaams@gmail.com	06 52845447	Voorzitter
Jos Hoogeboom	jos.hoogeboom@outlook.com	0226 72 3039	Vice-voorzitter
Margo Hogervorst	margohogervorst@quicknet.nl	06 14112595	Secretaris
Carlo de Moel	carlodemoel@quicknet.nl	0226 72 0115	Penningmeester
Nelina Bruin	nelina@kpnplanet.nl	0226 39 2209	
Maaïke Tesselaar	maaiketesselaar@hotmail.com	06 22217397	
Piet Stuyt	p.stuyt@quicknet.nl	0226 39 3177	
Bram Berkhout	brambo_berkhout@hotmail.com	06 5090 8367	
Novakantine	Oostwal 33 Warmenhuizen	0226 39 1082	

Trainingstijden

Maandag 09.00 tot 10.30	Vertrek bij Zandspoor Sportief wandelen Novabaan	Trainer Peter Robert
18.00 tot 19.00 19.00 tot 20.30	Clubavond pupillen Clubavond junioren	Verschillende trainers Verschillende trainers
Dinsdag 19.30 tot 21.00 19.30 tot 21.00	Novabaan Senioren/masters Sprintgroep Senioren	Trainers Jan Berkhout Jorg Ootjers
Woensdag 19.30 tot 20.30 19.30 tot 20.30	Novabaan Start to Run Krachttraining	Trainers Joshua de Vriend Margriet Berkhout
Donderdag 17.00 tot 18.00 17.00 tot 18.00 17.00 tot 18.15 18.00 tot 19.00 18.15 tot 19.15 19.00 tot 20.15 19.30 tot 20.30 19.30 tot 20.30 19.30 tot 20.45	Novabaan Mini pupillen/C-pupillen Pupillen B/C Pupillen A/B G atleten Junioren Senioren/masters Sprintgroep Senioren Bootcamp	Trainers Myrthe van Dok en Mireille Ligthart Steven de Moel en Jesper Sintenie Amber Hurkmans en Carlien Wabeke Lars Dignum Carol Rademakers, Amber Hurkmans, Deni van Schagen Mark Dekker Jorg Ootjers Tom Hoogeboom
Vrijdag 19.00 tot 20.00	Novabaan Pupillen A1 en A2	Trainers Linda & Amber Hurkmans, Teun Beers
Zaterdag 09.00 tot 10.30 09.00 tot 10.30	Vertrek bij Buitencentrum Schoorl Sportief wandelen Nordic Walking	Trainers Marian Robert, Ingmar Zondervan, John Vader Rob Duvivier, Jan Karsten, Marian Robert & Peter Robert
Zondag 09.00 tot 10.30 10.00 tot 12.00	Vertrek bij begin Zeeweg Start to Run Vertrek bij Buitencentrum Schoorl Sprintgroep Senioren	Trainers Frans Kauffman Jorg Ootjers

Trainers



Teun Beers	06 39589887	Mireille Ligthart	06 29152510	Trainingscoördinatie Maaïke Tesselaar (jeugd): 06 2221 7397
Jan Berkhout	0226 394278	Steven de Moel	06 51012246	
Mark Dekker	0226 395238	Jorg Ootjers	06 10903088	Jos Hoogeboom (senioren): 06 1266 8131
Lars Dignum	06 1434734	Carol Rademakers	0226 393603	
Myrthe van Dok	06 36046818	Peter/Marian Robert	0226 393338	Marian/Peter Robert (wandelen): 0226 39 3338
Rob Duvivier	0226 395543	Jesper Sintenie	06 13840081	
Tom Hoogeboom	06 48698776	John Vader	06 2276 5260	
Linda Hurkmans	06 2364 244	Joshua de Vriend	06 54946276	
Jan Karsten	0226 392029	Carlien Wabeke	06 34797093	
Frans Kauffman	0226 393426	Ingmar Zondervan	0226 391994	
Kiki Klaver	06 21647074			

Contributie

> Voor de actuele contributie raadpleeg de website van NOVA www.avnova.nl

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 in januari. Eventuele opzeggingen moeten voor 1 november gedaan zijn bij Gerrie Masteling: LedenadministratieNova@kpnmail.nl.

Uitleg over leeftijden en categorieën vanaf 1-11-2018 tot 31-10-2019

Categorie	Geboortjaar	Categorie	Geboortjaar
Mini Pupil	2012 en later	Junior C	2005-2004
Pupil C	2011	Junior B	2003-2002
Pupil B	2010	Junior A	2001-2000
Pupil A1	2009	Senioren	<35 jaar
Pupil A2	2008	Masters 35	35-39 jaar
Junior D	2007-2006	Masters 40	40-44 jaar

De masters worden aangeduid als M35, V35, M40, V40 etc

Commissies

Jeugdcommissie

Kiki Klaver	kiki_klaver95@hotmail.com	06 21647074
Kees van Wonderen	keesencorine@hotmail.com	06 1220 0226
Jim Bruin	jim.bruin@hotmail.com	06 1088 2429
Arien Kruijjer	l.kruijjer@telfort.nl	06 10218761
Nelina Bruin	nelina@kpnplanet.nl	0226 39 2209

Kantine commissie

Truus Rood		06 4885 1707
Erik Tesselaar	erik.tesselaar@quicknet.nl	06 4253 1821
Marieke Brake		

Materiaal- en Accommodatiecommissie

Piet Meijer	p-meijer01@planet.nl	0226 39 0819
Piet Stuijt	p.stuyt@quicknet.nl	0226 39 3177

Vertrouwenscontactpersonen

Sylvia Groen	sylvia.groen@quicknet.nl	0226 39 0290
Cor Wabeke	coryvo@quicknet.nl	0226 39 5688

Baanwedstrijden commissie

Kiki Klaver	kiki_klaver95@hotmail.com	06 21647074
René Tijm	renetijm@gmail.com	06 4186 0786
Tijs Hofmann	tijshofmann@quicknet.nl	0226 39 4974
Tom Hoogeboom	tomhoogeboom1@gmail.com	06 489 68776
Bram Berkhout	brambo_berkhout@hotmail.com	06 5090 8367

Clubrecord commissie

René Tijm	renetijm@gmail.com	06 4186 0786
Bram Berkhout	brambo_berkhout@hotmail.com	06 5090 8367

Sponsorcommissie

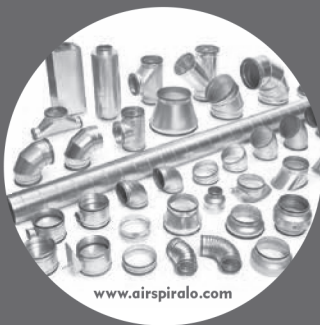
Frans Kroes	sponsoring@avnova.nl	06 2453 5046
Yvon Louter	sponsoring@avnova.nl	0226 39 5688
Yde Dekker	sponsoring@avnova.nl	06 5393 0408
Dick Nannes	sponsoring@avnova.nl	06 238 51056

Vrijwilligerscoördinator

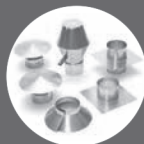
Vacature	vrijwilligers@avnova.nl	
----------	-------------------------	--

Onderhoud Website

John Vader	webmaster@avnova.nl	06 2276 5260
------------	---------------------	--------------



www.airspiralo.com



STUDIO BIBOB

Voor uw moderne haarverzorging

Behandeling volgens afspraak

Dorpsstraat 32 - Tuitjenhorn
Telefoon (0226) 393736



Kokkelkoren.nl

project- en woninginrichting

Voor al uw tuin werkzaamheden



't Skuitje 43, 1747 TM Tuitjenhorn
telefoon: 06 - 51406092
www.patrickblokkerhovenier.nl

Ad Strooper Bedrijfsadvies.nl

Administraties en belastingen

Uw doelstelling, onze uitdaging

Telefoon: 0226-393709

E-mail: ad@adstrooperbedrijfsadvies.nl

Ook voor:
opslagruimte, koelen, verwarmen

STOOP WAARLAND

0226-422844
www.stoopwaarland.nl



GROENVOORZIENING
BOOMVERZORGING
BAGGERWERKEN
GROENRECYCLING
WATERBOUW



BEUKERS

Bike-Centre Petten

Ir. van de Banstraat 14, 1755 NN Petten
T: 0226.381367 E: info@beukersbikecentre.nl

www.beukersbikecentre.nl

Hallo NOVA-leden!

Terugblik op de Algemene Leden Vergadering (ALV) van 25 maart 2019

Op woensdag 1 mei is een extra ALV gepland waarin goedkeuring van de herziene statuten moet worden vastgesteld. Tijdens deze ALV moet 2/3 van het totale aantal leden de herziene statuten goedkeuren. De verwachting is dat tijdens deze ALV minder dan 2/3 van de vereniging vertegenwoordigd is. Het uitroepen van een nieuwe ALV is dan noodzakelijk. Bij deze 2e ALV kunnen de herziene statuten worden aangenomen als 2/3 van de dan aanwezige leden hun goedkeuring verlenen.

De Jaarcijfers van de vereniging geven een positief resultaat van 4100,00 euro.

De realisatie van het krachthok is met veel sponsoring tot stand gekomen. Er is hard gewerkt. De kosten van de gehele bouw is uitgekomen op 60% van de beraamde kosten.

Het krachthok is inmiddels in gebruik. De officiële opening voor sponsors en bouwers is vastgesteld op 10 mei.

Alle trainers hebben het trainersdiploma behaald.

Het ledenbestand van AV Nova: Er zijn 75 nieuwe leden bijgekomen naast 65 opzeggingen. Opzeggingen komen vooral vanuit de jeugd. Er zijn veel nieuwe leden die vanuit de "start tot Boerenkoolloop" een doorstart hebben gemaakt.

