

september/oktober 2018

E-legs

Ruud Doodeman

Bouw Krachthonk

Interview met de bouwers

Wandelnieuws

dubbeldik

Nova Kamp 2018

(Foto)verslag



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

Ruime keus
Uitstekende kwaliteit
Beter ontwerp
Ruimte om te parkeren
Advies gratis

ONTWERP VAN TUINEN

TUINCENTRUM RUBRA

Westfriesedijk 33, Warmenhuizen, Tel. 072-5092474



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

FREE-D-SIGN.NL



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



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

afspraak@kapsalonnathalie.nl

www.kapsalonnathalie.nl



APK en Onderhoud

Peter Dekker

in-verkoop auto's

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

In deze Noviteit

Pagina 15. Hardlooptokter

NOVA eiwit-experiment

Redactioneel

De beste voorbereiding

Pagina 10. Vertrouwenscontactpersonen

Even voorstellen

Wat is nou de beste voorbereiding op

Martijn Jorritsma

Pagina 26. Ruud Doodeman

Leeftijdsbewust loopbeleid

Pagina 33. Nova's Giganten

Special Olympics

Vaste Rubrieken

NOVA informatie	4
Van de voorzitter / Nieuwe Leden	7
Verjaardagen	9
Start bouw krachthonk	13
Jong Blauw	17
Jeugd Wintercompetitie	26
Wandelnieuws	28
Pupillennieuws	32
Evenementenkalender	34

De Novaredactie

novakrant@hotmail.com

Martijn Jorritsma

martijnjorritsma@gmail.com

Elles de Groot

weidemolen20@outlook.com

Ruud Doodeman

ruud.doodeman@quicknet.nl

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	jpf.hoogeboom@quicknet.nl	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	Trainer Peter Robert
18.00 tot 19.00	Clubavond pupillen	Verschillende trainers
19.00 tot 20.30	Clubavond junioren	Verschillende trainers
Dinsdag 19.30 tot 21.00	Senioren/masters (Novabaan)	Trainers Jan Berkhout
19.30 tot 21.00	Sprintgroep Senioren (Novabaan)	Jorg Ootjers
Woensdag 19.30 tot 21.00	Novabaan Start to Run	Trainers Joshua de Vriend
Donderdag 17.00 tot 18.00	Novabaan Mini pupillen/C-pupillen	Trainers Myrthe van Dok en Mireille Ligthart
17.00 tot 18.00	Pupillen B/C	Steven de Moel en Jesper Sintenie
17.00 tot 18.00	Pupillen A/B	Amber Hurkmans en Carlien Wabeke
18.00 tot 19.00	Pupillen A1	Kiki Klaver en Tom Hoogeboom
18.15 tot 19.15	G atleten	Remon Schoorl
19.00 tot 20.15	Junioren	Carol Rademakers
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Mark Dekker
19.30 tot 21.00	Sprintgroep Senioren	Jorg Ootjers
Vrijdag 18.30 tot 19.30	Novabaan Pupillen A2/Junioren D	Trainers Linda Hurkmans, Teun Beers
19:30 tot 20:45	Bootcamp	Rutger Keet en Tom Hoogeboom
Zaterdag 09.00 tot 10.30	Vertrek bij Buitencentrum Schoorl Sportief wandelen	Trainers Marian Robert, Ingmar Zondervan, John Vader
09.00 tot 10.30	Nordic Walking	Rob Duvivier, Jan Karsten, Marian Robert & Peter Robert
Zondag 10.00 tot 12.00	Verrek bij Buitencentrum Schoorl Sprintgroep Senioren	Trainers Jorg Ootjers
09.00 tot 10.30	Vertrek bij begin Zeeweg Start to Run	Frans Kauffman

