

***In deze Noviteit van
November/december 2010***

***Knallen bij de ouder-kind-estafette
Wintercompetitie van start***

***Hier en daar een bui
Terugblik op de Verlichtingsloop***

Pastinaak in de keuken?

De Boerenkoolloop komt eraan!

***Terugblik clubkampioenschappen
Frivole escapades in 'De aanloop'***

Inhoudsopgave

Novabestuur	4
Jeugdcommissie	4
Trainers	4
Trainingstijden	4
Contributie	5
Belangrijke informatie	5
• Contributie	5
• Categorieën en leeftijden	5
• Diverse commissies	5
• Van de redactie	5

Vaste Rubrieken

Redactioneel	6
Van de voorzitter	9
Rijpernieuwtsjes	10
Prietpraat	15
Dick Smit: "De aanloop"	21
Ruud Doodeman " Hier en daar een bui"	22
Jeugdportret	27
Verjaardagen	28
Recepten "Pastinaak "	32
Jeugdpagina Kleurplaat	33
Evenementenkalender	34

Verder in deze Novakrant

25-jarig jubileum Nova-weekend van 8 t/m 11 april	11
De Nacht van Nova, uitslag ouder-kinder-estafette	12
Wintercompetitie	16
Verkoopavond Runnersworld	16
Boerenkoolloop A.V. Nova zondag 7 november 2010	17
Coopertest	17
Aanmelding digitale nieuwsbrief	17
Wintersport 2011	18
Clubkampioenschappen senioren / masters	18
Clubkampioenschap Eindklassement	19
Crosscompetitie 2010/2011 jeugd	25
Terugblik op de Verlichtingsloop	26
Puzzel / Sudoku	31
Recept: Kip in Bladerdeeg, een heerlijk hapje voor bij de borrel	31

Novabestuur

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>	
Jos de Groot	Kanaalweg 26	Warmenhuizen	0226 39 2405	Voorzitter
Sylvia Groen	Dergmeerweg 61	Warmenhuizen	0226 39 0290	Secretaris
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735	Penningmstr
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209	
Piet Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819	
René 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 33	Warmenhuizen	0226 39 1082	

Jeugdcommissie

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>
Cor Wabeke	Leeuwerikstraat 1	Warmenhuizen	0226 39 5688
Luc Rademakers	Rietkraag 16	Tuitjenhorn	0226 39 3603
Sylvia Groen	Dergmeerweg 61	Warmenhuizen	0226 39 0290
Marjon Church	De Waelke 7	Warmenhuizen	0226 39 0490
Irene Glas	Schelphoek Noord 40	Warmenhuizen	0226 39 5169
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

Trainers

<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>
Tonja Burger	0226 39 1291	René de Nijs	0226 39 3661
Jan Berkhout	0226 39 4278	Ingmar Zondervan	0226-391994
Henry Hofmann	0226 39 4974	Peter/Marian Robert	0226 39 3338
Jan Karsten	0226 39 2029	Leo Suiker	0226 39 3058
Ilse Leegwater	0226 39 3537	Louis Suiker	0226 39 2577
Marian Leijen	0226 39 4493	Maaïke Tesselaar	0224 29 9884
Piet van der Welle	0226 39 2339	Ron Janssen	06-13634170

Trainingstijden

<i>Maandag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainer</i>
9.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Peter Robert
16.45 tot 17.45	G-Atletiek	Maaïke en Ilse
18.00 tot 19.00	Junioren B + C	Maaïke en Ilse
<i>dinsdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Jan Berkhout,
<i>Woensdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
17.15 tot 18.15	Pupillen B	Maaïke en Ilse
18.30 tot 20.00	Extra training Pup/Jun.	Maaïke en Ilse
19.30 tot 21.00	Start to run	Ron Janssen
	Senioren/masters	
<i>Donderdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
16.00 tot 17.00	Mini- + C pupillen	Henry Hofmann, Marian Leijen,
17.00 tot 18.00	Pupillen C 2002	Henry Hofmann, Tonja Burger
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Peter Robert,
<i>Vrijdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
16.00 tot 17.00	Pupillen A1 2000	Maaïke, Ilse
17.00 tot 18.00	Pupillen A2 1999	Maaïke, Ilse
18.00 tot 19.00	Junioren D	Maaïke, Ilse
<i>Zaterdag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainers</i>
9.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Marian Robert, Ingmar Zondervan
15.00 tot 16.30	Nordic Walking (winter)	Louis Suiker, Rob Duvivier, Jan Karsten
15.30 tot 17.00	Nordic Walking (zomer)	Louis Suiker, Rob Duvivier, Jan Karsten.
<i>Zondag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainers</i>
9.00 tot 10.30	Start to run	Ron Janssen

Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

Contributie

Pupillen	€ 60,00 per jaar	
Junioren	€ 70,00 per jaar - Junioren A/B met wedstrijdlicentie	€ 82,00
Senioren/Masters	€ 85,00 per jaar - Senioren/masters met wedstrijdlicentie	€ 104,20
Sportief wandelen	€ 75,00 per jaar	
Steunend lid	€ 15,00 per jaar (inclusief Noviteit)	
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 Sylvia Groen, Dergmeerweg 61, Warmenhuizen.

Uitleg over leeftijden en categorieën:

Junioren A: geboren in 1991 en 1992
Junioren B: geboren in 1993 en 1994
Junioren C: geboren in 1995 en 1996
Junioren D: geboren in 1997 en 1998
Pupillen A: geboren in 1999 en 2000
Pupillen B: geboren in 2001
Pupillen C: geboren in 2002
Minipupillen: geboren vanaf 2003

Diverse commissies:

Kantine commissie:

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819
Marijke Groot	Oostwal 44	Warmenhuizen	0226-39 3112
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577
Riet Pronk	Waelke 4	Warmenhuizen	0226-39 2420
Loes Tesselaar	Mosterdpot 20	Tuitjenhorn	06-5511 8337

Materiaal- en baan commissie:

Piet Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819
Piet Stuyt	Kloet 3	Tuitjenhorn	0226 39 3177

Baanwedstrijden commissie:

Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735
René Tijm	Mosterdpot 15	Tuitjenhorn	0226 39 3035
Henry Hofmann	Zwanebloem 18	Tuitjenhorn	0226 39 4974
Piet van der Welle	Sportlaan 20	Warmenhuizen	0226 39 2339
David van der Welle	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

Comité Verlichtingsloop:

Cor Wabeke	Leeuwerikstraat 1	Warmenhuizen	0226 39 5688
Ingmar Zondervan	Stiegerstaat 18	Tuitjenhorn	0226 39 1994
Koos Dekker	Trambaan 5a	Warmenhuizen	0226 39 4538
David van der Welle	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

Noot van de redactie:

Een verzoek aan iedereen die bijdragen instuurt voor de Noviteit om het document in "WORD" te verzenden. We krijgen nu regelmatig post met DOCX. Deze bestanden kunnen niet worden geopend door de computer. Ook willen wij de foto's graag apart opgestuurd krijgen om ze zelf via Paint aan te kunnen passen. De bestanden worden anders veel te groot om te versturen naar de drukker.

REDACTIONEEL

Het is momenteel even omschakelen een ander weertype, de winterjassen moeten tevoorschijn komen. Brrr, het valt niet mee, maar goed dat hoort nu eenmaal bij de herfst maanden. Het is aan de ene kant wel weer knus in huis, maar het is net zo goed weer heerlijk om in Schoorl te trainen. Lekker beschut in de bossen op een bed van bladeren lopen en de prachtige herfstkleuren te mogen aanschouwen.



Voor de kinderen komt er een spannende tijd aan. De Goedheiligman, komt straks richting Nederland. Hij arriveert met de pakjesboot en alle zwarte pieten. Als jullie de komende tijd met de trainingen goed luisteren naar jullie trainer, jullie best doen laat Sinterklaas zich Vast nog wel zien bij atletiek vereniging Nova. Spannend!

De Nova wintercompetitie beleefde met de kermisloop in Petten een prachtige aftrap. Er was een dermate grote aanloop dat de start zelf een kwartier werd uitgesteld. Naast alle Novaleden, was het vast ook een competitiewedstrijd van TAS uit Schagen, want de gele jasjes waren bijzonder goed vertegenwoordigd. De winnaar op de 10 was Alwin Groen. De zege was verdiend, want nadat hij snel de kop genomen had, moest hij later toch weer de eerste lopers inhalen. De voorfietser had in het bos even een ommetje gemaakt, doordat hij de weg kwijt was. Met de zeer royale verloting na afloop bleef het nog lang gezellig. Nu is het zaak om de goede lijn door te trekken door met zijn allen van de partij te blijven. Niet te missen is de eigen door Nova georganiseerde boerenkoolloop op 7 november. Een loop waarbij altijd veel deelname is en bij de finish een bijzonder aandenken voor je gelopen prestatie of wellicht een nieuw superscherp persoonlijk record.