Het aantal sponsors is stabiel gebleven. Er wordt speciaal aandacht gevraagd voor de RABO clubkas campagne. De Rabobank stelt geld beschikbaar wat wordt verdeeld onder deelnemende clubs middels stemmen van Rabobank leden. Stemmen kan op zowel Nova als op de Stichting. Per stem levert dit, als men op beide stemt, ruim 13 euro op. Stemmen kan alleen als lid van de Rabobank Alkmaar. Verdere communicatie volgt nog.

De Stichting kent zijn bestaan in verband

met de BTW teruggave. De BTW constructie is vervallen. Besloten is, in samenspraak met de Stichting en bestuur, dat de Stichting dit jaar nog blijft bestaan

De klus en schoonmaakploeg bestaat 10 jaar.

Gerrie Masteling neemt eind mei de ledenadministratie over van Marian Robert.

Kleding wordt overgenomen door Jessica Kortwijk.

De meeste commissies hebben tijdens de ALV een presentatie gegeven. Deze PowerPoint presentaties worden gepubliceerd op de website. Voor volgend jaar zal ook aandacht zijn voor:

- De Sportweek,
- Evenementen die buiten een commissie vallen,
- De Wandelvierdaagse,
- De actie Jantje Beton,
- De Boerenkoolloop
- De Boslopen,
- De medische commissie,
- De vertrouwenspersoon,
- De webmaster.

Vanuit het bestuur

Het bestuur is voornemens een BBQ voor de vrijwilligers te organiseren. De datum is gesteld op 6 september 2019 vanaf 17:00 uur

Er is veel overlast van meeuwen. De uitwerpselen liggen bezaaid op het terras. Actie wordt ondernomen om meeuwen te weren door strippen met pennen te plaatsen op het dak van de accommodatie

Er is nog een hele bulk clubkleding waar al jaren geen animo voor is. Besloten is om deze kleding te verloten onder de G-atleten.

Namens het bestuur,

Margo Hogervorst



Interieurwerken



Met passie voor het proces



Architektenburo Glenn Pronk

Langedijker 23
1749 HJ Warmenhuizen
Tel: 0226-391838

A. Oudevaart 69, 1749 CH Warmenhuizen | W. www.nbinterieurwerken.nl

Loeigoeie Zuivel

Van biologische Boerderij de Buitenplaats

Dagelijks geopend!
Surmerhuizerweg 10
Eenigenburg
www.loeigoeiezuivel.nl

Praktijk voor

Aangesloten bij de NVO/NRO

Osteopathie en kinderosteopathie

Voor volwassenen, kinderen en baby's

Osteopathie zoekt naar de oorzaak van uw klacht en behandelt deze manueel

Indicaties baby's en kinderen

o.a. voorkeurotaties, overstrekken, huilbaby's, darm- en buikkrampjes, reflux, KISS en KiDD, afvlakking van het hoofdje, oorpijn en hoofdpijn.

Indicaties volwassenen

bij zwangerschap en na de bevalling, maar ook o.a. bij nek-, schouder-, rug- en bekkenklachten, duizeligheid, hoofdpijn, vermoeidheid, orgaanklachten en sportblessures.

Mocht u nog vragen hebben of een afspraak willen maken, bel 0226-340320.

Woudmeerweg 33, 1746 CD Dirksborn

Mary Kloeth D.O.-MRO
Bob Haanappel D.O.-MRO

praktijk voor
fysio/manueeltherapie
& osteopathie

Ton van der Ven

Dorpsstraat 115
1749 AB Warmenhuizen
Tel 0226 39 09 02
Mob. 06 15 63 44 25
E-mail info@fysiotonvdven.nl



Jos van Baar Schilderwerken

Oudeval 5 1749 CA Warmenhuizen Telefoon (0226) 392807

Onderhoud - Nieuw- & verbouw - Wandafwerking
Glas in Lood - Vrijblijvende offerte

M 06 - 51 55 44 48
E j.van.baar2@kpnplanet.nl
W www.josvanbaarschilderwerken.nl

HEMAN "DE SMIDSE"

Dorpsstraat 158
1749 AJ Warmenhuizen
Tel: 0226-391223 www.he-man.nl



Fietsen /
Accessoires



Speelgoed



Huishoud / Kado



Smederij /
Tankstation

MENEER VERMEER TUINEN



ONTWERP, AANLEG,
ADVIES EN ONDERHOUD

0226 39 39 20

WWW.MENEERVERMEERTUINEN.NL

Verjaardagen

Mei

Iven Ligthart	16
Marieke Bruijn	18
Chiel Sven Vogtschmidt	18
Brain van Hooff	19
Michel Kos	19
Claudia Wiegel	19
Yvonne Boerdijk	20
Marjan Janssen	20
Patrick Blokker	22
Laura Fontein	23
Piet van der Welle	23
Dick Nannes	27
Jordan O'Neil	27
Ingmar Zondervan	27
Gurie Suiker	28
Sophie Gutker	29
Cor Wabeke	29
Yde Dekker	31
Eshaq Rahro	31

Juni

Elles de Groot	01
Dick Smit	01
Trudie de Groot	03
Ben Mosch	03
Harriet Bootsman	05
Romy van Wonderen	07
Rina Krom	08
Nelina Bruin	09
Jan Houtenbos	09
David van der Welle	12
Ad den Ouden	14
Marian Nolten	15
Tim Stroet	15
Milly Pardoën	19
Lisa Slijkerman	19
Suzan Nieman	20
Tuana Osman	20
Lisa Church	21
Dirk Jan Giskes	21
Isabella Schoehuijs	23
Bram Berkhout	24
Karin Hofman	24
Leonie Engels	25
Truus de Maaré	25
Aad Pancras	25
Gerard Suiker	25
Mara Smit	26
Linda Hurkmans	27

Juli

Truus Rood-Zutt	03
Sara Tesselaar	04
Ramon Schoorl	05
Anneke Hessels	06
Eline Rampen	06
Talisa van der Fluit	07
Joop de Krijger	07
Romy Duineveld	08
Joris Pronk	08
Evi Muijs	10
Paul Nieuwenhuizen	10
Senn Quant	11
Piet Stuyt	11
Ana da Silva	11
Bertie Smit	12
Jan Blankendaal	15
Wiebe Klazes	15

Nieuwe Leden

Atletiek

Rik Bekker	pupil A
Chiel van Assem	pupil A
Pim Groenland	pupil B
Iven Ligthart	pupil C
Per Groenland	master

G-Atletiek

Ana da Silva	Junior D
--------------	----------



Swan

Art & Build

De Hoge Werf 20, 1749 JW Warmenhuizen - 0226-399976 - www.swan-artbuild.nl

Atelier voor Bouwkunst

'Bezoekadres' Huisweid 9e 1749 EL Warmenhuizen



Kerkbuurt 5
1747 GP Tuitjenhorn
Telefoon (0226) 392830
Telefax (0226) 390496

Bouwbedrijf F.J. Vos

Nieuwbouw - Verbouw - Renovatie

KANTOOR JONKER v.o.f.

administraties & belastingzaken

Doorbraak 12, 1749 AM Warmenhuizen | 0226-392112 | info@kantoorjonker.nl | www.kantoorjonker.nl

A D M I N I S T R A T I E S
B E L A S T I N G Z A K E N

Meer sfeer in uw interieur?

Kom naar Deco Home Van Baar



Verf



Behang



Raamdecoratie



Gordijnen



Vloeren



Van Baar

Pastoor Willemsstraat 98, 1749 AR Warmenhuizen
Tel.: 0226 - 39 12 42, www.decohomevanbaar.nl, info@wmvanbaar.nl



Praktijk voor pedicure,
schoonheid-en massage

Jacqueline Boots-Harbets

Wongse 15, 1749 BK Warmenhuizen
Tel.: 06 13974311



Boek nu ook online

WWW.KIMEWO.NL
TEL.: 0226 - 390534



Keurslagerij

HOF VAN

BLANKENDAAL

Dorpsstraat 26
1747 HB Tuitjenhorn
Tel: 0226 - 39 46 68

Het adres voor:
Eigen gemaakte worst
Heerlijke vleeswaren



En specialist in verzorging van;
Fondue schotels
Gourmet schotels
en Barbecue

HAAR STUDIO MARIEKE

haar en make-up

Schelphoek-zuid 24
1749 BH Warmenhuizen
T 06-83693236

Velko

bandenservice

uitlijnen - balanceren - banden - uitlaten - trekhaken - velgen - wasstraat

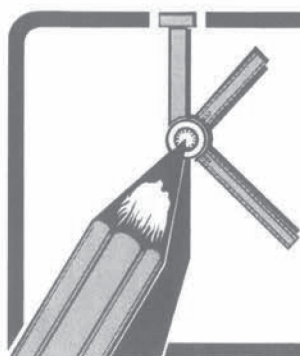
De Mossel 6
1723 HZ Noord-Scharwoude

Tel. 0226 - 314751
Fax 0226 - 315192

e-mail: info@velko.nl

Dagelijks geopend tot 17.30 uur zaterdags tot 16.00 uur

VOOR AL UW NIEUWBOUW - EN VERBOUWPLANNEN:



ARCHITECTENBURO
JAN KRAMER
PETTEN 0226 - 383138



Prijzen uit voorraad leverbaar
Eigen graveerinrichting

Herculesstraat 31 - ALKMAAR
072 512 35 39 / 06 31 33 70 30
info@gkamper.nl www.gkamper.nl

Wilco van der Stoop

Acupunctuur en Sportmassage

Manusveert 132 Tuitjehorn

Acupunctuur is een effectieve behandelwijze omdat lichaam (en geest) in zijn volledige samenhang wordt bekeken en behandeld. Niet alleen de symptomen, maar vooral ook de oorzaken van de klachten worden aangepakt. Acupunctuur kun je o.a. gebruiken bij de volgende klachten:

- Darmklachten
- Slaapproblemen
- Sportblessures
- Hooikoorts
- Hoofdpijn/migraine
- Pijnlijke gewrichten en spieren

Bel voor een afspraak in mijn praktijk, of bij u aan huis: 0226-394286 of 06-46189915



Autoschade W.P. Dekker
Voor al uw spuitwerk!