Trainers



Jan Berkhout	0226 394278	Mireille Ligthart	06 29152510
Mark Dekker	0226 395238	Steven de Moel	06 51012246
Lars Dignum	06 14347341	Jesper Sintenie	06 13840081
Rob Duvivier	0226 395543	Carlien Wabeke	06 34797093
Linda Hurkmans	06 2364 244	Tom Hoogeboom	06 48698776
Jan Karsten	0226 392029	Teun Beers	06 39589887
Frans Kauffman	0226 393426	Rutger Keet	06 12176982
Remon Schoorl	06 27975448	John Vader	06 2276 5260
Jorg Ootjers	06 10903088	Trainingscoördinatie	
Carol Rademaker	0226 393603	Maaïke Tesselaar (jeugd)	06 2221 7397
Peter/Marian Robert	0226 393338	Jos Hoogeboom	06 1266 8131
Ingmar Zondervan	0226 391994	(senioren)	
Joshua de Vriend	06 54946276	Marian/Peter Robert	0226 39 3338
Kiki Klaver	06 21647074	(wandelen)	
Myrthe van Dok	06 36046818		

Contributie

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

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 Marian Robert: LedenadministratieNova@kpnmail.nl.

Uitleg over leeftijden en categorieën vanaf 1-11-2017 tot 31-10-2018

Categorie	Geboortejaar	Categorie	Geboortejaar
Mini Pupil	2011 en later	Junior C	2004-2003
Pupil C	2010	Junior B	2002-2001
Pupil B	2009	Junior A	2000-1999
Pupil A1	2008	Senioren	<35 jaar
Pupil A2	2007	Masters 35	35-39 jaar
Junior D	2006-2005	Masters 40	40-44 jaar

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

Commissies

Jeugdcommissie

Cor Wabeke	coryvo@quicknet.nl	0226 39 5688
Freya Zomers	f.zomers@planet.nl	06 5572 1339
Sylvia Groen	sylvia.groen@quicknet.nl	0226 39 0290
Arien Kruijjer	l.kruijjer@telfort.nl	06 10218761
Nelina Bruin	nelina@kpnplanet.nl	0226 39 2209

Kantine commissie

Truus Rood		06 4885 1707
Marina Deutekom		06 2432 5267
Erik Tesselaar	erik.tesselaar@quicknet.nl	06 4253 1821

Materiaal- en Accommodatiecommissie

Piet Meijer	p-meijer01@planet.nl	0226 39 0819
Piet Stuyt	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

Eline Rampen	vrijwilligers@avnova.nl	06 5176 8447
--------------	--	--------------

Onderhoud Website

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



STUDIO BIBOB

Voor uw moderne haarverzorging

Behandeling volgens afspraak

Dorpsestraat 32 - Tuitjenhorn
Telefoon: (0226) 390736



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: 0226-393708

E-mail: uz@adstrooperbedrijfsadvies.nl

Ook voor:
opslagruimte, koolen, 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

Van het bestuur

Zoals beloofd in de algemene Ledenvergadering doen we vanuit het bestuur een terugkoppeling aan jullie over wat ons als bestuur bezighoudt en waarover we besluiten hebben genomen.

Er zijn veel uiteenlopende zaken waar we het uitgebreid over hebben gehad. Zo hebben we de wet AVG (De algemene verordening gegevens bescherming) breed besproken. Op deze wet is inmiddels een stuk gemaakt die van toepassing is op onze vereniging. Dit stuk zal aan de website van Nova worden toegevoegd.

Over de website gesproken. We hebben als bestuur de preview van de vernieuwde website gezien en onze feedback gegeven.

Het concept beleidsplan is na de algemene ledenvergadering in de bestuursvergadering geaccordeerd.

Er is veel gesproken in het bestuur en met de stichting over de bouw van het nieuwe krachthonk, de financiering en de opbouw. Met Piet Stuyt in het bestuur missen we niets, mooi proces om te volgen!

Nog iets waar we als bestuur veel over spreken is de Boerenkoolloop en met name over de "Start to Boerenkoolloop". Er hebben zich inmiddels al veel deelnemers voor een kortdurend lidmaatschap aangemeld (met name vanuit Bejo zaden) om onder leiding van Nova te kunnen trainen voor deze loop. We hopen op veel deelnemers en leden die dit kortdurend lidmaatschap omzetten in een langdurend lidmaatschap bij Nova. Voor de clubkas is het nu al een goed initiatief gebleken.