In dit herfstnummer staat onder andere een frivool verhaal en een column waarbij we de bui al zien hangen. De voorzitter zaten we nog even achter zijn vodden, maar ook zijn gewaardeerde bijdrage is paraat. Wij hopen dat jullie veel leesplezier zullen hebben aan deze Noviteit. Schroom niet om ook een leuk stukje te schrijven en deze te mailen naar ons hotmail adres. Jullie kunnen de stukjes tot 26 december naar ons toesturen en begin van 2011 komt de volgende editie. De redactie wenst jullie allen alvast hele fijne feestdagen een fantastisch, sportief maar vooral gezond 2011. Wel wat vroeg voor deze gelukwensen maar ja, niet minder gemeend.

Met sportieve groet,

De Redactie

De Novaredactie: novakrant@hotmail.com

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226-39 0819
Margret de Boer	Dergmeerweg 41	Warmenhuizen	0226-39 3304
Kirsti Ootjers	Vliedlaan 42	Schagen	0224-72 2046
Maaïke Groot	Surmerhuizerweg 8a	Eenigenburg	0226-39 0554
Ruud Doodeman	Pastoorsgroet 9	Warmenhuizen	0226-39 4353

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



21-10-10

Van de voorzitter,

De wintercompetitie is weer begonnen. Petten was de eerste plaats die aangedaan werd en Anneke stond weer aan de finish. Zelf mocht ik flyeren voor de VEZET Boerenkoolloop. De strijd begon een kwartier te laat, want bij de inschrijving was het erg druk. Gelukkig was het mooi weer. Wel relatief veel NOVA-dames aan de start, maar het aantal mannen viel tegen. Ik hoop dat de belangstelling voor de volgende competitierondes groter zal zijn, want de organisatie blijft hetzelfde en elke deelnemer is er een. Gelukkig zagen we bij de jeugd wel veel NOVA-blauw. Die NOVA-blauwen kwamen ook nog het eerst over de streep. Ook bij de volwassenen een eerste en een derde prijs, zodat de Kermisloop zeker in dat opzicht een succes was. De prijzen bij de verloting heb ik niet meegekregen, misschien dat anderen hier nog wat over berichten. Ik was zondag slecht ter been. Geteisterd door jicht liep ik behoorlijk mank. Als ik dit schrijf heb ik goede hoop dat ik er snel vanaf zal zijn. Het begint vervelend te worden, want het duurt nu al, al of niet sluimerend een paar maanden.

Start to Run

Bij Ron Janssen heeft zich weer een stevige groep start to runners aangemeld. Zo groot zelfs dat dit niet meer te behappen is in een trainingssessie. Daarom ben ik Ron gaan ondersteunen.

Leuk werk, dat vanaf het nieuwe jaar hopelijk ook met de andere hobby te combineren valt.

We hopen natuurlijk dat van deze deelnemers een hele groep blijft hangen voor de toekomst.



VEZET Boerenkoolloop

De VEZET Boerenkoolloop is weer in voorbereiding. We proberen hier zoveel mogelijk publiciteit aan te geven. Gesponsord door VEZET, de plaatselijke groentensnijderij van Albert Heijn, is een aansprekend evenement. Al wordt het voor de kleinere evenementen steeds moeilijker het plekje op de kalender in stand te houden. Mensen lijken wel steeds meer naar massa evenementen te trekken, zoals Dam tot Dam, Marathon van Amsterdam en Rotterdam, Halve van Egmond en de Groet uit Schoorl Run. Ieder jaar lijken dit soort evenementen nog wel te groeien, misschien kunnen deelnemers aan deze evenementen eens in dit blad uitleggen, wat het aantrekkelijke hiervan is. Ik zie een tamelijk hoog inschrijfgeld, in sommige gevallen lang wachten tot je mag starten, veel reistijd. Ik som zomaar een aantal nadelen op. Wat staat daar dan tegenover dat het aantrekkelijk maakt of is dat voer voor psychologen? Ook van onze vereniging hebben weer mensen mee gedaan aan onder andere de marathon van Amsterdam. Ik heb bewondering voor de moed en ben nieuwsgierig naar de uitslag.

Train ze, Jos

Rijpernieuwtes

De Boerenkoolloop staat voor de deur. Buurman Aad Vader en ik gaan de aankondigingsborden plaatsen. De gemeente wil het beleid aangaande de plaatsing van dergelijke borden veranderen. Eigenlijk begrijp ik dit wel, want soms staan borden op onhandige plekken en blijven ze ook wel erg lang, na genoemd evenement, staan. De aanwijspunten zijn echter nog niet bekend, dus wij rijden naar onze vertrouwde drie plaatsen binnen de gemeente. Wij zetten ze bij Schoorldam, bij de afslag van de S3 richting Warmenhuizen en langs de Rijperweg. Drie prachtige borden, die volgens timmerman Aad goed rechtop moeten staan. En natuurlijk goed vast, want het kan gaan stormen. Omdat wij dit al wat jaartjes doen, zegt Aad dat ik al een timmermansoog krijg. Ik vind dit een groot compliment. Jullie zijn allemaal welkom op zondag 7 november om te lopen of te wandelen en daarna de welverdiende boerenkool met worst in ontvangst te nemen.

Bij de Nacht van NOVA was het gelukkig goed weer. Dat hadden we wel verdiend na de laatste, zeiknatte vrijdagavondwedstrijd. Ik stond toen te soppen in mijn schoenen, was blij met een regenjas van Henri Hofmann en ben na afloop meteen onder de douche gaan staan. Maar genoeg daarover, de Nacht van NOVA was een heel mooi atletiekfeest. Theo en Theo waren door Nelina ingedeeld bij de sprint- en loopnummers. Een heel leuk baantje met een relaxte naamgenoot. Rond acht uur was de ouder-kindestafette. Een prachtige wedstrijd over 200 meter, waarbij zoon of dochter de eerste 100 meter loopt. Vader, moeder, opa of oma neemt dan het stokje over en sprint de laatste 100 meter naar de finish. Zoveel fanatisme, zoveel plezier...prachtig! En er werd me een potje hard gesprint. Ik hoorde, dat er de volgende dag bij sommigen sprake was van spierpijn. Bij deze wil ik de organisatie van de estafette, de Nacht van NOVA en degenen, die helpen bij het opzetten en weghalen van de lichtjes hartelijk bedanken.

Eind september is de jaarlijks terugkerende wandeltocht van NOVA. Aad Vader en ik doen ons stinkende best om klanten te werven voor deze schitterende wandeling. Een "oude" loopmaat van ons, Philip van der Zee uit Dirksborn, was in augustus 50 jaar geworden. We konden niet bij zijn feest zijn, maar gaven hem wel een mooi cadeau. Hij werd uitgenodigd om, kosteloos, 25 km. mee te wandelen. Hij accepteerde de uitnodiging en liet uiteraard zijn portemonnee thuis. We hebben heerlijk gewandeld, gevaren over het Kanaal (dank aan Bram, Louis en Kees) en gepraat over van alles en nog wat. Ook hebben we, onder een stralend zonnetje, prettig nagezeten op het terras voor het clubgebouw. Iets om minder trots op te zijn was, dat de biervoorraad aangevuld moest worden. Ook hier een grote pluim voor de organisatie.



Ik wil jullie nu meenemen naar mijn klus, de Sint Barbaraschool in Tuitjenhorn. Ik geef wederom les aan groep 8. Er zitten 29 kinderen in de groep en een daarvan is Luuk, onze jongste zoon. Ik vind dat geen probleem. Luuk en ik kunnen school en privé goed scheiden en zijn heel tevreden met hoe het gaat. Frank, onze oudste zoon van 19 jaar, studeerde voor leraar geschiedenis in Amsterdam. Hij is

echter overgestapt naar de Pabo in Alkmaar en zocht op stel en sprong een stageadres. Hij is uiteindelijk bij ons in groep 8 beland. Hij loopt stage op de donderdag en heeft ook al een stageweek achter de rug. Inderdaad weet ik, dat dit soort familieonderonsjes niet de voorkeur van de opleiding heeft. Maar nood breekt wetten. En ik vind het totaal geen probleem, het is zeer gezellig. Zo kon het gebeuren, dat in zijn stageweek het volgende geschiedde. Luuk en ik met de groep op excursie naar Nickerson Zwaan in Dirkshorn (proeftuin). Frank mee als stagiair en begeleider en Ina ook mee als moeder en begeleider. We misten alleen Erik in deze excursie. Wonderlijk, hoe iets lopen kan!

We zitten tijdelijk in een noodgebouw aan de Bogtmanweg. Dit vanwege de sloop van ons oude gebouw aan de Dorpsstraat en de bouw van een brede school op dezelfde plaats. Wij hebben aan de Bogtmanweg zicht over de aardappelvelden richting het Blanckendaellpark. Na alle regen, waagden de akkerbouwers toch een poging om de aardappels uit de grond te halen. Wij hadden, vanuit de klas, uitstekend zicht op dit proces. Er waren heel wat tractors nodig om de klus te klaren. Er staan nog wat aardappels in de grond, maar gelukkig niet veel meer. En ik vraag me af, of het restant nog de grond uitkomt.