- *Reparatie van alle merken*
- *Altijd vervangend vervoer*
- *Ook voor spuitwerk van meubels, deuren, keukens & radiators*

C. de Vriesweg 51, 1746 CM Dirksborn
0224 551802, www.autoschadedekker.nl

FOCWA EUROGARANTBEDRIJF



PRAKTIJK
Hartje Kalverdijk

Wellness-Massage, Access Bars
Stoelmassage, Essentiële olie
Workshops, Bedrijven

Linda Kruijer-Ligthart
Koorndijk 7 1747GC Tuitjehorn
Telefoon: 06-5325208
praktijkhartjekalverdijk@gmail.com
www.praktijkhartjekalverdijk.nl



Nieuwe training!

Doe jezelf niet te kort en loop eens mee!

De strakke actie 'Start to Boerenkoolloop' was vorig jaar een groot succes. Met een mooi trainingsdoel via de eigen Nova-loop in het verschiet en prima samenwerking met de sponsors van Nova waren er extra trainingen geregeld, die je prima na werktijd kunt oppakken. Voor mensen met een druk (gezins-)leven was het ideaal om toch wekelijks in beweging en lekker fit te blijven. Bij het op eigen houtje lopen valt de motivatie soms weg na verloop van tijd en vooral voor beginners is goede begeleiding essentieel om verantwoord te sporten. Bovendien is het veel gezelliger om samen te trainen. Na de Boerenkoolloop was er een behoorlijke groep die graag door wilde blijven trainen, ongetwijfeld omdat de training door Annemiek Suiker die danig inspireerde. Dit was Nova niet ontgaan en daarom heeft het bestuur actie ondernomen de sporters het loopplezier te laten behouden. Deelnemers kregen ook nog eens een heel erg leuk clubblad, dus waarom zou je wegblijven? Van die groep hebben zich nu ruim 20 mensen aangemeld als Nova-lid.



Uitbreiding trainingsmogelijkheden hardlooptraining

Sinds begin dit jaar is er dus een nieuwe training voor de senioren toegevoegd. Het betreft een training die wordt gegeven op donderdagmiddag om 17.00. De training wordt gegeven door Annemiek Suiker, een nieuwe trainer bij AV Nova, met ondersteuning van Jos of Tom Hoogeboom als ze eens een keer verhinderd is.

Annemiek Suiker was deelnemer aan 'Start to Boerenkoolloop', en heeft zelf volop ervaring als trainer bij triatlonvereniging Zwefilo. Ze is goed in zwemmen en geeft daar ook training in en lopen gaat haar eveneens prima af. De enthousiaste en deskundige wijze van training geven

is erg leuk om mee te maken. Eigenlijk doe je jezelf tekort als je eigenlijk wel wil en tweebeinig prima uit de voeten kan. Uiteraard is dit nieuwe trainingsuur ook te bezoeken door andere Nova leden die niet bij een van de sponsors werken. Als daglicht en weersomstandigheden het toelaten zal de training, die nu op de baan is, zich verplaatsen naar het bos van Schoorl, wat optimaal loopplezier in de best mogelijke omgeving mogelijk maakt. Voor meer info kan je contact opnemen met Annemiek Suiker (06 534 55 821) of Jos Hoogeboom (06 1266 8131). Gewoon langskomen kan natuurlijk ook.

Officiële opening Krachthonk vrijdag 10 mei



Het krachthonk is gerealiseerd door onder andere een aantal van onze eigen vrijwilligers.

Naast de inzet van hen hebben ook vele anderen een bijdrage geleverd door het leveren van materialen, een dienst of door een financiële bijdrage in welke vorm dan ook.

Het resultaat mag er zijn, er staat een prachtig krachthonk wat door al deze inzet tegen relatief lage kosten gerealiseerd is.

Wethouder Joke Kruit van gemeente Schagen zal de officiële opening verrichten, Maarten Emmaneel heeft hiervoor iets speciaals bedacht.

Aan de genodigden is ook kenbaar gemaakt dat zij na afloop de wedstrijden van het Baancircuit XL kunnen bijwonen.

Ledenadministratie

In de vorige Noviteit heb ik laten weten per 1 april te stoppen met de ledenadministratie van Nova.

Een opvolger was toen nog niet bekend, maar nu wel ! Het is Gerrie Masteling.

In de 2e helft van mei ga ik alles aan hem overdragen en wens hem via deze weg nu al veel succes toe !

Marian Robert



DE MARLEQUI

De verkoop van onze zomerbloeiërs is gestart!

- *Vul uw manden, bakken of tuin met kleurige en fleurige bloeiërs*
- *De keuze is reuze bij ons op de kwekerij*
- *Alle plantjes kosten maar 1,25 per stuk.*
- *In de kas staan drie marktkramen met gevulde bakken en manden met zomerbloeiërs, leuk om cadeau te doen!*
- *Veel keuze voor kleine en grote prijsjes*
- *Elke dag geopend!!*

Plantjesdag op 11 mei

Van 09.00 tot 18.00

- *Alle zomerbloeiërs deze dag voor maar €1,- ipv €1,25**
- *De beste dag om mooie Moederdag cadeaus te scoren!**
- *Gratis limonade en koffie (Appelgebak voor 2,50)**
- *Keuze uit meer dan 10.000 plantjes!**

**VOOR DE LEUKSTE
FAMILIE- EN
BEDRIJFSUITJES**

*****Nieuw...Wie is de Marlequi-mol*****



Hardloofdokter

Walking on sunshine



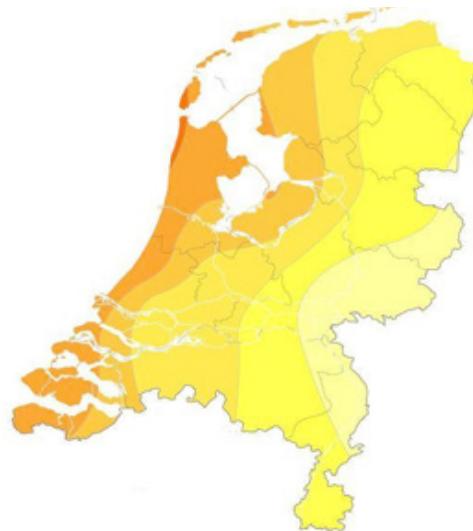
“Ben je op vakantie geweest? Je ziet zo gezond bruin.”

“Nee hoor. Ik loop hard.”







Lente! Heerlijk om te lopen, ook vanwege het heerlijke weer. Zon is goed voor je, maar een halve marathon met je gezicht recht in de zon heeft zeker ook nadelen. Het advies is om niet langer dan tien minuten onbeschermd in de volle zon buiten rond te lopen.

Sommige komen dan drie kilometer, de hardloofdokter twee kilometer ver. Dat zet geen zoden aan de dijk. Wat dan wel?

Voorhoofd en gezicht zitten het meest in de gevarenzone. Petje, shirt met lange mouwen eventueel aangevuld met watervaste zonnebrand is het beste om de zon vanuit deze zomerse hoek van 61 graden tegen te gaan. Lopen op het zonnigste, en dus heetste moment van de dag is niet verstandig. En: bedenk dat we in de Kop van Noord-Holland bij de top qua zonuren horen.



Gemiddeld aantal zon uren

	1400-1450		1550 -1600
	1450-1500		1600 - 1650
	1500 -1550		1650 - 1700

Positief

Zonlicht kan helpen tegen een winterdip. Als het ons lichaam binnenkomt via de ogen - dus níet via de huid! - helpt zonlicht tegen een winterdepressie.

Zonlicht op de huid zorgt voor de aanmaak van vitamine D, nodig om calcium uit de voeding op te nemen. Belangrijk voor groei en voor stevige botten en tanden. Ook speelt vitamine D een rol bij een goede werking van

de spieren en het immuunsysteem. Belangrijke vitamine voor hardlopers dus!

Zonlicht remt ook sommige huidproblemen zoals jeugdpuistjes, psoriasis en soms eczeem.

Negatief

Zonverbranding - pijn, roodheid en zwellingen - ontstaat door teveel UV-licht. Geleidelijke blootstelling aan zonlicht geeft de huid tijd om een afweerreactie op te bouwen: een bruine huid.

Onder invloed van zonlicht wordt de huid ook ouder. Veel in de zon zitten geeft op oudere leeftijd een stugge huid met weinig elasticiteit. Het merendeel van alle rimpels komt door zonlicht.

Wie vaak verbrandt op kinderleeftijd heeft dertig jaar later meer kans op huidkanker. Veelvoorkomend is basaalcelkanker. Een huidkleurige tot roodbruine bult die soms bloedt. Groeit langzaam en zaait niet uit naar andere plekken in het lichaam. Weghalen betekent vaak dat het probleem onder controle is. Een ontregelde moedervlek - melanoom - is een ander verhaal. Het is een zeer gevaarlijke huidkanker. Ga bij twijfel over een moedervlek vooral naar de huisarts!

We gaan dit verhaal niet somber afsluiten. Waarom vinden we de lente zo prettig? Zonlicht!