De clubkas is eveneens goed bijgespijkerd door de RABO-clubkasactie. Voor de vereniging heeft dit ons 1323.00 euro opgeleverd en voor de stichting 503.00 euro

Andere financiële meevaller kwam door de

sportweek. De kantine heeft alles kunnen verkopen en er was sprake van een goed verdienmodel. Over de organisatie van de baanwedstrijden zijn nog wel punten ter verbetering te benoemen. Dit zal worden opgepakt met de organisatie van de sportweek. Ander discussiepunt voortkomend uit deze week was het anti-reek beleid wat niet gehandhaafd bleek te zijn. In het bestuur vinden we daar wat van, maar zijn we er nog niet helemaal over uit hoe we dat volgend jaar gaan aanpakken. Waar we wel eenduidig in zijn, is het verbod op verstrekking van alcohol aan jongeren onder de 18 jaar.

Verder blijkt ons aantal starters niet geheel toereikend meer en zijn we op zoek naar een nieuwe starter. Dit is niet geheel eenvoudig want iedere starter moet in het bezit zijn van een diploma: "jury algemeen".

Door AV Lycurgus zijn we benaderd om gebruik te mogen maken tegen een bepaalde huurprijs van de nieuwgebouwde indoorhal. Vraag is of we dit willen? Hier wordt navraag gedaan bij de trainers en leden. Heb je een leuk idee om hiermee iets te willen doen, laat het ons zeker weten!

Naast dit alles zijn we altijd zeer geïnteresseerd in alles wat er op en om de baan gebeurt. We beseffen ons vaak hoeveel werk voor en achter de schermen wordt verzet. Super trots zijn we op de geleverde prestaties van de G-atleten bij de special Olympics, de 1e plaats in de competitie van de heren, de podium plaatsen bij het NK van Tom Hoogeboom (goud) en Martijn Kroes (zilver). De podiumplaatsen bij het NK-master van Dirk-Jan Giskes (zilver, brons (2x)), Martijn Jorritsma (zilver) en Matthijs de Groot (zilver, brons) en de 3e plaats WK van Dirk-Jan Giskes.

Genoeg om het over te hebben dus!

Names het bestuur, Margo Hogervorst



Interieurwereld.nl



Met plaats voor het proces



Architektenburo Glenn Pronk

Langedijker 23
1749 HJ Warmenhuizen
Tel: 0226-391838

A. Oudestraat 29, 1749 CB Warmenhuizen W. www.burolandbouw.nl

Loeigoenie Zuivel

Van biologische Boerderij de Buitenplaats

Dagelijks geopend!
Sumnerhuizerweg 10
Henigenburg
www.loeigoeniezuivel.nl

Praktijk voor

Artsenbureau de KLABB

Osteopathie en kinderosteopathie

Voor volwassenen, kinderen en baby's
Osteopathie zoekt naar de oorzaak van uw klacht en behandelt deze geheel

Indicaties baby's en kinderen
bijvoorbeeld: colica, onrustig slaan, te luid huilen, darm- en darmproblemen, KISS en KCO, afwijking van verloop, angst en herpangina

Indicaties volwassenen
Lijfzwaaier, nek- en schouderklachten, rug- en zwaartekracht, rugpijn, hoofdpijn, verhoogde bloeddruk, pijn in de gewrichten en spierstrekking

Maakt u nog vragen? Verken de mogelijkheden
wilt u nu aan, bel 0226 340520

Warmenhuizerweg 28, 1749 CB Dikhuizen

Mary Koek D.O. - MRO
Bibi Ruampel D.O. - MRO

Ton van der Ven

praktijk voor
fysio/manueeltherapie
& osteopathie

Dorpsstraat 115
1749 AB Warmenhuizen
Tel: 0226 39 09 02
Mo: di: 15:00-18:00
E-mail: info@fysiovanrden.nl

JB

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: jos.vanbaar@schilderwerken.nl
W: www.josvanbaarschilderwerken.nl

HEMAN "DE SMIDSE"

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



Flessen / Accessoires



www.toysandplay.nl



Huishoud / Kado



Smaderj / Ion-stalen

MENEER VERMEER TUINEN



ONTWERP, AANLEG,
ADVIES EN ONDERHOUD

0226 39 39 20

WWW.MENEERVERMEERTUINEN.NL

Vlag in top bij bouw krachthonk

Onder de bezielende leiding van Piet Meijer en Piet Stuijt is de laatste maanden voortvarend gewerkt aan het nieuwe Nova Krachthonk- en materialenberging. De fundatie staat als een huis. Om dat te bereiken is eerst het nodige grondwerk verricht. De betonnen verankering van de vlaggenmasten zijn eruit gehaald en zullen naar een nieuwe prominente stek verplaatst worden. Volgens het bericht in het Noordhollands Dagblad wordt het een stoer gebouw. Reden genoeg voor de redactie van de Noviteit om Piet Stuijt van het bouwteam te interviewen, om deskundige uitleg te krijgen over de stand van zaken.