Morgen, zondag 17 oktober, gaan wij naar de kermisloop in Petten. Erik gaat hier zijn eerste plaats op de 5 km van vorig jaar verdedigen. Ik verwacht een tijd zo rond de 18 minuten en wij zijn erbij om hem, en alle lopers van NOVA, aan te moedigen. Daarna gaan we nog eventjes kermis vieren. Het is tenslotte de laatste kermis, of is dat een mager excuus?

Ik wens jullie allemaal een genoeglijke herfst toe!

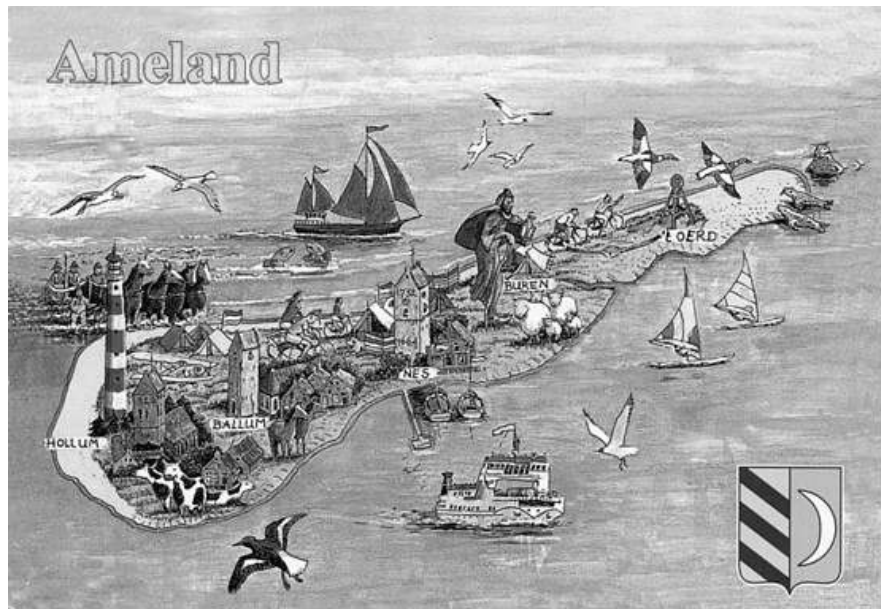
De mazzel

Theo Tesselaar

25-jarig jubileum Nova-weekend van 8 t/m 11 april 2011

We organiseren al weer voor de 25e keer het Novaweekend. Hiervoor zijn ook oud-Nova-weekend-deelnemers uitgenodigd. (Totaal bijna 200 deelnemers). Er kunnen plm. 40 personen deelnemen, inmiddels hebben 55 mensen positief gereageerd op de uitnodiging. Er zullen zeker nog mensen afvallen omdat % zekerheid tot meegaan varieert van 50% tot 100%.

We hebben een mooie accommodatie gevonden in de duinen van Ameland, tussen de dorpjes Nes en Buren (Groepsaccommodatie Blierherne). Kijk voor meer informatie op www.blierherne.nl. Omdat het een jubileumeditie is hebben we de accommodatie gehuurd tot maandagmorgen. (Natuurlijk kan je ook op zondagavond naar huis) De kosten zullen tussen 85-90 euro zijn, inclusief overtocht Holwerd-Ameland.



De deelnemers die aangegeven hebben geïnteresseerd te zijn, krijgen een persoonlijke uitnodiging om de aanmelding al dan niet definitief te maken.

Peter+Marian

Tel. 0226 393338 e-mail peter_marian_robort@planet.nl

De Nacht van Nova

Uitslag ouder-kind-estafette



1 oktober 2010

Serie 1	tijd	Serie 2	tijd
Brian Wever + moeder	45.3	Meike Kruijer + vader	33.1
Erik Rademakers + moeder	35.7	Sarah Stoop + vader	35.3
Mireille Ligthart + moeder	37.9	Lisette Doodeman + vader	33.6
Derk Paarlberg + vader	39.8	Ivar de Vries + vader	36.6
Serie 3		Serie 4	
Caro Ridder + vader	38.0	Sten + Deni van Schagen	30.5
Nick Kroes + vader	38.8	Steven de Moel + vader	31.3
Sam Wever + vader	36.6	Amber + Linda Hurkmans	33.2
Jens Pronk + vader	36.6	Julián Karsten + ome Jan	30.9
Serie 5		Serie 6	
Marc Rademakers + moeder	29.6	Bregje + Lieke Dekker	31.1
Vincent Fontaine + vader	32.6	Femke + Carlien Wabeke	37.1
Martijn Kroes + vader	28.9	Stan de Vries + vader	36.8
Sander Doodeman + moeder	34.7	Thomas + Jolijn Prins	31.7
Serie 7		Serie 8	
Eefje Dalenberg + oma	38.3	Job Molenaar + Jeroen	29.4
Mike Wever + opa	37.1	Rick Groen + vader	31.5
Carlo + Kiki Klaver	33.6	Jasper Kroes + vader	29.1
Iris vd Velden + broer	35.7	Stan v.d Velden + broer	35.5
Serie 9		Serie 10	
Sophie Aubrun + vader	29.4	Robyn Tes. + Eva Rozend	30.1
Lonneke Rademakers + moeder	35.9	Hugo Vader + vader	27.6
Laurance Aubrun + moeder	32.9	Marijn Pronk + vader	31.5
		Janine van Baar + vader	32.6

Pietpraat

Ja, waarom pietpraat. Toevallig is Piet mijn voornaam, maar heeft deze uitdrukking ook nog een diepere betekenis? Ik weet het eigenlijk niet. Is het een Westfriese uitdrukking, of zomaar een woord om aan te geven dat niet alles wat gezegd wordt, of in dit geval geschreven, serieus moet worden genomen? Laat de lezer het maar uitmaken. Toch probeer ik af en toe wat zaken met betrekking tot Nova te belichten met een wat serieuze ondertoon waarvan veel leden niet weten hoe bestuur en vrijwilligers hun best doen om te zorgen dat alles zo draait als het behoort te draaien. Uiteraard ook af en toe wat gemengd met een pietsje privé-zaken die het vermelden waard zijn. Maar dit dan hopelijk zonder pietluttig te zijn of als een pietje-precies over te komen. Kan je nagaan waar je het woord of naam Piet allemaal voor kan gebruiken. En dan te bedenken dat er in het bestuur nog een paar van die Pieten zitten. Bedenk zelf maar wat op hen van toepassing is. Zo is het wel genoeg Piet, nu ter zake.

Het is duidelijk herfst, het regent op dit moment en de wegen zijn nat en smerig. Gelukkig zitten er af en toe ook mooie dagen tussen waar we al of niet van kunnen genieten. De verlichtingsloop trof het bijzonder goed dit jaar. Heerlijk weer en een redelijke deelname. De opkomst bij de jeugd was erg goed, maar bij de trim- en wedstrijdloop viel het wat tegen. Vooral bij de wedstrijdloop misten we een aantal regionale toppers. Maar ja, wel begrijpelijk als je weet dat de dag erna het Nederlands Kampioenschap 10 km op de weg was. Wat mij tijdens een rondje over het parkoers wel opviel was de gezelligheid onderweg. Veel verlichting en ook belangstellenden die gezellig vanaf trottoir en tuin de lopers aanmoedigden.

De derde vrijdagavondwedstrijd een week later trof het minder goed. Maar ondanks de aanhoudende regen kwamen er toch nog bijna 40 enthousiaste jeugdleden opdagen. Hulde aan deze leden, maar vooral ook aan de begeleiders en juryleden waarvan er verschillende tot op hun hemd nat waren. Toen we besloten om toch ook de 1000 meter nog van start te laten gaan doken veel atleetjes zo weer de natte baan op. Karakter. De dag erna was het weer veel beter tijdens de clubkampioenschappen voor de senioren. Wel veel wind, waardoor we de hoogspringlat regelmatig even vast moesten houden. Als jurylid had ik toch weer een belangrijke taak. Jammer dat de opkomst heel matig was, maar de prestaties van de deelnemers waren daar niet minder om. Verrassend was dat Matthijs de Groot de gedoodverfde favoriet Jorg Ootjers achter zich wist te houden. Een bijzonder snelle 800 meter van Matthijs gaf uiteindelijk de doorslag.