Koop dus een hippe pet in de lente, smeer je meerdere keren per dag in (factor 15 of hoger) en let er vooral op dat kinderen niet verbranden. Sta je na je hardlooprondje onder de douche en zie je een vreemd plekje? Kom het laten zien of mail een foto: hardloofdokter@huisartsenwarmehuizen.nl.

Nova Wintercompetitie

De Hollandse Dorpentocht

Als afsluiter van de AV Nova wintercompetitie stond op 14 april de Noord-Hollandse dorpentocht op het programma. Frans Kroes en de familie Reijmerink hadden er alles aan gedaan om er een leuk en gezellig loopje van te maken. Gelukkig waren er genoeg atleten die de uitdaging aandurfden. En waarom ook niet wanneer de iets snellere lopers meteen op achterstand gezet worden! Drie ploegen startten met telkens anderhalve minuut verschil van Sint Maarten, via Valkkoog en Groenveld, naar Dirkshorn. In totaal 8 km met 3 km akkerland, voorafgegaan door het niet te vermijden Hak-reclame-bruggetje ter hoogte van het golfterrein bij Dirkshorn. Met een koude straffe tegenwind vanaf Sint Maarten over de Valkkogerdijk werd het meteen bikkelen. Zou het lukken om de atleten die als laatste starten voor te blijven tot de finish? Hoe groter de afstand, hoe zwaarder het meestal wordt en bij elke stap dichter naar de finish wordt het steeds lastiger voor de achtervolgende groepen nog voldoende meters te maken om het verschil te overbruggen. Overigens, vooral bij de start lijkt het een onhaalbare onderneming om nog een beetje voorin te finishen, als de rest al zo lang weg lijkt. Het lijkt dan net een tandartsbehandeling, die lijken ook eeuwig te duren en de elementen in je mond lijken voor je gevoel veel groter en gevoeliger, zolang het zonder verdoving gaat. Achteraf duurt het helemaal niet zo lang. Bij deze loop was het net zo, de afstand leek veel groter.



Toch kwamen de groepen steeds dichterbij elkaar. Tot Valkkoog was er nog niets aan de hand en leken de verschillen nog niet gemaakt, maar eenmaal buiten het pittoreske dorpje waren de eerste vogels voor de kat. Nu kwam het er op aan of de laatste de eerste nog konden inhalen. Bij het Hakbruggetje was de klus nog niet geklaard en pas vlak voor Dirkshorn werk Anne Goosen ingehaald. Verder duurde het allemaal niet erg lang voordat iedereen bij de familie Reijmerink gefinist was. Het idee om de laatste loper tegemoet te lopen was een niet zo goed plan; eenmaal teruglopend bleek dat iedereen er al was. Afijn, een beetje uitlopen kan geen kwaad. Als het verschil tussen de groepen nog eens een halve minuut groter wordt de volgende keer, dan wordt het wel heel erg spannend wie er het eerste terug is!

Snelste dame werd Anna Goosen en Mick van der Velden zat er ook goed bij. Frans Kroes wint uiteindelijk de wintercompetitie 2019 nipt voor Arie Kossen. Eindwinnaar bij de dames was Lonneke Kossen, die de uitdaging niet in de weg ging.

Organisatie bedankt, het was super geregeld!



Eindstand

Plaats / naam	Boeren-			Midwin- terloop	Geestmer- ambacht	Clubcross	Dorpen- tocht	Totaal
	Petten	kool	Dokev cross					
1 Frans Kroes	47		50	50	50	46	48	291
2 Arie Kossen	43	34	48		49	44	47	265
3 Jos Schalkwijk		31	47	49		42	43	212
4 Theo Tesselaar	46	42	49				44	181
5 Piet de Waard		41				47	49	137
6 David Reijmerink	44	35					46	125
7 Ariën Kruijer	50	48						98
8 Hugo Vader	49					48		97
9 Henry Hofmann	48	44						92
10 Dick Nannes						41	42	83
11 Wilco v/d Stoop	45	33						78
12 Joshua de Vriend		50						50
13 Michiel de Ruiters						50		50
14 Mick van der Velden							50	50
15 Martijn Jorritsma		49						49
16 Kees van Wonderen						49		49
17 Emiel van Tongerlo		47						47
18 Daan Emmaneel		46						46
19 Sander Kager		45						45
20 Jasper Kroes						45		45
21 Roland Karsten							45	45
22 Deni van Schagen		43						43
23 Pim van den Bulk						43		43
24 Rob Berger		40						40
25 Wiebe Klazes		39						39
26 Sander Kaandorp		38						38
27 Mark Dekker		37						37
28 Michiel Beeldman		36						36
29 Sil van de Berg		32						32
30 Jari Dekker		30						30
31 Marcel Groenia		29						29
32 Tom Beukers		28						28
33 Peter Robert		27						27
34 Aad Pancras		26						26
35 Marc Heinsbroek		26						26
36 Ad Brakenhoff		25						25
37 Johan Mink		24						24
38 Henk Vos		23						23

	Boeren-			Midwin- terloop	Geestmer- ambacht	Clubcross	Dorpen- tocht	Totaal
	Petten	kool	Dokev cross					
1 Lonneke Kossen	50	47					49	146
2 Annemiek v/d Stoop	49	42						91
3 Betsy Groen	48	41						89
4 Anne Goosens							50	50
5 Suzan Nieman		50						50
6 Manon Kruiver		49						49
7 Kim Grootjes		48						48
8 Hilde Ligthart		46						46
9 Kitty Ligthart		45						45
10 Mariska Pronk Veul		44						44
11 Anita Masteling		43						43
12 Linda Blankendaal		40						40
13 Tineke Feijen		39						39
14 Trudie Derks		38						38

Jong Blauw News

Redactioneel

Na afwezigheid in de vorige editie, nu dan toch weer een verse JB News. Veel commentaar kwam ons ten deel na het niet verschijnen van JB News seizoen 7 volgnummer 2. Eén van onze redactieleden, en tevens Noviteit bezorger kreeg zelfs bijna een krant terug toen de lezer erachter kwam dat JB News er niet in stond. In dit voorwoord alvast mijn excuses voor eventuele typfouten, mijn zoon plakt allemaal blind typ sticjers op mijn toetsen.



Marine Games

Op 22 maart ging een kleine afvaardiging van JongBlauw helpen bij de jaarwedstrijden van het KIM. Hierbij strijden de verschillende jaren van het instituut tegen elkaar om uit te maken wie er nou eigenlijk het beste jaar is. Om dit zo eerlijk mogelijk te laten verlopen werd de ET van Nova ingezet en was er een officiële scheidsrechter aanwezig voor het

onderdeel atletiek. Een van de deelnemers was Hugo V die uitkwam voor het tweede jaar. Ondanks alle professionele hulp die was ingezet was het niveau ongekend laag van de deelnemende atleten. Hieruit blijkt maar weer dat de atletiek ondanks al het vrouwelijk en mannelijk schoon op de baan bij wedstrijden niet echt een aantrekkingskracht heeft op de Adelborsten van het KIM.

De jaarwedstrijden bestaan niet uit alleen atletiek maar ook nog 12 andere sporten. Zoals verwacht ging uiteindelijk het tweede jaar er met de overwinning er vandoor bij de jaarwedstrijden.

Quote: Als je er nog steeds leuk uit ziet aan het eind van je workout, dan heb je niet hard genoeg getraind.

Pluim voor de klusploeg

We kunnen deze editie niet voorbij laten gaan zonder pluim. Weer eentje die dik verdiend is. Wat ziet het krachthunk er prachtig uit. De meesten van ons hebben er al gretig gebruik van gemaakt (na vrijgave door team leader Piet natuurlijk).

Op 10 mei de officiële opening. De klussers hebben op deze avond een goudgele rakker verdiend. En wel meer dan dat. We hebben begrepen dat klusser Peter zelfs van een lange welverdiende vakantie naar Spanje aan het genieten is.

Sterke start Heren competitie in 2e klasse

De AV Nova Heren zijn het 2019 competitie seizoen sterk begonnen met een degelijke wedstrijd in Utrecht. Het team onder leiding van Bram B moest het in de 1e wedstrijd stellen zonder het geblesseerde 100-200 kanon Maarten E. Daarnaast waren de weergoden ons niet gunstig gezind, of zoals Hugo V stelde 'lange broeken weer'. Desondanks wist het team zich goed staande te houden tussen de mannen in de 2e divisie Met een 6e plek in de poule en een 15e plek in de landelijke stand. Grote punten pakkers waren Martijn (1,90m op hoog), Tom (2.00,40 op de 800m), Michiel (15.19,05 op de 5k) en Bram (50,85 op de 400m). Knap hielden ook de heren Matthijs de G en Axel B zich staande op het hun relatief onbekende onderdeel kogelslingeren. Met prestaties ruim over 20m behielden ze goed de aansluiting. Ook de Zweedse estafette ging zeer goed. Met een 2.03,33 bleven Bram, Daan, Hugo en Jasper maar een kleine seconde boven het clubrecord. Op 26 mei vind het seizoen een gevolg met de 2e wedstrijd bij SAV in Grootebroek. Hopelijk kan de PL dan weer beschikken over Maarten E! En blijft de rest ook fit :)

Shopper!!! column

Van u vaste gastcolumnist – Goede voornemens inlossende beweeg ik mij, als startende sporter, naar de hardloopspecialzaak. Op jacht naar de complete uitrusting struin ik langs de stellages. Mijn aanwinsten: Een drinkgordel (met 2 flesjes). Gelletjes. Regenjack [roze met fluorescerende strepen). Compressie tubes. Lampjes voor om de arm. Mobielhouder voor om de andere arm. Bluetooth oortjes. Een smartwatch, zodat iedere Facebook-vriend mij kan volgen op Strava. Sportarmband (die ik toch niet ga gebruiken). Energiepoeder te mengen met water voor in nieuwe drinkgordel. Als laatste nog een mutsje en handschoenen loop ik naar de kassa... En op dat moment besef ik dat ik geen geld meer heb voor schoenen.