Het door Maaike Tesselaar beoogde krachthonk om Nova meer power te geven, begon na de ontwerpfase en het groene licht van de vergunning met het uitzetten van de bouwplek en het uitgraven voor de fundering. Vervolgens werd de randbekisting aangebracht en gestort, waarna het met een zandpakket werd aangevuld, aangetrild en uitgevlakt. Hierop is een dikke isolatieplaat aangebracht waarop de bewapening voor de vloer is gesteld. Vervolgens kon toen de betonnen vloer worden gestort. En zo is de fundatie inclusief vloer gerealiseerd.

Na deze fase kwamen de prefab houtskeletbouw wanden aan de orde. Vooraf was de afweging; besteden we het uit of gaan we het zelf doen? Het uitbesteden tegen een scherp tarief en het realiseren op korte termijn (mede vanwege de bouwvak) ging niet lukken. En dus werd besloten om het zelf te doen.



Zodoende werd de dinsdag tijdelijk ook de bouwdag van de Nova klusploeg, want dat was altijd al de vaste dag dat zij in touw waren om onderhoud en verbeteringen aan de Nova-accommodatie te realiseren.



Vlag in top bij bouw Krachthonk



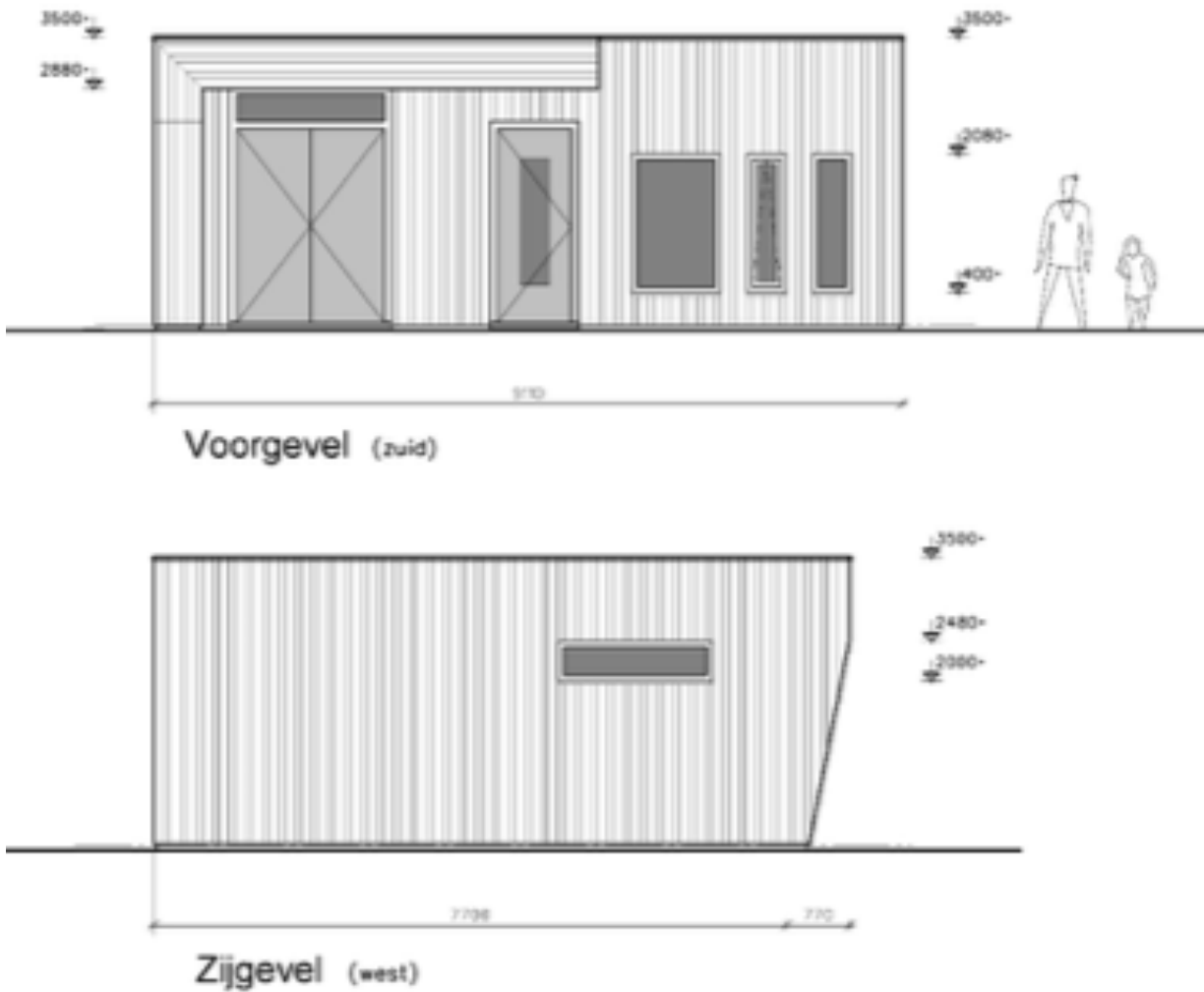
Dankzij de bouwvak was er ruimte in de werkplaats bij bouwbedrijf Meijer, zodat daar half juli de houtskeletbouw-elementen op maat gemaakt en in elkaar gezet konden worden. Vooraf was de verwachting dat het toch wel een paar dagen zou kunnen duren, maar de toch niet meer zo heel jeugdige bouwploeg van vooral zestigers en zeventigers klaarde de klus mede dankzij goed gedetailleerde bouwtekeningen binnen een dag! En tot nu toe is er geen foutje ontdekt. Prima werk dus van deze enthousiaste groep klussers.