Dan de wandeltocht op zondag 26 september. De voorbereiding vroeg dit jaar iets minder inzet omdat we gekozen hadden voor hetzelfde parkoers als vorig jaar gelet op de vele positieve reacties. Dus wegens succes geprolongerd. Zaterdag mocht Louis de boot weer naar Zijpersluis varen. In de regen geen pretje. Loes wilde graag mee, maar past een volgende keer wel. Stil zitten in zo'n boot in de regen vond ze niet leuk. Peter en ik gingen de routes uitpeilen. Zondagmorgen nog een laatste controle. Dan zie je toch weer dat er bordjes verdwenen of omgedraaid zijn. Zo blijft er werk. Het weer was ons goed gezind en ruim 400 wandelaars maakten de tocht waarvan ruim de helft kozen voor 20 en 25 km. Schipper Bram Suiker met de matroos vader Louis en dekknecht Kees hadden druk werk. En wat te denken van de catering in de werkplaats van aannemersbedrijf K. Dekker in Krabbendam? Koffie, thee en gebak ging vlot van de hand. De familie de Groot had dit weer goed in handen. Ik mocht alleen wat extra stoelen uit de personeelskantine halen. Weer zo'n dag waaraan je veel voldoening beleeft.

Tot slot nog een geslaagd evenement, te weten de Nacht van Nova. Natuurlijk weer de nodige voorbereiding door een enthousiaste groep medewerkers. Snoer aanbrengen, bolletjes indraaien, storings opzoeken toen bleek dat de lichtjes niet gingen branden, enz. De opkomst was prima, het weer werkte mee en veel ouders lieten zich verleiden om met hun kind mee te doen aan de estafette. De "oudjes" deden het nog best. Sommigen zelfs meerdere keren. We gaan nu de winter in en als dit blad verschijnt is de eerste wedstrijd van de wintercompetitie in Petten al weer achter de rug en kijken we uit naar de volgende lopen.

Piet van der Welle

Wintercompetitie 2010 - 2011 AV Nova

Reglementen:

Dezelfde puntentelling gaat gelden als vorig seizoen, dames, heren en Start – To – Run. Het uitgangspunt is dat iedereen 100 punten kan halen bij een superprestatie, aftrek geldt voor de tijd die men langer nodig heeft. Daarnaast geldt een leeftijdscorrectiefactor naar mate men ouder wordt. Het meetmoment van de leeftijd was 1 oktober jongst leden.

Het programma bestaat uit 10 wedstrijden. Voor de Groet Uit Schoorlrun geldt een aparte telling (extra): 30 km = 30 punten; 21 km = 21 punten en 10 km is 10 punten. Resteren 9 wedstrijden, hiervan tellen de beste 7 mee voor het eindklassement. Voor elke wedstrijd meer krijg je 10 bonuspunten

Het is verplicht om in Nova shirt / trui te lopen.

Restant programma Wintercompetitie:

Datum	Organisatie	Heren: km	Dames: km
7 nov.	Nova-Boerenkoolloop Warmenhuizen. Start 11 uur. Info 0226 392339 en www.avnova.nl	10.5	10.5
28 nov.	Cross op Texel. Start 11 uur. Info: www.avtexel.nl ; tel. 0222 313387	8.8	5.8
5 dec.	Cross Noordkop Den Helder. Start v.a. 10.45 uur. Info: www.noordkopatletiek.nl . Tel. 0223 637111	10	5.8
19 dec	Bosloop Schoorl Organisatie Nova. Start 10.30 uur. Info 0226 392339 en www.avnova.nl	11.7	11.7
23 jan	Achterevolgingsloop Groet	5.5	5.5
13 feb.	Safari GUS run, Schoorl. Organisatie: AV nova. Start zie www.groetuitschoorl.nl	Zie reglement	Zie reglement
13 mrt	Ontbijtloop Warmenhuizen. Organisatie: WC-commissie. Start 9 uur, gevolgd door ontbijt in kantine. Info 0226 393338.	?	?
27 mrt	Clubcross rondom de Novabaan	9	6

De WC-commissie bestaat dit jaar uit: Esther Ligthart, John Vader en Peter en Marian Robert.
Jurylid: Anneke Smit.

Verkoopavond Runnersworld

Evenals vorig jaar organiseert Runnersworld Alkmaar weer een verkoopavond van loopkleding en schoenen in onze kantine. Dat is dit jaar op dinsdagavond 16 november. Talloze voordelige aanbiedingen zijn er te vinden en je bespaart mooi vele euro's aan parkeergeld. Zie de folder welke bij deze Noviteit is gevoegd. Ook familie, vrienden en kennissen van Novaleden zijn welkom.

Ga je liever "naar de stad" dan vindt je Runnersworld in het centrum in de Schoutenstraat aan de achterzijde van het stadhuis.

Boerenkoolloop A.V. Nova zondag 7 november 2010.

Voor de 30e keer organiseert de atletiekvereniging NOVA uit Warmenhuizen/Tuitjenhorn op zondag 7 november 2010 een wedstrijd- en trimloop. Voor veel lopers uit heel Noord-Holland een klassieker. Een gedeelte van deze loop gaat over een van de mooiste stukken van de monumentale Westfriesedijk. Vanaf deze dijk heb je een uniek uitzicht over het omringende landschap. Naast deze mooie kant kan de dijk bij harde wind ook vaak scherprechter zijn in de strijd tussen de atleten.

Verdere informatie:

- Organisatie : atletiekvereniging Nova
Datum : zondag 7 november 2010
Afstanden : 1,5 km (jeugd)
4,3 km (trimloop)
kwart marathon 10,5 km (wedstrijd- en trimloop)
halve marathon 21,1 km (wedstrijd- en trimloop)
Parkoers : kwart marathon is 1 ronde door Tuitjenhorn, Eenigenburg, Westfriesedijk, langs rustige polderwegen naar Warmenhuizen met finish op de atletiekbaan. De halve marathon loopt deze ronde 2 maal.
Inschrijving : in kantine ijsclub S.I.S. direct grenzend aan de atletiekaccommodatie van Nova aan de Oostwal 33, 1749 XK Warmenhuizen tot een kwartier voor de start.
Inschrijfgeld : halve marathon € 7,00, kwart marathon € 5,00, 4,3 km, € 2,50, 1,5 km € 2,50
Starttijd: kwart en halve marathon gelijk om 11.00 uur
4,3 km om 11.05
1,5 km om 11.15
Parkeren : in de onmiddellijke omgeving zijn voldoende parkeerplaatsen
Faciliteiten : douche- en kleedgelegenheid aanwezig in het clubgebouw
Uitslagen : komen op internet
Beloning : pakket met vers gesneden boerenkool met worst van Vezet
Meer info : 0226-392339/0226-390819

Wandelen is ook mogelijk. Wandelaars en Nordic-walkers kunnen voor de kwart marathon inschrijven en starten vanaf 9.45 tot 10.30 uur. Kosten € 3,00. Ook zij krijgen aan de finish de beloning.

Coopertest

	7 oktober	afstand			
			7	Tina Schouten	2.589
1	Dik Nanne	3.204	8	Arie Smit	2.500
2	Paul Blom	3.018	9	Erna Doodeman	2.422
3	Arie Kossen	2.946	10	Betsy Groen	2.340
4	Petra Rol	2.934	11	Emmy vd Bulk	2.322
5	Peter Robert	2.930	12	Evelien Suiker	2.318
6	Pim vd Bulk	2.710	13	Marieke Brakkee	2.085

Aanmelding digitale nieuwsbrief

Het is sinds kort mogelijk is om via de Nova site www.avnova.nl in te schrijven voor een digitale nieuwsbrief. Dit wordt een aanvulling op de Noviteit om bijvoorbeeld prestaties van Nova atleten(kort)onder de aandacht te brengen, en om berichten over trainingen etc. rond te sturen. Via de site kun je jezelf aanmelden.

Meld je aan en blijf op de hoogte van tussentijds nieuws en veranderingen. Het is bijvoorbeeld ideaal om verloren en gevonden voorwerpen snel terug te bezorgen bij de rechtmatige eigenaar.

Groeten René

Wintersport 2011

In 2011 hebben we iets te vieren: we organiseren voor de 10e keer een wintersportreis. Uit de gehouden enquête kwam onder andere het volgende naar voren:

graag weer een keer naar Italië
voorkeur tijdstip: 2e helft februari

Als bestemming is Italië gelukt (Dolomieten), van vrijdag 25 februari t/m zondag 6 maart 2011

We hebben het hotel Alpino Cavalletto in Alba di Canazei geboekt. Als je een kijkje wilt nemen kijk dan op www.alpinoalcavalletto.it Voor de heen- en terugreis hebben we een royal-class-bus gereserveerd. Prijsindicatie: rond € 600. Inbegrepen: vervoer van en naar Alba di Canazei, 7 dagen half pension + extra ontbijt bij aankomst en extra diner bij vertrek. Er kunnen 40 personen mee. Er hebben zich al 33



gegadigden gemeld. Als je interesse hebt om mee te gaan laat het even weten. In november ontvang je een uitnodiging om je definitief op te geven.

Het is een mooi skigebied (Super Dolomiti), 1200 km skipiste, waarvan 10% zwaar, 60% middel en 30% eenvoudig.

Langlaufen: 85 km loipes. Mogelijkheden tot sneeuwschoenwandelen al dan niet onder leiding van een gids.