Teun B ontpopt zich tot multi-talent

Dat Teun B een puike middellange afstand in zijn benen had was ons al bekend. Maar op de competitie liet Teun een onverwachte kant van zichzelf zien. Met een uitgedund team reisde ploegleider B af naar Amsterdam Zuid-Oost, met zichzelf op zijn favoriete onderdeel 800m welke hij keurig afraffelde in 2.09.08 Naast de 800 viel ook de eer aan de kogel en het hinkstapspringen deel te nemen hem ten deel. Vooral het hinkstapspringen bleek een verborgen talent van Teun met een ruime 11 meter! Klasse Teun!! Getypt op muhnn Lenovo laptop.

Gekke atletiek banen

Uw verslaggever is in zijn zoektocht naar gekke atletiek banen dit keer gestuit op de baan van AV Feniks. De vereniging uit Amsterdam Zuid-Oost heeft zijn oorsprong op de incurante baan genaamd 'Kraaiennest' (beschreven in de mei/juni editie van 2018). Tegenwoordig heeft men een gloednieuwe blauwe atletiekbaan in het nieuwe stuk Bijlmermeer.

Onlangs hebben de Nova 3e divisie heren een bezoek gebracht aan deze baan en waren allerminst onder de indruk, of zoals JB'er Tijs H omschreef 'de saaiste baan van Nederland'. Maarten van Rossum zou speciaal ambassadeur zijn van deze baan. PL Teun B bestempelde het als meest sfeerloze baan van Nederland. Met name de omgeving, gebrek aan bomen en beschutting, de aanwezigheid van rondom snelwegen en het ontbreken van een kantine werden als minpunten genoemd.

'Wat is er dan zo gek aan, hoor ik u denken?' Net als de rest van Amsterdam is ook hier de parkeerruimte een probleem. De Nova mannen werden geconfronteerd met exact 0 plekken om te parkeren en werden verzocht om met het OV te komen. Desondanks werkte het team onder de leiding van PL Teun B een degelijke wedstrijd af. Of teamlid Tijs H opmerkte: 'blauw is goed op een blauwe baan' Verzonden vanaf mijn Huawei mobiele telefoon.

Cheer Chart

De top 5 van wedstrijden waar het gaat gebeuren, en waar je dus als supporter of deelnemer bij moet zijn komende maanden:

1: NK Indoor Junioren A en B, 28 t/m 30 juni 2019, AAV'36, Alphen aan de Rijn

Met deelname van onder andere topper Tom H., Daan E. en Maarten E.

2: AA Drink NK Indoor Senioren, 26 en 28 juli 2019, Den Haag

Met deelname van hoogspringster Linda H.

3: NK Indoor Masters, 17 t/m 19 mei 2019, A.V. Gouda

Met deelname van o.a. Blauwe Meesters Martijn J. en Matthijs de G.

4: 2^e senioren competitie wedstrijd, 26 mei 2019

Team 1 en Dames in Grootebroek, team 2 in Hoorn

5: 3^e senioren competitie wedstrijd, 16 juni 2019

Team 1 en Dames in Veenendaal, team 2 in Santpoort-Noord

Routinier Jesse S maakt fatale fout in lezen chronoloog

De hele winter hard trainen. Voorbereiden voor het nieuwe seizoen. Alle focus op de eerste competitiewedstrijd. Twee onderdelen. 100m en ver. Per abuis een extra onderdeel. 200m. Geen probleem. Ik voel me fit. Die 200 ga ik knallen! Een startschot. Geen probleem, eerst zijn de vrouwen. Shit het zijn al de mannen... Verloren afdruppen, uithuilen en weer door! Verzonden van mijn HTC

[Red: Op de twee onderdelen waar Jesse wel op startte zette hij twee puike prestaties neer.]

[Red2: Ook z'n eigen agenda leest hij niet.-p]

Jong Blauw News dat, zit in het hart van het blad!

ZEEMAN 
RECLAMEGROEP

HISTORISCHE BLADEN,
PRENTENBOEKEN,
DICHTBUNDELS,
KINDERBOEKEN,
GLOSSY'S



www.zrgbv.nl

GLAZENWASSERIJ EN
SCHOONMAAKBEDRIJF



Burg. Noletstraat 19
1749 ED Warmenhuizen
Tel. 0226-393609
Fax 0226-394379



- ✓ Particuliere verzekeringen
- ✓ Bedrijfsmatige verzekeringen
- ✓ Hypotheken
- ✓ Schaderegelingen
- ✓ Advies
- ✓ Gratis polischeck
- ✓ Individueel pensioen
- ✓ Kwaliteit voor zeer scherpe prijs

Doorbraak 14a - 1749 AM Warmenhuizen
Telefoon (0226) 39 14 15
E-mail: info@ariebleeker.nl - Website: www.ariebleeker.nl

AAD RUITER

voor:
EERSTE KWALITEIT
VLEES EN EIGEN GEMAAKTE
VLEESWAREN

specialiteit:
SCHOUDER- EN
ACHTERHAM

WARMENHUIZEN
OUDEWAL 6
TEL: 0226-391277
SCHOORL
PAARDENMARKT
TEL: 072-5093223



Op zoek naar een uitdagende baan ?
Kijk op onze site: www.unameit.nl



Dorpsstraat 235 Warmenhuizen 0226-393803

HOUTEN VLOEREN

uit het goede hout gesneden
Voor al uw houten vloeren

De Veken 207 C5
1716 KJ Opmeer
0226 - 426 504

info@strongfloor.nl

www.strongfloor.nl



STRONGFLOOR

ADVIESBUREAU

WIL DE GROOT

Verzekeringen, administratie, hypotheek

Bezoekadres
Bregweid 4 (achterom)
Warmenhuizen

Postbus 53
1749 ZH Warmenhuizen

T (0226) 39 30 74

F (0226) 39 49 19

W www.awdg.nl

E info@awdg.nl

Een goed advies betaalt zichzelf!

Huize Glory



Soms heb je wel eens van die momenten waarbij je denkt, waar gaat het heen? Dat je op een soort kruispunt in je leven staat en dat dingen toch weer anders lopen dan ze voorheen waren en dat je geen idee hebt welke kant het nu weer opgaat. Het is dan goed om te weten dat hardlopen in de natuur wonderen kan verrichten en dan treffen we het enorm met het bos van Schoorl en Bergen in de buurt. Wanneer je aan de bovenkant van het Klimduin in Schoorl een stukje naar links gaat richting het zuiden via Torenpad of als je vanaf de Klimweg komt dan bovenaan naar links richting het noorden en dan kom je op een imposant uitzichtpunt, waar in de tweede wereldoorlog een afweerkanon van de Duitsers stond. Nu in vreedstijd heb je daar een glorieus uitzicht. Tot waar de zee reikt zie je alleen een woud van bomen alsof het een oneindig groot bos is.

Zeker bij Staatsbosbeheer weten ze echter dat het niet zo is en dat niets hetzelfde blijft. Zo ging dat al aan de zwakke kant waar eens de Sint-Elisabethvloed in 1421 ongenadig huis hield. Toen de duinen hier weggeslagen waren kwamen er dijken voor in de plaats. De zee

beukte hierna sinds 1880 tevergeefs tegen de Hondsbossche Zeewering, maar nu ligt er tussen Camperduin en Petten nog eens 5,5 km zand tegenaan en is het gedaan met klotsen tegen de basaltblokken. Ook het bos kan eindig zijn, het is maar net uit welke hoek de wind waait. Het ene moment moeten er absoluut meer bomen bijkomen vanwege het verminderen van de CO2-uitstoot en het andere moment ligt er een kapvergunning bij de gemeente van degene aan wie het beheer van het bos is toevertrouwd, omdat de zandhagedis nogal van zand houdt.

In het lage land zijn er weinig punten met zo'n grandioos perspectief. Nergens schoorstenen, of wieken te zien, of bouwsels die de hemelbestormende ambitie van de bouwers onmiskenbaar duidelijk maken. De Randstad is hier mijlenver weg zonder het geronk van gemotoriseerd verkeer. Alleen wanneer je goed zuidwaarts kijkt, zie je daar heel in de verte een torentje boven de boomkruinen uitsteken. Die toren is van Huize Glory en daar neem ik je graag mee naar toe voor een ommetje door de luwte van het grote bos.

Heel ver kan je niet zijn, want je ziet het al in de verte en de conditie is door de wekelijkse hardlooptrainingen bij Nova geen enkel punt. Eerst gaan we zuidwaarts langs Heel en Al Spiritueel Centrum. Volgens de site verwijst Heel en Al "naar het fundamenteel verlangen naar heelheid en het bij ieder mens aanwezige vermogen die heelheid te zoeken, te ontwikkelen, te delen. Het Centrum biedt de mogelijkheid om aan die heelwording te werken, waarbij mensen de rust en de ruimte kunnen vinden om weer in contact te komen met wie ze in wezen zijn."

Heel snel daal ik af en ga op weg naar een veel groter doel en duik de groene beschutting in via de Klimweg door het beschutte bos. Een gevoel van vrijheid overvalt me. Je kunt hier echt ongestoord alle kanten op in deze 'Amazone' en groene longen van Noord Holland. Hier kan je nog echt verdwalen als je er zonder mobiel of GPS verzeild raakt. Je zou voor de route naar Huize Glory de rand van het bos naar Bergen kunnen volgen langs de imposante Zandhoeve, of via de 'Duitse weg' oftewel de Schoorlse Zeeweg langs de Berenkuil en aan het eind het strand volgen langs de Kerf. Die illustere sleuf zal trouwens door de ongekende herstelkracht van de natuur in geen 1.000 jaar meer onderlopen, aangezien het zand aan de zee kant al weer net zo hoog is als de omringende duinen.