Een week later zijn deze houten elementen door die zelfde klussers naar de locatie gebracht en op de betonvloer gesteld en gemonteerd. Ook is de balklaag reeds aangebracht waarop de dakplaten moeten komen. De uitbouw van de luifel is tevens onder handen genomen. Dit is nu eind augustus de tussenstand.



Het wachten is nu op de dakdekker, waarna de dakventilatie de kozijnen, deuren en de beglazing kan worden aangebracht. De houten gevelbekleding rondom maakt het vervolgens compleet waterdicht zodat daarna ook de binnenafwerking en inrichting kan plaats vinden.

wat tegelijk met de gewichten uitgestoten wordt, af te voeren. De verdere inrichting zoals elektriciteit, vloerbedekking, schilderwerk et cetera kost wel de nodige tijd en is ook afhankelijk van de beschikbaarheid van materialen en arbeidskrachten. Vermeld moet worden dat



Krachthonk- materialenberging

design  PSDB mei 2018

Eigenlijk komen we er nu wel achter dat de oudere bouwploegleden al volop aan krachttraining gedaan hebben de laatste tijd. Ze zijn vast nog topfit, zeker omdat krachttraining de spierconditie zo goed op peil houdt. Voor de bestrating is het misschien een goed idee om de Nova krachthonkgasten een kans te geven, al komt daar ook precisiewerk bij kijken. Voor binnen in het honk is de ventilator al geregeld om al dat krachtdamp,

de bouwbedrijven Meijer en PronkBouw en ontwerpbureau PSDB al een flinke sponsorbijdrage hebben bijgedragen! Het zou heel mooi zijn als de krachttoer van de bouw in november gereed is.