Meer informatie en (voorlopige) aanmelding: Peter en Marian
Tel. 0226-393338 of mobiel 06 53749496
E-mail: peter_marian_robert@planet.nl

Clubkampioenschappen senioren / masters

Moe, maar voldaan zit ik nog even met de laptop op de bank. Vanmiddag op de stralend mooie zaterdag 11 september vonden de clubkampioenschappen voor senioren en masters plaats. Om 13:00h werd ik door een verbaasd kijkende organisatie comité welkom geheten. Ik had me immers afgemeld, ik werd op allerlei plaatsen in de wereld gewaand, maar niet op de atletiekbaan. Traditioneel werd met hoogspringen begonnen, Piet S. liet verstek gaan bij het moeilijkste onderdeel (je mag immers een onderdeel 'passen', dat hij hier spijt van zou krijgen wist hij toen nog niet) hij kampte met lichamelijke ongemakken. John V. zag zijn kans schoon en sprokkelde zijn eerste puntjes. Ook Jorg O. deed hier goede zaken.

Tussen het discuswerpen en kogelstoten, waar Piet zijn inhaalrace inzette, werd de inwendige mens verzorgd. Yvonne zette een kopje koffie terwijl ze als hoofd van het jurycorps de touwtjes stevig in handen hield. In deze pauze vermaakte de jeugd zich op het hordenparcours bij de fietsenstalling. Het verspringen werd een wedstrijd van hoog niveau. Allereerst sprong Willem S. een nationaal record in zijn leeftijdscategorie die helaas de boeken niet in zal gaan wegens enkele formaliteiten. Tiemen kwam niet goed uit, maar liet zien dat hij 5.50m potentie heeft. In mijn tweede poging sprong ik 6m en 5cm. Een nieuw persoonlijk record, en dat op m'n oude dag. Jorg maakte het groepje elitespringers compleet met 5m75.

Ook speerwerpen was een lust voor het oog om te zien, Tiemen was duidelijk in zijn element en ook Jorg gaf weer masterclass. Nelina hield hierbij de fans op afstand die bijzonder graag naar opa toe wilden die in het verre veld stond te jureren. Voor de start van het laatste onderdeel waande ik mij geen kans meer, desondanks was 'volle bak' het plan. Dit pakte ondanks de wind goed uit. Achter mij probeerde Tiemen uit de zuiging van Jorg te ontsnappen, deze liet dat niet op zich zitten en perste er ook nog een eindsprint uit. Ad moest zijn meerdere erkennen in deze jongelingen en Willem concludeerde daar achter dat hij meer het explosieve type is.

Eenmaal op het terras gaf Arie aan dat zijn motivatie voor een halve marathon groter was, maar met het idee dat we dan nog bezig waren geweest werden er tevreden enkele consumpties open gewipt. In een mum van tijd verwerkten Piet en Nel de uitslagen, maar slechts weinigen hadden haast om naar huis te gaan, want de catering die ook door hen werd verzorgd was weer van hoogstaande klasse.

Matthijs

Clubkampioenschap a.v. NOVA 2010

Eindstand Heren, Dames, Masters en jun. A+B.

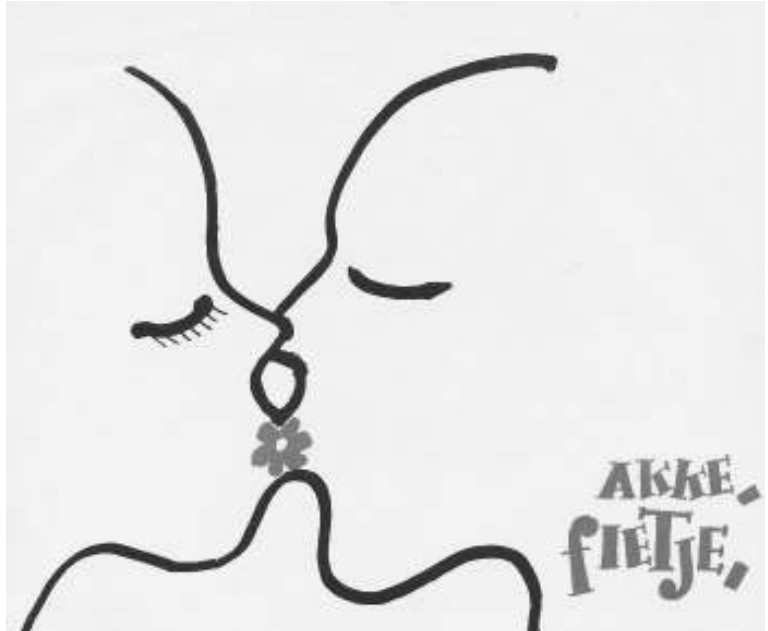
nr.	NAAM	24-juni	2-juli	zaterdag 11 september					
		400m.	3000m	800m.	hoog	ver	kogel	speer	discus
Heren									
1	Mathijs de Groot			2.13.4	1,65	6,05	7,76	30,61	26,75
2	Jorg Ootjers			2.36.8	1,70	5,75	10,55	42,37	31,20
Jongens- jun.									
1	Tiemen Smit j.B			2.37.4	1,55	5,12	8,96	33,60	24,51
Her.-Masters									
1	Willem Schoone	1.02.5		2.46.3	1,40	5,42	8,98	21,85	30,25
2	Ad Ligthart			2.40.0	1,45		9,50	20,53	26,22
3	John Vader	1.24.1		3.29.9	1,35	3,72	7,26	19,54	21,89
4	Piet Stuijt						7,37	25,66	24,13
5	Arie Kossen	1.13.5		2.55.9	1,25		7,02	18,47	17,15
6	Ruud Doodeman		10.01.0						
7	Jean-Paul Aubrun	1.03.0							
8	Peter Robert		12.47.0						
9	Piet de Waard	1.10.5							

nr.	punten loop-nummers				punten technische-nummers					loop / techn.	loop / techn.	TOTAAL 6- kamp
	pnt. 400	pnt. 1500	pnt. 3000	pnt. 800	pnt. hoog	pnt. ver	pnt. kogel	pnt. speer	pnt. discus	PUNTEN TOTAAL	punten aftrek	
Heren												
1				539	540	616	286	340	398	2719	-286	2433
2				262	587	548	500	526	501	2924	-500	2424
Jongens- jun.												
1				256	444	401	382	391	342	2216	-342	1874
Her.-Masters												
1	353			171	293	472	384	177	480	2330	-177	2153
2				230	344	0	423	150	385	1532	0	1532
3	1			1	241	35	244	129	274	925	-35	890
4							253	248	333	834	0	834
5	86			89	134		223	105	140	777	0	777
6			557							557		557
7	339									339		339
8			169							169		169
9	151									151		151

De aanloop

Hoeveel geregistreeerde sportverenigingen staan er ingeschreven in de gemeente Harenkarspel? Een uiterst moeilijk te beantwoorden vraag, waarop ik het antwoord schuldig moet blijven. Maar het zullen er wel vele tientallen zijn denk ik. In het verleden was dit niet zo moeilijk te beantwoorden, want met de gym en de voetbal had je het wel gehad. Gemengd sporten was er al helemaal niet bij en om de hormonen toch een kans te geven waren er de dansavonden (bal) in het weekend en niet te vergeten de jaarlijkse kermis.

De kermis in de cafés was toen nog voornamelijk een binnengebeuren. Bij de ingang van de danszaal kreeg je na betaling een stempel op de binnenkant van je pols, wat je het recht gaf om de zaal te betreden. Dit was een grote kale ruimte enkel opgesierd door een lange rij lage houten banken, die als een treinstel aan elkaar gekoppeld lang de kant stonden opgeteld. Dit Spartaanse meubilair werd bevolkt door de vrije dames, die met over elkaar geschaarde benen, hunkerend wachtten om ten dans te worden gevraagd voor een Engelse wals, quickstep, slow fox enz. En meedogenloos selectiesysteem, maar een van de weinige kansen om met elkaar in contact te komen.



De muziek bestond uit een bandje van doorleefde muzikanten met een belabberde conditie, die de groots mogelijke moeite hadden om het einde van de avond te halen. Nova bestond toen nog niet anders had het nooit zover gekomen met deze mannen; zie Willem Schoone die nog steeds records verbreekt in de masterclassse. Gaandeweg werden dit soort toestanden uitgebannen en met de komst van de vele sportverenigingen, werden de lijntjes veel korter om met elkaar in contact te komen. En zo gebeurde het dat op een donderdagavond een rustige jongeman zich meldde bij Peter, zich voorstelde als Akke, met de vraag of hij een aantal keren mee mocht trainen.

“Jazeker” zei Peter, iedereen is hier welkom. Gezamenlijk inlopen en oefeningen doen en daarna ga je naar het onderdeel wat je het beste ligt. Nou, dat bleek speerwerpen te zijn. Uit stand zwiepte hij de speer al ruim over de vijftig meter, maar hij had een probleem: met aanloop wou het maar niet lukken. Fietje, een behoorlijke, bekoorlijke verspringster, volgde de verrichtingen van Akke nauwgezet. Ze zag het wel zitten met deze blonde Viking. Na de training nog even kletsen, theedrinken, en ieder ging dan weer zijn eigen weg.