Nee, vandaag ga ik liever diep het bos in, langs het watertappunt, waar de MTB-route langs gaat en ga kriskras heuveltje op en af naar het koepeltje, een idyllische open plek. Hier kun je zittend op een rieten stoeltje je gedachten een plaatsje geven. Het markante punten koepeltje was eens een waterput voor de paarden en nu is het slechts een droge oase voor lopers. Hier vlakbij kruis je het fietspad van Schoorl naar Bergen aan Zee en met heerlijke, maar inspannende welvingen in de weg ga je de hoogte in. Je loopt zo Bergen aan Zee in via een klinkerweg. Bij het historische Zeehuis ga je linksaf

de Elzenlaan in en die weg blijf je gewoon volgen. Het Russenduin is dan niet ver meer; nog even doorbijten met een ferme klim naar boven, op weg naar geluk.

Huize Glory is gelegen op het hoogste duin in Bergen aan Zee. In 1916 werd begonnen met de bouw van deze villa bovenop het Russenduin. De bouwer was een schatrijke thee-importeur uit Baarn. Er werden bij de bouw veel dure materialen gebruikt, zoals tegeltableaus, marmer, houtsnijwerk en glas-in-lood-ramen. Toch bleef het niet lang in familiebezit.

In 1930 heeft de Stichting Bio-Vakantieoord het huis gekocht en in 1933 werd de vakantiekolonie geopend. Vele arme kinderen uit de stad zijn hier komen aansterken.

Tijdens de Duitse bezetting werd de toren verhoogd om te dienen als radio- en uitkijktoren. Na de oorlog werd het huis opnieuw gebruikt als vakantiekolonie. Er werd later veel gecollecteerd in de bioscopen voor het Bio-vakantieoord. De kinderen die dit nodig hadden (de bleekneusjes) kregen een vast programma van rust, reinheid en regelmaat en moesten vooral in gewicht aankomen! In 1972 nam een stichting het zomerverblijf over en kreeg het eerst de bestemming als religieus studiecentrum.

Toen de Moon-sekte het in handen kreeg werd de naam van het Bio-vakantieoord gewijzigd in Huize Glory. Vanwege de hoge kosten om dit pand in stand te houden, worden er vanaf 1986 kamers en appartementen verhuurd. Nu is er op het landgoed ook een restaurant gevestigd waarvan de uitbater je toestaat om naar de toren te klimmen als je het vriendelijk vraagt en het niet te druk is. Binnen zijn de inrichting en de gebrandschilderde ramen buitengewoon fraai. De staat van het torentje is echter in behoorlijk slechte staat; vanwege de GSM-masten bovenin wordt het nog bij elkaar gehouden. De bouwkundige staat is weliswaar belabberd, maar eenmaal boven ben je sowieso op een schitterend spiritueel niveau.

Ruud Doodeman



MEIJERBOUW
WARMENHUIZEN

Particulier

Bedrijven

Agrarisch

www.bouwbedrijfmeijer.nl

nice id

INTERIEUR DESIGN

de Cres 5
1749 DH Warmenhuizen
0226 741 999
info@nice-id.nl

www.nice-id.nl

DE NIJS

Potatoes
Food

www.nijs.com

Maatwerk
Marketing

drs. **Arjan Zutt**

Stationsstraat 41
1749 EG Warmenhuizen
(06) 247 866 16
arjan@maatwerkmarketing.nl
www.maatwerkmarketing.nl

Marketing & sales support, onderzoek en strategisch advies
op projectbasis of ad-interim



Nova Wintersport naar Ortisei



Ik ga voor het eerst mee en ben nieuwsgierig hoe het zal zijn, met zo'n grote groep op vakantie..

Een prachtige dubbeldeksbus staat voor ons klaar op het parkeerterrein bij Nova. We zijn met 44 personen en er kunnen 60 personen Royal Class zitten, lekker ruim. Marian heet ons in de bus welkom. Zo zoeven we naar Ortisei, waar we al vroeg in de morgen aankomen. Het ontbijt staat klaar, wat hebben we een prachtig uitzicht vanuit de eetzaal !

Snel het skipak aan en skiën maar, een aantal gaat wandelen naar het dorp en Annatal. En zo gaat het elke dag, niet iedereen gaat skiën, er wordt ook gewandeld.

We gaan wat later in het seizoen, de dagen zijn daarom lekker lang en we hebben fantastisch weer, ik wist niet dat dat bij de prijs in zat..

Op de dag van vertrek gaan natuurlijk ook liefhebbers skiën, maar ik maak er een terrassendag van. Het is prachtig weer en we zoeken steeds het zonnetje op om buiten op een terras te zitten (en

'iets' te drinken).

Ik heb enorm genoten en vind het jammer dat Nova maar eens in de twee jaar deze reis organiseert.

Marian en Peter, bedankt voor deze mooie week en tot over twee jaar, dan ga ik zeker weer mee !

Een van de nieuwe deelnemers.

Naschrift Marian:

Op 7 april was de gebruikelijke reünie met nagenoeg alle deelnemers. Ook weer fantastisch weer, we zitten heerlijk op het terras bij Nova. Gezellig napraten, foto's zijn door Henry verzameld en in de kantine op een groot scherm getoond, met een hapje en drankje. De catering, verzorgd door Ahoy, was prima !

Ook wij hebben van de vakantie genoten, al vonden wij het spannend want een derde van het aantal deelnemers ging voor het eerst mee. Hoe zou het gaan ? Volgens ons is dat prima verlopen, je zag iedereen genieten en dan doen wij dat ook.

Tot slot: iedereen bedankt voor de bloemen en het cadeau ! En tot over 2 jaar. Tenzij ...

Een groot aantal wil volgend jaar weer met z'n allen naar de wintersport. Inmiddels hebben zich al 30 gegadigden gemeld. Als er 36 zijn ga ik direct boeken. Wordt vervolgd.

BEMO RAIL
RAILTECHNIEK RANGEERTECHNIEK



DEBBEMEERWEG 59
1749 DK WARMENHUIZEN

0226 - 42 53 00
WWW.BEMORAIL.NL



BLOM 
ELEKTROTECHNIEK

we zorgen dat het werkt, altijd!

De Camper 10 • Postbus 46
1749 ZG Warmenhuizen
Telefoon 0226 39 25 50



KOMO BRL6001 gecertificeerd - NCP gecertificeerd
brandmeld installateur - Kenteq erkend leerbedrijf

www.blomelektrotechniek.nl

oosterbaan
orthopedische schoentechniek

De passende oplossing voor uw voeten

loopenalyses | sportinlays | running- en wandelschoenen | sport- en clubkleding

Elke voet is uniek. Zelfs uw eigen voeten verschillen van elkaar. Zij verdienen de beste zorg. Oosterbaan Orthopedische schoentechniek kan u daarin voorzien.

De inspannende winkel van Arie Visser en de specialisten van Oosterbaan bieden het beste voor uw voeten. U kunt bij ons terecht

voor de juiste sportschoenen en eventuele inlays. In ons moderne loopanalyse-centrum kunnen wij u voorzien van het beste advies.

Ook voor grotere voetproblemen bieden wij de uitkomst. Zoals aangepast confectieschoeisel of op maat gemaakte schoenen.

Wij bieden de passende oplossing voor uw voeten.

Bel voor een afspraak! T 072 511 44 65 | Kitmanstraat 1, 1812 PL Alkmaar

www.oosterbaanorthopedie.nl



Oudevaart 87, 1749 CH Warmenhuizen
T : 06 53 27 07 14
www.roodgroenservice.nl

www.reformhuistuitjehorn.nl

Reformhuis Tuitjehorn Dorpsstraat 12, Tuitjehorn Tel. 0226-754567

Openingstijden: ma t/m do van 08.30 - 18.00 uur, vrij van 08.30 - 21.00 uur, - za van 08.30 - 17.00 uur.

Kom gezellig een kijkje nemen en wij helpen u graag!

Wandelnieuws

Op 6 april jl hebben alle wandeltrainers de bijscholingsdag van de KWBN/Atletiekunie bijgewoond. Was weer zeer leerzaam (en ook gezellig).

Er is in de afgelopen jaren wel wat veranderd. Onze manier van trainen noemen wij bijvoorbeeld Sportief Wandelen, dat wordt door hen powerwalking genoemd. Ook is Bootcamp-wandelen geïntroduceerd. Ook dat maakt al onderdeel uit van onze trainingen. Maar zeker veel nieuwe dingen geleerd.

Sportief wandel trainer Ingmar is ook enthousiast geraakt voor Nordic Walking !

Al met al zeer geslaagde dag, de wandelenden van Nova gaan er zeker iets van merken.

Op **zaterdag 29 juni** wordt het wandeltraining-seizoen afgesloten met een mooie lange wandeling en een nazit in de duinen met een hapje, drankje.

Op **zaterdag 24 en maandag 26 augustus** starten de trainingen weer. Ik hoop dat Peter dan terug is van zijn voetreis naar Santiago, en anders wordt het ook weer opgelost.

Ongetwijfeld gaat er in de zomerperiode op maandag een groep lange wandelingen maken o.l.v. Willem en ? . Hou de mail in de gaten!