SWAN

Art & Build

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

Atelier voor Bouwkunst

De Zesdegras 14, 1749 EL Warmerhuizen



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

Bouwbedrijf F.J. Vos

Nieuwbouw - Verbouw - Renovatie



Praktijk voor pedicure,
schoonheids- en massage

Jacqueline Boots-Harbets

Wongse 15, 1749 BK Warmerhuizen
Tel.: 06 13974311



Boek nu ook online

WWW.KIMEWO.NL
TEL.: 0226 - 390534

TJ KANTOOR JONKER v.o.f.

administraties & belastingzaken

Dambreek 12, 1749 AM Warmerhuizen - 0226-399112 | info@kantoorjonker.nl - www.kantoorjonker.nl

ADMINISTRATIES BELASTINGZAKEN



Keurslagerij HOF VAN BLANKENDAAL

Dorpsstraat 26
1747 HB Tuitjenhorn
Tel: 0226 - 39 46 58

Het adres voor:
Eigen gemaakte worst
Heerlijke vleeswaren



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

Meer sfeer in uw interieur?

Kom naar Deco Home Van Baar



Verf



Eenheng



Ruimdecoratie



Gordijnen



Vloeren



Van Baar

Weteringweg 10, 1749 BK Warmerhuizen
Tel.: 0226-391210, www.decobanbaar.nl, info@decobanbaar.nl



haar en make-up

Scheephoek-zuid 24
1749 BH Warmerhuizen
T 06-82632226

Gefeliciteerd!

september



oktober

Leon van Bourgonje	01
Vlinder van Beem	02
Daan Emmaneel	02
Eva Rozendaal	03
	04
	04
	04
Jaap Nieuwland	05
Jari Dekker	06
Marina Deutekom	06
Pracht van der Veen	06
Joke Kramer	07
Wobbe Bleeker	08
Rob Gaal	08
Wop Veenstra	08
Joey Quant	09
Thijs Tesselaar	10
	11
	12
	12
	12
Louai Batou	13
Rens Nannes	13
Lies Strooper	13
Senn Thomas	13
Femm Bruin	14
Germa Mosch	14
Hugo Vader	14
Ed de Graaf	15
Luca Roecoert	16

Anneke den Ouden-Kosse	17
Emmie van den Bulk	18
Remon Kruithof	18
Roland Karsten	19
Jens de Groot	20
Isabel Ofman	20
Noortje de Vries	20
Tijs Plak	21
	21
	21
Floortje Bilars	22
Ad Brakenhoff	22
Karin Pancras	22
Gerrie Masteling	23
Silje Bader	24
Margriet Kaandorp	24
Jos Schalkwijk	24
Julian Sevenhuijsen	24
Marian Smits-van Gevel	25

Giovanny O'Niel	
Michael van Duin	
Twan Stroet	
Margreet Bruijn	
Gwenda Jonker	
Frank Kaandorp	
Per Mellema	23
Max Huiberts	24
Didy Pliester	24
Chris Hoffmann	

november

	01
Ans Blekkenhorst	
Susan van der Heide	
Glenn Pronk	
Deni van Schagen	
Margje Hoogeboom-Ruis	
Kiki Klaver	
Floor Spaansen	
Niek Barsingerhorn	
Ineke Bas	
Marian Robert-Schenk	
Melvin Oostwal	
Eva Praat	
Riet Pronk-Stoop	

Nieuwe Leden

Jens de Groot	Mini Pupil
Josh Garrone	Pupil A
Sem Bonte	Pupil A
Marieke Bruijn	Senior

Velko

bandenservice

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

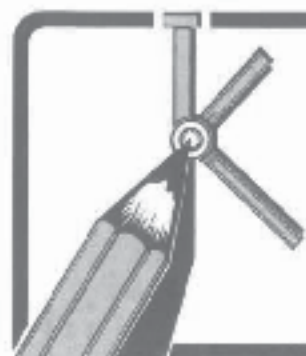
De Mossel 6
1723 HZ Noord-Scharwoude

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



Autoschade W.F. 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 531802, www.autoschadedekker.nl

FOCWA



Dit jaar
al
voorzad
eerbaar

Eigen
graver
inrichting

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

Niet vergeten:
op AV NOVA stemmen via
de Clubkas Campagne van
RABObank Alkmaar.