Maar 's nachts, dan ging bij Fietje de staldeur open op het stille vlakke land, en dan sloop Akke binnen met zijn klompen in zijn had. Ja, ja, ja dan mocht stille Akke, Fietje in zijn armen pakken. Akke, Fietje, Fietje, Akke, lekker, lekker smakken. Liefdesvuur laait hoog in het hooi, en als de hond niet blaft, dan is de nacht verrukkelijk, dan zijn ze zo gelukkig, maar ik zeg erbij nadrukkelijk! Als de polder maft.

Het is helaas nooit wat geworden met die twee. Akke verdween plotseling met de welbekende noorderzon en Fietje? Ze heeft een zoon op Nova zitten, die niet anders doet als speerwerpen, want hij wil persé het oudste record van het bord verbeteren. Maar er is een probleem en dat is: Zijn aanloop!

Groetjes Dick

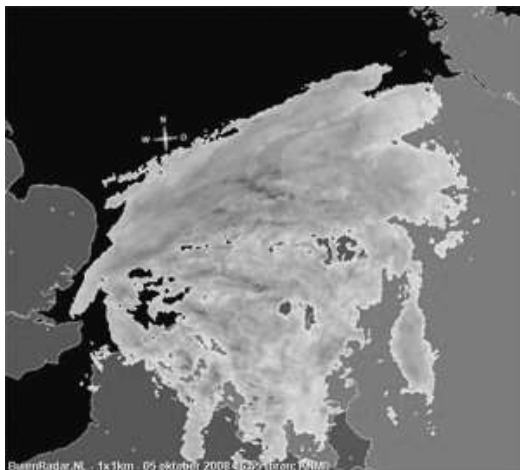
Hier en daar een bui



Een leuke kant van het hardlopen is dat je het mooie om je heen kunt zien, ook als de omstandigheden eens een keer iets minder zijn. Voorbeeldje? Juist wanneer ik lopend vanuit mijn werk naar huis wil en ik snel nog even buitenradar.nl check, zie ik dat er schitterende wolkenformaties aan zitten te komen. De blauwe slierten met hier en daar een rood vlekje, (rood betekent meer dan 10 mm per uur) zeilen vanaf de warme Noordzee over het silhouet van Nederland en trekken gastvrij de kustprovincies binnen. Ik zit eerste rang! De strakke noordwestenwind zorg voor gestage nieuwe aanvoer hetgeen op het scherm een prachtig dynamisch beeld geeft. Het mooiste is bovendien dat het gedeeltelijk bewolkt en onbewolkt is. Dat belooft veel goeds. Zo zie je maar de digitale techniek staat voor niets. Voor je -naar behoefte- om regen of zon bidt, kan je beter eerst effe buienrader.nl checken.

Snel doe ik mijn hardloopspullen aan voor de terugreis. Eenmaal buiten heeft de wind vrij spel, het gebladerte ruist onstuimig om me heen. Wolken lijken achter de horizon vanaf het schildersdoek van de meesters van de gouden eeuw de hemel in geblazen. Na de bebouwing van de stad openbaart zich een gigantisch palet van dikke witte wolken met grijze curven op een achtergrond van hemelsblauwe verten. De harde tegenwind is intens en haalt het beste uit me naar boven. Voorgaand langs het Noord-Hollands kanaal heb ik intussen een fraai uitzicht op de duinenrij. De duinen tonen in een gelaagdheid van groentinten. Het golvende dennenbos suggereert een waar berglandschap.

Dan zie ik vanaf de kust dreigende donkerblauwe wolken naderen. Op de voorgrond laten plaatselijke verticale grijze strepen een frisse douche op het weideland neerkomen. Dit is mijn voorland. Er is geen ontkomen of omlopen aan. De aanwakkerende wind is de voorbode van dikke spetters, terwijl aan de oostkant de zon juist het gouden land laat glimmen. Een zilveren lijst om reusachtige bloemkoolwolken maakt het plaatje compleet. Niets is zo plaatselijk als het weer, dat blijkt. Ach, extreme fenomenen als, zandstormen, tornado's, hittegolven of sneeuwstormen zul je hier niet snel meemaken. We pakken van alles een beetje, zeker net genoeg om goed nat te worden. Het is het gemakkelijkste om het te accepteren zoals het komt dan om er tegenin te blazen. Bovendien kan het altijd nog erger. Zomer en winter zijn in Engeland bijzonder gemakkelijk te onderscheiden: in de zomer is de regen iets warmer. Ook mooi weer gaat stierlijk vervelen, in de Sahara verlang je na niet te lange tijd vast terug naar een lucht met dikke regenwolken. Zo blijkt er altijd wat te wensen. Menig mens die rustig door een storm heen slaapt, ligt wakker van een mug.



Het nadeel van de overvloed aan informatie is dat we er te veel naar gaat leven. We zien de bui al hangen en blijven bij voorbaat weg. Terwijl voorheen een veelvoorkomende fout was om bij goed weer geen rekening houden met een weersomslag. Nu opteren we bij regenalarm automatisch voor een goede overkapte plaats (in een lange rij) wanneer we moeten reizen. De file is sowieso mijn allergie, ik kies vooral voor vervoer via eigen voortstuwingskracht. Mijn mazzel is het werk op het land in mijn jeugd. Dat maakt je enigszins immuun voor regen in ruil voor blijvende rode konen.

Nog even en we weten het zelf nauwelijks meer hoe het weer werkt. Wie kan er nog een 'donderkop' van een mooi weerwolk onderscheiden? Met de digitale maatschappij raak je het kwijt. Je eigen systeem kan

meer en meer op de automatische piloot, want navigatieapparatuur helpt je overal op weg. Zonder Tom-Tom rijdt de jonge autorijder volgens mij straks zo de afslag naar het eigen huis voorbij, nu ze er ook al mee gaan autorijlessen. Ook de weerkennis zal afnemen en menigeen transformeert tot mooiweer-sporter door de weersites. We komen steeds verder van de natuur af te staan. Waar blijft de romantiek van het slechte weer? Je leerde elkaar het beste kennen in een klein tentje in de regen. Gelukkig zijn er nog een aantal Nova bikkels die toch aan de vrijdagavondwedstrijd van Nova meedoen al regent het pijpenstelen. Vechtend tegen de elementen blijft je zo'n wedstrijd toch het langste bij. Overigens wens, ik tot slot, voor de toekomst in maanden juli en augustus een strandcabine en daarna mag mijn schoonmoeder de rest van het seizoen.

RD

Crosscompetitie jeugd 2010/2011

De crosscompetitie van de Atletiekunie gaat weer van start!

Bij het uitkomen van deze Noviteit was de sluitingsdatum voor de eerste wedstrijd (24 oktober) al gepasseerd. Toch leek het ons goed de uitnodiging te plaatsen. Voor het geval je de andere aankondigingen hebt gemist kun je je altijd nog voor de twee resterende wedstrijden opgeven!

Er zijn 3 voorwedstrijden per regio en daarna wordt er een klassement opgemaakt, zowel individueel als per ploeg. Een ploeg bestaat uit tenminste 3 lopers per categorie. Op grond van dit klassement wordt er een finalewedstrijd gehouden waaraan de best geklasseerde mee mogen doen.

Voor welke categorieën;

Alle pupillen, alle junioren. De mini pupillen (geboren in of na 2004) mogen buiten mededinging mee lopen.

Pupillen C	(2003)	Junioren D	(1999/1998)
Pupillen B	(2002)	Junioren C	(1997/1996)
Pupillen A1	(2001)	Junioren B	(1995/1994)
Pupillen A2	(2000)	Junioren A	(1993/1992)



Waar en wanneer:

1e wedstrijd	6 november	2010	ARO '88	Obdam
2e wedstrijd	8 januari	2011	AV Castricum	Bakkum
3e wedstrijd	12 februari	2011	AV Wieringermeer	Wieringerwerf
Finale wedstrijd	12 maart	2011	?	

Wil je meedoen?

Geef je dan **zo spoedig** op door een mail te sturen naar Cor Wabeke: coryvo@quicknet.nl

Als je geen mail hebt dan graag telefonisch, tel. 0226-395688.

Geef in je bericht s.v.p. aan wat je geboortedatum is en aan welke wedstrijden (welke data) je mee wilt doen.

Als je je opgeeft voor 3 wedstrijden in de voorronden, tellen de 2 beste resultaten mee voor een eventuele finaleplaats. Je moet in ieder geval 2 wedstrijden meedoen om je te kunnen plaatsen.