1e deel Voetreis naar Santiago de Compostela

Als ik dit schrijf ben ik precies 3 weken onderweg. Maandag 8 april is de vertrekdatum. De wandelgroep start die morgen vanaf het Jasperveldje richting Dorpshuis Krabbedam. Met hen loop ik gezellig mee. Daar zijn we met zo'n 60 personen, familie, vrienden, burens, Nova-wandelaars. We drinken koffie en ik neem afscheid, niet van allemaal want er wandelt nog een aantal van hen mee tot Schoorldam. Daarna ben ik op mijzelf aangewezen. In Bergen ga ik op een terras zitten, neem een kop koffie en laat dit mooie afscheid rustig op mij inwerken. Van Marian neem ik een dag later afscheid, ik slaap namelijk die avond nog thuis. Het afscheid is bij een kapelletje in Krommenie, dat is best emotioneel. Daarna ben ik echt op mij zelf aangewezen.



SPORTMASSAGE 
KARELLIGTHART

REKERKOOGWEG 10
1749 CJ WARMENHUIZEN
T 06 - 52 69 64 24



Sandy's
bloem idee

Dorpsstraat 131
1749 AB Warmenhuizen
0226 - 391618
www.sandysbloemidee.nl

Muziekschool Valkkoog



- ♪ Muzieklessen in **Valkkoog en omstreken**:
o.a. ook in Dirkshorn, Sint Maarten, Stroet en Tuitjenhorn
- ♪ Voor **kinderen en volwassenen**
- ♪ **Samenspel**: ensembles en big band *Dirk's Horns*
- ♪ **Spelorkest** voor mensen met een beperking



Voor meer informatie: www.muziekschoolvalkkoog.nl
blokfluit basgitaar bugel contrabas drums dwarsfluit
gitaar keyboard piano saxofoon trompet viool zang



Voor de man
die niet van
afspraakjes
houdt...

Herenkapper Han

Dorpsstraat 161
1749 AC Warmenhuizen
0226 - 767049

jac nota Slaapcomfort



Cornelis de Vriesweg 50
1746 CM Dirkshorn
Tel. 0224-551523
www.jacnota.nl



Dealer van:

- LEDORM
- AUPING
- SWISSFLEX
- TEMPUR - SVANE
- VANDYCK - GANT
- ESSENZA
- BEDDING HOUSE



**SAM SAM
KAPSALON**

Dorpsstraat 194
Warmenhuizen
Tel: 0226-394847

Meerjarenonderhouds-
werkzaamheden uit te voeren?

Contact uw specialist ToekomstGroep.

Meer info?
info@toekomstgroep.nl



ToekomstGroep
door samenwerking sterk

JOH. VAN DUIN B.V.

BOUWBEDRIJF B.V.

DERGMEERWEG 27
1749 VA WARMENHUIZEN
TEL. (0226) 391615

www.johvanduin.nl

NIEUWBOUW VERBOUW ONDERHOUD

Er volgen een paar prachtige weken wat het weer betreft, ik kom op de meest mooie plekken in Nederland, slaap bij vrienden van de fiets. Ook doe ik mooie steden aan als Haarlem, Den Haag, Delft. Ook bezoek ik de Keukenhof, nog nooit geweest. Heel mooi, maar druk ! Vooral met buitenlandse toeristen. Via Zeeland kom ik aan in west België. In verband met Pasen is het lastig een slaapplek te vinden voor 1 nacht.

Natuurlijk lukt het altijd weer, bijvoorbeeld midden in Brugge bij Vrienden van de Fiets! Dan krijg ik last van blaren en zijn mijn schoenen kapot. Gelukkig verblijf ik bij familie in Roeselare. Daar kan ik een paar dagen blijven, erg leuk. Nieuwe schoenen gekocht en de blaren laten herstellen.

Via Vlaanderen en Wallonie kom ik aan in Frankrijk. De Franse taal is vooralsnog lastig. Ik maak gebruik van Google Translate, maar werkt bij een conversatie lastig, zeg maar traag. Maar met handen en voeten kom ik er altijd weer uit.

In Noord Frankrijk zijn de overnachtingsadressen schaars. Dat betekent dat ik de ene



dag meer loop dan de andere.

Onderweg geniet ik van de natuur, de bijzondere ontmoetingen, de mooie plaatsjes en (Jacobs)kerken.

Tot nu toe heb ik plm. 500 km gelopen, dat zijn er 70 meer dan de route aangeeft. Dat komt omdat ik nogal eens afwijk van de route om iets te bekijken. Dan kan het zomaar zijn dat ik meer dan 30 km loop op een dag. En dat vind ik eigenlijk teveel, zeker met de rugzak op.... Beter plannen dus !

Donderdag 2 mei komt Marian naar mij toe, kijk ik ook weer naar uit.

Elke dag werk ik mijn blog bij met verhalen en foto's. Mocht je het

leuk vinden mij te volgen dan kan dat op 2 manieren, via:

Petersantiago2019.reis-mee.nl

Of via de Nova website, John heeft er voor gezorgd dat die steeds wordt bij gewerkt.

Tot de volgende Noviteit !

Peter Robert



Pupillen & Jeugd Nieuws

Vrijdagavondwedstrijden 2019

Speciaal voor de jeugd organiseren we een aantal onderlinge wedstrijden, beter bekend als de Vrijdagavondwedstrijden. De eerste wedstrijd is al geweest. De eerste pr's en de punten voor de puntencompetitie zijn alweer genoteerd.

Voor de nieuwelingen onder ons: vrijdagavond-wedstrijden zijn wedstrijden tegen je trainingsmaatjes.

Iedere keer, dit is altijd op een vrijdagavond, wordt er gesprint, doe je een springnummer (hoog of ver) en een werpnummer (speer/bal of kogel).

We sluiten de avond af met een 1.000/800/600 meter.

Aan deze wedstrijden zijn geen prijzen verbonden, maar gaat het erom dat je je eigen prestatie kan verbeteren. Wel kan je punten verdienen voor de puntencompetitie!

De uitslagen van deze wedstrijden komen op de website www.avnova.nl.

De deelname is gratis. Aan het einde is er voor iedereen drinken.

De kantine is ook open voor koffie, thee en iets lekkers.

De wedstrijden zijn gepland op:

Vrijdag 24 mei 2019

Vrijdag 7 juni 2019

Vrijdag 27 september 2019 De Nacht van Nova!!!

Om 18.15 uur kunnen jullie je opgeven en krijgen jullie een startnummer. Zorg dat je er op tijd bent, dan kunnen we om 18.30 uur starten.

We hopen op een zeer grote deelname van onze Nova-jeugd!

Puntencompetitie pupillen en junioren D

Tijdens het baanseizoen, april tot en met september, worden er verschillende baanwedstrijden gehouden. Om deze wedstrijden te promoten bij de jongste jeugd kunnen de kinderen bij bepaalde wedstrijden punten krijgen. Nova organiseert drie vrijdagavondwedstrijden, de clubkampioenschappen meerkamp en de Nacht van Nova. Dan tellen voor de pupillen de pupillencompetities mee. Dit zijn drie wedstrijden. Voor ieder onderdeel die de kinderen doen, krijgen ze 10 punten.

Ook het behalen van een PR leverde punten op.

Hoe is dit opgebouwd?: 80 punten Bronzen medaille 180 punten Zilveren medaille 300 punten Gouden medaille 450 punten Goud 450 medaille 600 punten Goud 600 medaille 1000 punten Beker

In de jaren hiervoor zijn er al vier bekere uitgereikt. Wie krijgt er dit jaar een beker?



Wintercompetitie jeugd ten einde

Met de clubkampioenschappen cross op 24 mei als laatste wedstrijd is er een einde gekomen aan de wintercompetitie seizoen 2018-2019 voor de jeugdleden. Deze serie van 13 wedstrijden bracht ons onder andere langs de crosscompetitie voorronde wedstrijden, de kermislopen van Zijdewind en Petten, de Rondes van Tuitjenhorn en Bergen en verschillende wedstrijden door onze eigen vereniging georganiseerd. Het was leuk om te zien dat de jeugd van de club bij elke wedstrijd goed vertegenwoordigd was. Met een vaste, trouwe groep die steeds werd aangevuld met lopers die af en toe meededen kon het Novablauw je niet ontgaan. Regelmatig werd er een erepodium door één of meerdere clubgenoten beklommen. Er hebben in totaal 75 jeugdleden aan minstens één van de wedstrijden

meegedaan. Om in aanmerking te komen voor een attentie moest er aan minimaal 7 wedstrijden worden meegedaan. Er waren maar liefst 30 kinderen die hier aan hebben voldaan, dit waren Bregt, Esmay, Espen, Eva, Femm, Fenna, Fien, Gwinn, Hajo, Jill, Jord, Josh, Kees, Levi, Lieve, Luuk, Luke, Matteo, Mattis, Millan, Nikkie, Noortje, Romy, Sam, Sidney, Sijmen, Suus, Suze Anna, Vigo en Wout. De attentie hebben ze begin april na afloop van de training ontvangen. De absolute wintercompetitie kanjers waren dit seizoen de zussen Jill en Femm Bruin. Als enige twee deden zij dit seizoen aan alle 13 wedstrijden mee, een groot compliment. Ook het komende seizoen starten we weer met een nieuwe serie wedstrijden voor de wintercompetitie. Het programma zal in grote lijnen overeenkomen met die van afgelopen jaar met eventueel wat kleine aanpassingen. Zodra het programma bekend is brengen we jullie hiervan op de hoogte.

Novaweekend 12-15 april in Lemele



Deze keer geen fietsploeg die in 2 dagen afreist naar Lemele, maar wel 3 liefhebbers heel stoer op de racefiets: Willem, Peter en Tannes. Zoals al jaren gebruikelijk heeft Willem een mooie route uitgezet.

We zitten in de mooie accommodatie van Erve Aaftink, waar we 2 jaar geleden ook al waren.