Wilco van der Stoop
Acupunctuur en Sportmassage

Mansveld 132 Tui, Alkmaar

Acupunctuur is een effectieve behandelmethode om het lichaam (en geest) in zijn volledige samenhang weer te betrekken en te behandelen. Het alweer de symptomen, maar vooral ook de oorzaken van de klachten worden aangepakt. Acupunctuur kun je o.a. gebruiken bij de volgende klachten:

- Jankrachten
- Hoofdpijn
- Slaapproblemen
- Sportblessures
- Hoofdpijn migraine
- Fijnlijke gewricht en spieren

Bel voor een afspraak in mijn praktijk, of bij u aan huis: 0220-264230 of 06-48106615



Om de twee maanden contact met de redactie van Noviteit. Deze keer met het idee dat

er na de vakantie en niet te vergeten de kermis in Warmenhuizen wel weer genoeg inspiratie zou zijn om een bijdrage aan Noviteit te verlenen.

Inspiratie is er wel, maar deze heb ik niet op de kermis opgedaan. Het feesten laat ik aan de oudere kleinkinderen met hun vriendinnen en vele anderen over. Nog wel een korte vakantie in eigen land gedaan. Tiel in de Betuwe was onze verblijfplaats. Heerlijk weer en er werden al appels en peren geplukt. Lekker langs de Waal gefietst waar heel veel scheepvaart was.

In de vorige Noviteit geen Pietpraat, even een Time out genomen. Hebben jullie het gemist? Als dat niet zo is geen man over boord, nu een herkansing.

Overigens wel gewoon op pad gegaan om Noviteit in een aantal buitenwijken te bezorgen. Ik kreeg de stapel op zaterdagmorgen. Op die dag was toevallig de derde competitiewedstrijd van de pupillen bij Hera in Heerhugowaard. Een mooie gelegenheid om de route zo te plannen dat ik daar langs de atletiekbaan kwam en kleinzoon Espen en ook andere Nova-atleetjes aan het sporten te zien. Het was erg mooi weer en dus een heel gezellige boel daar.

Ik sprak nog even met Pip Tesselaar, vader van Seb lid van Hera maar bij ons trainingslid dus ook lezer van Noviteit. Hij sprak zijn waardering uit over het feit dat Nova nog steeds over een clubblad beschikt. Hera kent dit niet meer en alleen maar informatie via internet is ook niet alles volgens hem. Pip

zelf is een erg goede hardloper, oud lid van Nova en van hetzelfde "bouwjaar" als goede hardlopers Jos Hoogeboom, Michel Tesselaar en onze zoon David. Al deze mannen hebben inmiddels kinderen die het ook niet onverdienstelijk doen als we denken Seb, Tom, Ian en Espen.

Ik had deze keer een nieuw adres in Sint Pancras, even zoeken dus. Was het adres naast het atelier van beeldend kunstenaar Rob Houdijk. Zou voor velen een bekende moeten zijn. Hij is de maker van de bronzen kunstwerken van een fietser en schaatser alsmede van Siem en Agie van Duin in Warmenhuizen.

De vakantie zit er voor velen bijna al weer op, maar er zijn ook leden die nog geen tijd hadden en dus nog wat tegoed hebben. De onderhoudsploeg is inmiddels bouwploueg geworden en heeft veel tijd besteed aan de start van de bouw van het nieuwe krachthonk. Als we een aantal werkzaamheden zelf wilden oppakken moest dit juist in de vakantietijd gebeuren. Geen probleem voor deze mannen. We mochten gebruik maken van de werkplaats van bouwbedrijf Meijer als de "echte" bouwvakkers op pad waren. Onder leiding van de twee Pieten (Meijer en Stuyt) is dan ook al een mooie start gemaakt.

Sportief zijn we erg nieuwsgierig of het de mannenploeg zal lukken om te promoveren en organisatorisch worden er al de nodige voorbereidingen getroffen voor de Nova-Kompas wandeltocht en ook de Boerenkoolloop. Belangrijke zaken voor onze vereniging die alleen maar kunnen slagen met hulp van veel van onze leden.

Bij de volgende uitgave van Noviteit lezen we hier waarschijnlijk veel meer over.