De vereniging betaalt het inschrijfgeld. Als je onverwacht niet kunt terwijl je je wel had opgegeven, geef dit dan uiterlijk 1 week voor de wedstrijd door aan Cor Wabeke. Als je je later afmeldt, berekenen wij de inschrijfkosten door, tenzij er sprake is van overmacht of ziek en zeer, uiteraard.

Na opgave worden de chronoloog en andere nuttige informatie op tijd doorgegeven.

Voor de finale van 20 maart komen alleen de geplaatste kinderen in aanmerking. Zij ontvangen apart een uitnodiging.

Het zou toch weer leuk zijn als NOVA met veel jeugd meedoet aan de crosscompetitie 2010-2011.

DUS:

GEEF JE OP!

Namens de jeugdcommissie

Cor .Wabeke

Terugblik op de Verlichtingsloop

Enige tijd geleden op zaterdag 4 september 2010 was de 31e Verlichtingsloop in Warmenhuizen. Het was mooi weer, er was een gezellige sfeer en er stonden veel Novaleden aan de start. Hier vindt tevens de grote finale plaats van het klassement van de Golden 3. Het wordt gesponsord door Rabobank Alkmaar en omstreken. In dit drieluik met de Ronde van Tuitjenhorn, het Kalvermijltje en de Verlichtingsloop, ging Pim Molenaar na twee overwinningen royaal aan de leiding. Bij de dames leidde Lucienne Groenendijk in het Golden 3 klassement voor Kelly Schouten. Omdat de top van het klassement van de eerste twee lopen er echter de voorkeur aangaven om in het zelfde weekend in Tilburg aan het NK 10 km mee te doen, was de Verlichtingsloop minder sterk bezet.

Voor degene die het drieluik wel gingen voltooien was het des te meer een uitdaging om het klassement de goede kant op te laten kantelen. Hierdoor werd het bijvoorbeeld een zeer spannend gevecht tussen Ron van Diepen en Ferdy van der Heide. Ron, de trainer van Ferdy stond één punt voor. Ferdy was in topvorm en bleek te sterk voor Ron van Diepen en Björn Nat, die met een tweede en derde plaats het Hera - succes compleet maakten. Ferdy eindigde met even veel punten in de RABO - Golden 3 als Ron, maar werd tot nummer één uitgeroepen omdat de Verlichtingsloop de finaleloop is. Bij de dames was het deelnemersveld eveneens uitgedund door het NK. Tinda van Baar maakte hier dankbaar gebruik van door de loop overtuigend te winnen en hiermee voor onze Carol Rademakers het eindklassement voor zich op te eisen.

Einduitslag

Nr.	Heren	Tuitjenhorn	Kalverdijk	Warmenhuizen	Totaal
1	Ferdy van der Heijden	48	45	50	143
2	Ron van Diepen	47	47	49	143
3	Björn Nat	44	44	48	136
Nr.	Dames	Tuitjenhorn	Kalverdijk	Warmenhuizen	Totaal
1	Tinda van Baar	42	43	50	135
2	Carol Rademakers	40	41	49	130
3	Ria Stam	36	39	47	122



Voordat het begon te schemeren had de massaal toegestroomde jeugd al lang alle aandacht voor zich opgeëist. Eigenlijk was dit het hoofdprogramma, want het publiek stond dik tegen de hekken van de start tot de bocht naar de Stationsstraat. De een stond supergeconcentreerd aan de start, en de andere zeer ontspannen. De verschillende starttijden tussen de jongens en de meiden zorgde ervoor dat de lopers precies wisten hoe ze in de wedstrijd zaten en waren de lopers voor hen een vogeltje voor de kat.

Nu wisten de eerder gestarte lopers natuurlijk dat er nog een horde achter ze aan zat te komen en daarom lieten ze zich doorgaans niet verschalken. In elk geval was het machtig om te zien hoe menig eindsprint op de laatste meters voor finish beslecht werden, terwijl ouders en overige fans al even intens de verrichtingen van hun talent aanschouwde.

We zijn de organisatie en alle medewerkers en sponsors bij de Verlichtingsloop dankbaar voor het loopplezier wat er aan alle kanten vanaf straalde door hun medewerking.

Portret

Portret van een Nova-lid



1. Hoe heet je?
Jeur Beers.
2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren?
Ik ben 10 jaar en ik ben geboren in Suisdijk.
3. Op welke school zit je?
Ik zit op de OBS Jorenven.
4. Wat wil je later worden?
Profatleet of profvoetballer.
5. Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?
Ik zit ongeveer 3 en een half jaar op Nova en ik vind hardlopen leuk.
6. Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?
Maaike en Ilse, ze zijn aardig.
7. Wat is jouw favoriete onderdeel?
1000 meter
8. Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?
3.37.5
9. Wie vind je erg goed op atletiekgebied?
Aris en Lies Beers (mijn broertje en zus)
10. Wat is jouw favoriete tv-programma?
Studio Sport
11. Wat is je mooiste CD?
Best of the Corrs
12. Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?
De bonte brigade
13. Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?
Aan de bal; het was ontroerend.
14. Heb je nog meer hobby's?
Voetballen en trompet spelen
15. Waar heb je een grote hekel aan?
Kesten
16. En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?
Aris Beers



Van harte gefeliciteerd alle jarigen van november en december

November

01 Corinne Ruyter
04 Glenn Pronk
04 Ans Blekkenhorst
04 Laura Boekel
07 Daan Hellenkamp
07 Deni van Schagen
08 Bas Groot
08 Eefje Dalenberg
09 Laurence Aubrun
10 Kiki Klaver
10 Ruud Dekker
11 Nick Vriendjes
12 Niek Barsingerhorn
12 Ineke Bas
12 Marian Robert
12 Karin Kramer
13 Isa Koj
13 Boy Gomes
14 Iris van der Velden
16 Kelly Schouten
17 Theo de Nijs
19 Mike Wever
20 Xavier Albers
20 Sunni Groot
21 Rina Smit
23 Ellen Marnette-Bij
23 Jurjen Sigurdarson
24 Maartje Kaag
25 Jolijn Prins
26 Tessa Stammes
27 Luuk Dekker
29 Corina Danenberg

18 Niels Goudsblom
18 Mitchell Groen
18 Esmee Stammes
19 Hanny Blankendaal
20 René de Geus
27 Jesse Popadic
28 Bas Huigen
28 Carola Rohling
30 Nel de Jong



December

01 Willem Schoone
02 Maud Karsten
02 Hannah de Waard
04 Jolanda Dekker
05 Amber Hurkmans
05 Els Rijkeboer
05 Jesper Zutt
06 Carol Rademakers
07 Chris Karsten
08 Maurice Knijnsberg
08 Annemiek van der Stoop
09 Rob Duvivier
10 Joep Bruin
11 Ida Dekker-Smit
11 Carlien Wabeke
14 Sam Goudsblom
16 Louis Suiker
16 Maria Bosch-Schut

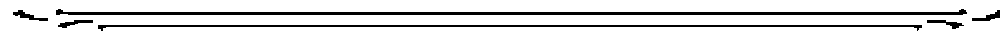
Nieuwe leden:

Frans Kroes
Ciska Hoogeboom
Job Molenaar
Willem Backer
Dennis Backer
Elisa Vriendjes
Nick Kroes
Elaine van der Ven
Hester Louter
René de Geus
Bas Huigen
Lucas van Rijn
Jesse popadic
Ellen Nagehout-Roelofsen
Carla Strooper
Niels Noordeloos
Maud Karsten
Pien Karsten

Puzzel / Sudoku

			3		9		7	
				2			6	1
7		1					3	
4			2					
	8	9	4		5	2	3	
					1			8
		6				4		5
8	9			7				
	1		6		2			

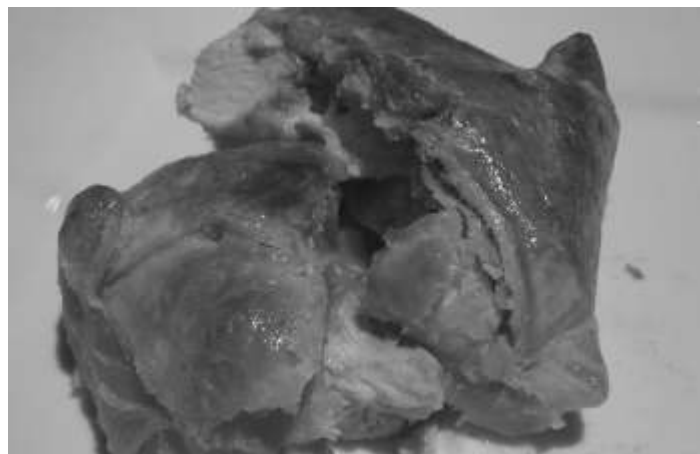
	Zuivel-product		Sportief kleding-merk		Eens		Wed-strijd	Onder andere	Vuur
Buidel-dier	▶	▼	▼		▼		▼	▼	▼
		Wapen v/e insect				Paling	▶		
Vaar-tuig	▶	▼		Vernis		Elegant dier		Sneeuw-hut	
Vervoer-middel	▶			▼		▼		▼	
	Nevel, mist		Ontken-ning		Bolster		Rivier in Duits-land		Bestem-ming
Gedach-te	▶	▼	▼		▼		▼		▼
Bier	▶					Bos	▶		
Stipt	▶								



Recept: Kip in Bladerdeeg, een heerlijk hapje voor bij de borrel

Ingrediënten

- 1 dubbele kipfilet
- 1 pakje diepvries bladerdeeg (10 plakjes)
- 1 bakje champignons
- 1 klein bekertje crème fraîche
- 1 klein kopje bouillon
- olijfolie
- basilicum
- peper en zout
- tijm
- 1 ei



Bereiding

Snijd de kipfilet in kleine stukjes. Borstel de champignons schoon en snijd ze in kleine stukjes. Bak de kip en champignons in de olijfolie mooi bruin. Voeg er langzaam de bouillon en de kruiden aan toe en laat alles ca. 5 minuten stoven. Roer dan de crème fraîche erdoor (de saus moet wel dik blijven). Ontdooi het bladerdeeg. Maak de randen nat met water, leg op elk plakje een schepje kipmengsel en vouw er envelopjes van. Klop het ei los, bestrijk het bladerdeeg hiermee en leg het pakje op een ingevette bakplaat of op bakpapier. Bak ze ca. 10 minuten in een voorverwarmde oven op 225 ° C.