Omdat het aantal deelnemers iets minder is dan dat we gewend zijn, moeten we extra op de centen letten. Samen met Truus Rood doe ik boodschappen bij de supermarkten van Tuitjenhorn en Warmenhuizen en maken gebruik van zoveel mogelijk aanbiedingen. Ook doen we de slager aan en braad ik thuis de nodige gehaktballen. In de bus van Peter Kruijer kan dit alles vervoerd worden. Tot zover de voorbereidingen.

Iedereen is er vrijdag lekker op tijd, buiten zitten kan niet, daar is het te koud voor. We smullen van de meegebrachte ovenschotels en doen 's avonds gezellig spelletjes.

Op zaterdagmorgen verzorgt John de training. Hij heeft op de wandeltrainersdag

een cursus bijgewoond van Gerard Nijboer, die de app Imagine Run introduceerde. Die heeft John op zijn telefoon staan. Heeeeel handig. Op de plek waar je bent geef je aan hoeveel km je wilt wandelen en er worden diverse routes aangeboden. We

imagine Run

krijgen een mooi parcours voorgeschoteld en John brengt het geleerde van de wandeltrainersdag in praktijk. Na de koffie met lekkers rijden we met auto's naar Ommen, daar zijn de fietsen gehuurd.

Vorig jaar is uit de enquête naar voren gekomen dat het mooi zou zijn als er op zaterdag (en zondag) een wat luxere lunch geserveerd zou worden en dat men daar best voor wilde betalen. Dat is geregeld! We fietsen vanuit Ommen door het mooie landschap. Halverwege dus geen koffie met gebak maar de luxe lunch. Maar dan wel in onze eigen accommodatie. We vervolgen de fietstocht, het is koud en het begint ook nog te regenen. De neerslag gaat zelfs

over in natte sneeuw. Dat mag de pret niet drukken, we schuilen in een schuur en komen toch nog droog terug in Ommen. 's Avonds wordt de pastamaaltijd verzorgd door de keukenploeg o.l.v. John en Ineke. Gevolgd door de alom bekende Novaquiz en gezellig nazitten.

Op zondag de langere wandeling, ook weer uitgezet met Imagine Run. Prachtig! Het weer is ons beter gezind, een zonnetje, maar wel koud.

Na de lunch rijden we naar Zwolle. Er is gelegenheid om deel te nemen aan een stadswandeling of bezoek aan museum de Fundatie of ander museum. Vanwege het mooie weer kiest iedereen voor de stadswandeling. Dat verloopt niet altijd even soepel, we lopen nogal eens een keertje verkeerd. Maar dat mag de pret niet drukken. Bij boekhandel Waanders worden we getrakteerd op mooie muziek van een harmonieorkest en een lezing van Arthur Japin.

gebakken aardappelen en de gebraden gehaktballen. 's Avonds spelletjes doen, aan de bar zitten of lekker lezen.

Maandagmorgen opruimen en gaat iedereen weer naar huis, of bezoekt, zoals wij, een museum. Het wordt het Waddemuseum in Kornwerderzand. (Aanrader !)

Deze keer was het voor mij echt bijzonder, de eerste keer Novaweekend zonder Peter, die is immers vertrokken voor zijn voetreis naar Santiago de Compostela.

Na wat overwegingen toch besloten om volgend jaar weer te gaan, maar dan in een accommodatie tot max 24 personen.

Bedankt voor de theaterbon, al het lekkers en de bloemen !

Marian Robert



Deze keer wordt het diner niet bezorgd, maar dat regelen we zelf. We eten sla,

Evenementenkalender



Diverse loopevenementen hebben het moeilijk, vooral wegens organisatorische redenen. De Mijzenpolderloop bijvoorbeeld zien we niet meer terug op de kalender dit jaar. Reden des te meer om de loopwedstrijden in de regio goed voor het voetlicht te houden en te promoten. Een ontwikkeling in de loopjes is dat de afstanden korter worden. Nu gaat de 10 Engelse mijl van Schagen voor de bijl en wordt de langste afstand ingekort tot 10 km. De heroïsche strijd over twee ronden aan de westkant van Schagen is hiermee ten einde.

Wel is er nu een compactere loop die voor iedereen goed te doen is en ongetwijfeld net als alle andere 'cityrunnen' aan populariteit zal gaan winnen. Voor de liefhebbers van de lange afstand is de marathon van Hoorn een prachtige uitdaging. De organisatie staat als een huis en maakt er veel werk van om de deelnemers het naar het zin te maken. Begin juni is een ideale tijd voor een marathon voordat de zomerwarmte het extra zwaar gaat maken. Voor nu is het te kort dag, maar als je de marathon in de planning hebt staan, denk dan aan deze strak georganiseerde wedstrijd. Voor de atletiek-atleten gaat het de komende periode gebeuren. Op vrijdag 10 mei is bij AV Nova de wedstrijd van het XL Baancircuit, een instuifwedstrijd voor Masters, Senioren en Junioren A & B. Ook Junioren D/C kunnen deelnemen, in de Junioren B categorie. De aanvang is vanaf 19:00 uur. Chronoloog: Loop: 100-400-1500m-3000m ET, technisch: hoog, ver, kogel, speer. De speciale is de 4 x 200m estafette.

Mei

- 10-05 Opening nieuwe AV Nova Krachthok op de eigen accommodatie vanaf 16:00 uur.
- 10-05 AV Nova Baancircuit XL, Junioren A+B, Senioren en Masters. Diverse onderdelen.
- 10-05 Competitie Junioren D/C baanwedstrijd 2 te Trias Heiloo

13 t/m 17-05 Nova wandelvierdaagse, 5 of 10 km, www.avnova.nl/wandelvierdaagse.

17, 18 en 19-05 NK Atletiek Masters bij AV Gouda, www.nkmasters.nl

18-05 Competitie Pupillen competitie baanwedstrijd Trias Heiloo, www.tigch.nl/

19-05 Schagen Cityrun, 5 of 10 kilometer run, tas82.nl

24-05 2e vrijdagavondwedstrijd jeugd atletiek AV Nova

26-05 2e wedstrijd competitie heren en dames AV SAV in Grootebroek, team 2 in Hoorn

26-05 Langedijker Walk, Langedijk, wandeltocht 10 of 20 km. <http://fitopmaatonline.nl/events>

26-05 Waterland Halve Marathon, Monnickendam 21,1 en 10, 5 km, www.avmonnickendam.nl

30 en 31-05 RunX Ned. Studenten Kamp. Baanatletiek www.facebook.com/NSKBaan2019/

Juni

02-06 Marathon Hoorn, 2, 10, halve en hele marathon, <http://www.hoornmarathon.nl/>

02-06 Wierholt bosloop, Sluitgatweg, Wieringerwerf, 3, 4, 6, 8 km, www.avwieringermeer.nl

03-06 Sportweek Warmenhuizen onderdeel atletiek Novabaan

07-06 29e Luilakpolderloop, jeugdloop en 5, 10 en 16 km, Jisp www.vvjisp.nl/

07-06 XL Baancircuit Wedstrijd 5 te SAV Grootebroek, atletiek

15-06 Competitie Pupillen competitie baanwedstrijd AV Nova www.tigch.nl/

16-06 Wieringermeer Trail, Dijkgatbos. 8 en 18 km www.avwieringermeer.nl

28 t/m 30-06 NK Indoor Junioren A en B, AAV'36, Alphen aan de Rijn

Juli en later

05-07 AV Hollandia Hoorn Baancircuit XL, junioren A+B, senioren en masters. atletiek

05-07 Hollandia Baancircuit XL, Junioren A+B, Senioren en Masters. Diverse onderdelen

07-07 Wierholt bosloop, Sluitgatweg, Wieringerwerf, 3, 4, 6, 8 km, www.avwieringermeer.nl

30-08 AV Hera, Finale Baancircuit XL, Junioren A+B, Senioren en Masters. Div. onderdelen



Restaurant

De Ooievaar

Dorpsstraat 186 / 188
1749 AK Warmenhuizen
Tel: 0226 391289
www.restaurantdeooievaar.nl

Geopend van donderdag t/m zondag



J.P. BEEMSTERBOER FOOD TRADERS

Hoofdkantoor:
Stationsstraat 17
Warmenhuizen
T 0226 396464
www.beemsterboer.nl

-  BETROUWBAAR
-  KWALITEIT
-  DESKUNDIG
-  WERELDWIJD

Bouwbedrijf Tesselaar B.V.

NIEUWBOUW

VERBOUW

KOZIJNEN

ONDERHOUD

Bouwbedrijf Tesselaar BV
Bregweid10
1749 DJ Warmenhuizen
T 0226 39 35 16
F 0226 39 49 42

*Walter
Optiek*

Dorpsstraat 142
1749 AJ Warmenhuizen, T. 0226 399 039
www.walteroptiek.nl

Openingstijden

Maandag:	gesloten		
Dinsdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Woensdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Donderdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Vrijdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	19:00 - 21:00 uur
Zaterdag:	09:00 - 17:00 uur		

R. Duvivier INSTALLATIETECHNIEK

Gas * Water * Sanitair * Elektra * Databekabeling

Schelphoek Noord 14
1749 BC Warmenhuizen

Tel.: 06-53945334
Internet: www.duvivier.nl



AGRICULTURAL
PRODUCE

IMPORT-EXPORT

G. SEVENHUYSEN V.O.F.

Postbus 22
1749 ZG Warmenhuizen
Tel: 0226-320224
Fax: 0226-316166

Email: info@sevenhuysen.nl
Homepage: www.sevenhuysen.nl



Domotica installaties
woonhuizen en
bedrijfspannen.



► Comfortabel

► Energiebewust

► Veilig

www.energiek-domotica.nl

T 06 52 61 43 56