Recept: pastinaak

Tegenwoordig hebben we pastinaak op de tuin. Pastinaak is een soort wortel met een crèmewitte kleur. De smaak is licht aromatisch zoet, anijsachtig en soms iets bitter. Pastinaak is afkomstig uit Europese landen met een gematigd klimaat. Het is de voorganger van onze - inmiddels veel bekendere - winterwortel . Pastinaken en winterwortels kunnen op dezelfde manieren worden bereid.

Jamie Oliver heeft een heerlijk stoofpotje recept voor 6 personen met Pastinaak. Hier komt een heerlijk recept.

Benodigheden:

680 sudderlappen in blokjes
Zeezout en zwarte peper uit de molen
2 volle eetlepels
Olijfolie
1 ui gepeld en grof gehakt
1 grote wortel, geschild en grof gehakt
4 stengels selderij, gewassen en grof gehakt
2 pastinaken geschild en grof gehakt (verkrijgbaar bij de lepelaar)
1 handvol verse gemende kruiden (rozemarijn, tijm en laurier)
5 dl Guinness
2 blikken tomaten van 400 gr.
1 pakje bladerdeeg van 500 gr.
1 ei geklopt.



Bereiding:

Kruid het vlees royaal met peper en zout, strooi er bloem op en hussel het door elkaar tot het rondom bedekt is met bloem. Verhit 2 of 3 scheuten olijfolie in een grote braadpan en bak het vlees, zo nodig in 2 porties, goudbruin. Doe de ui erbij en bak alles nog een s 1 minuut, voeg dan de wortel, selderij, pastinaak en kruiden toe. Laat het nog 4 minuten doorbakken en giet dan de Guinness erin. Doe de blikken tomaat erbij en breng het aan de kook. Roer alles en laat ongeveer 2 uur pruttelen tot het vlees heel mals is. De saus moet nu lekker dik zijn en een intense smaak hebben. Voeg zout en peper naar smaak toe. Zoals het nu is kun je het als stoofschotel serveren met aardappelpuree, maar het blijft ook met gemak 5 dagen goed in de koelkast. (de smaak wordt er alleen maar beter van).

Voor de taartjes moet je de oven voorverwarmen op 190 graden. Doe de vleesvulling en een ovenschaaltje, of schaaltes, van de gewenste maat. Per persoon een schaaltes is goed. Rol het deeg uit tot 0.5 cm dik en bestrooi het ondertussen met bloem. Snijd er 6 rondjes uit die ongeveer 1 cm groter zijn dan de bovenkant van de schaaltes. Smeer de randen van de schaaltes in met geklopt ei, leg de rondjes deeg erop en druk de rand van het deeg over de zijkant heen. Snijd de bovenkant van het deeg licht kruiselings in en smeer het in met klopt ei. Zet de taartjes in het midden van een voorverwarmde oven en bak ze 45 minuten tot ze mooi goudbruin zijn en beginnen te bubbelen.

Eet smakelijk!

Margret de Boer

Kleurplaat



Evenementenkalender

Na de Boerenloop kunnen we alle kanten op. Het Roel recycling circuit staat weer op de agenda. Het bestaat uit vijf zeer gevarieerde wedstrijden met telkens een andere entourage en andere omstandigheden. Vooral bij de leden van de Atletiekunie zijn altijd volop van de partij. Overigens moet je om mee te doen voor het eindklassement lid zijn van de bond, dat zal ook wel schelen. Feit is dat er bij elke loop een ongekend aantal deelnemers aan de start staat, hoe bruut het weer ook is. De eerste van de serie is de Hoornse Parkcross op 31 oktober en het sluitstuk is de Sint Georgecross in Spierdijk op 12 december. De dames lopen een aanzienlijk kortere afstand dan de mannen en ook voor de jeugd zijn er korte afstanden en klasseringen. Afijn, je atletiekhart gaat er blij van kloppen wanneer je op de website www.crosscircuit.nl gaat kijken. Houd ook de kalender op de Novasite in de gaten en zie voor de jeugdcrosswedstrijden het bericht elders in deze Noviteit.



Oktober

31 okt. Hoornse Parkcross Hoorn, Roel recycling circuit

November

07 nov. Boerenkoolloop A.V. Nova Warmenhuizen/Tuitjenhorn.

Voor de 30e keer organiseert NOVA een wedstrijd- en trimloop. Programma: halve marathon, kwart marathon en verder nog 4,3 en 1,5 km.

07 nov. Robbenoordbosloop Locatie Sluitgatweg, recreatiegebied 't Wierholt, Wieringerwerf
Programma start 10.15 uur 4,6,8,10,12 en 16 km 10.17 uur 1 en 2 km. www.avwieringermeer.nl

14 nov. 13e Eenhoornloop Hoorn Holenweg, Hoorn Nh Programma 10.30 uur Kinderen 1,2 km.

11.00 uur 10 - 16,1 - 21,1 km. 11.05 uur 5 km. www.loopgroepnoord.nl. 06-51752868

14 nov. Dijksgatboscross, Wieringermeer, Roel recycling circuit

21 nov. SAV-cross. Grootebroek, Roele recycling circuit

December

05 dec. Helderse Duincross, SV Noordkop, De Helder, Roele recycling circuit

12 dec. St George Cross, Spierdijk, Roele recycling circuit

12 dec. Rondje Novabaan Een cross rondje uitgezet om de Nova/SIS accommodatie. Om 10.30 uur start de gezamenlijke warming-up. Daarna valt het startschot. Inschrijven in de Novakantine, het is gratis. Er zijn geen prijzen aan verbonden. De wedstrijd telt mee voor de Nova jeugd wintercompetitie.

19 dec. Nova bosloop. Schoorl. Start bij het klimduin in Schoorl. Afstand: 12 km start om 10.30 uur; 5 km start om 10.35 uur en de 1,5km start om 10.40 uur. **Wintercompetitie Nova**

26-12 Spanbroek AV Hera Kerstcross Opmeer O.a. 5 en 10 km www.kerstcross.nl

31-12 Aartswoud Oudejaarsdijkenloop AGSV: 4+8 km (11.00u)

Januari 2011 en later:

09 jan. Rondje Novabaan. Een cross rondje uitgezet om de Nova/SIS accommodatie. Om 10.30 uur start de gezamenlijke warming-up. Daarna valt het startschot. Inschrijving in de Novakantine. Het is gratis. Er zijn geen prijzen aan verbonden. De wedstrijd telt mee voor de Nova jeugd wintercompetitie.

16 jan. Nova bosloop. Schoorl. Start bij het klimduin in Schoorl. Afstand: 12 km start om 10.30 uur; 5 km start om 10.35 uur en de 1,5km start om 10.40 uur.

23 jan. Achtervolgingsloop Groet. Nadere info bij de training en of de site. **Wintercompetitie Nova**

13 feb. Groet uit Schoorl run Info Groot hardloopevenement door de dorpen en het bosgebied bij Schoorl en Groet. Geef je op tijd op voordat het evenement vol is. **Wintercompetitie Nova**

13 mrt. Nova Ontbijtloop Cross wedstrijd om de Nova/SIS accommodatie. Aanvang 9.30 uur. Na afloop gaan we met z'n allen ontbijten, alleen voor Novaleden. Het zou leuk zijn als de deelnemers starten in pyjama. Van te voren aanmelden **Wintercompetitie Nova**

27 mrt. AV Nova clubcross De clubkampioenschappen cross op en rond de Nova/SIS accommodatie. Eerste start (mini, pup C en B) 10.30 uur. **Wintercompetitie Nova**

8 t/m 11 april 2011 Nova-weekend 25-jarig jubileum