Groeten,

Piet van der Welle

Fair de Marlequi

Pompoen- en sfeermarkt

15 en 16 september

Van 11.00 uur tot 17.00 uur

Kinderen gratis entree, volwassenen €2,00

Ruim 60 kramen in en rondom de kas – Open huis Restinns

Vele pompoenen en kalebassen– Live muziek –

Nikki Genee expositie- Druivenpluktuin

Inloopworkshops van Groei en Bloei Alkmaar



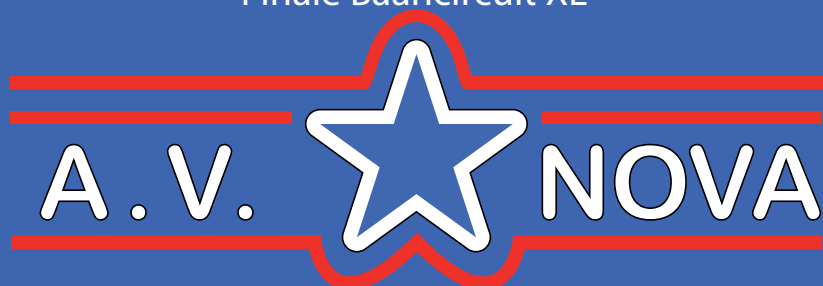
Trambaan 5a

Warmenhuizen

Tel 06-38916380

www.marlequi.nl





Vrijdagavond 21 september 2018

Dames	Tijd	Heren
400 meter	19:00	400 meter
Verspringen	19:00	Verspringen
Speerwerpen	19:00	Speerwerpen
3000 meter	19:30	3000 meter
100 meter	19:50	100 meter
Hoogspringen	19:50	Hoogspringen
Kogelstoten	20:15	Kogelstoten
1500 meter	20:20	1500 meter
4x200 meter estafette	20:50	4x200 meter estafette



Voorinschrijven Atletiek.nu

Aanmelden 3 kwartier voor aanvang onderdeel

C-D junioren doen mee als B- junior

Kosten per onderdeel:

- € 3,- Junioren

- € 3,50 Senioren/Masters

- Korting €0,50 bij voorinschrijving
5,- Estafette per team

- Korting € 1,- bij voorinschrijving

A.V. NOVA
Oostwal 33 1749 XK
Warmenhuizen
www.avnova

Jong Blauw News

Track review

Enkele edities geleden verscheen er een stukje over de incurante atletiekbaan van Avantri in Schoonhoven. Nieuwsgierigheid bewoog mij deel te nemen aan een meerkamp aldaar. Het stukje was echter een understatement. Het baantje is zo klein, en er zit zo weinig ruimte omheen, dat zowel supporters als deelnemers zich allen op het middenveld bevonden. Speren landden in het kunststof waar een middellange afstand gaande was, echter een gedisciplineerd veiligheidssysteem droeg er zorg voor dat er niemand gewond raakte.

Redactievergadering

Tijdens de redactievergadering van het Jong Blauw News schitterde hoofdredac. Matthijs de G. in afwezigheid. Bij toeval kwam de rest van de redactie ter oren dat Matthijs zich op het Slettestrand DK bevindt. Wij hopen dat de G. het netjes houdt en dat hij op tijd terug is voor de volgende redactievergadering!

Bezoek JB'ers aan EK Berlijn

In de tweede week van Augustus is een delegatie JB'ers afgereisd naar het EK in Berlijn. Teun & Bram B, Tom H, Hugo V, Jesse S en routeplanner Maaïke T gingen op een (vroeg) donderdagochtend onderweg naar Berlijn om daar top atletiek te gaan aanschouwen. Hoewel de autorit over de **bahn** veruit de meeste tijd in beslag nam was ook de **bahn** in het Olympiastadion zeer de moeite waard. Buiten het imposante stadion waren ook de prestaties zeer indrukwekkend. Binnen het team Blauwe supporters (en voor Oranje natuurlijk!) waren er duidelijke voorkeuren voor de onderdelen. Jesse S gleed van zijn stoel bij het zien een blanke 1500m loopster uit Engeland die schijnt te zonnen achter een *muir*, terwijl Tom H erg onder de indruk was van de Noorse familie Ingebrigtsen. Naast de buitenlandse atleten was er ook een hoop te juichen voor de Oranje kanjers & kanjerinnen. Een goede Anouk V, Dafne S, Jamile & Koen S en het 4x400m mannen team maakten er een super atletiek avondje van voor Nederland!

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

Clubkampioenschappen Senioren / Masters

Door een overvolle kalender zijn de clubkampioenschappen A/B/sen/Masters oktober in geschoven. De weersverwachting voor 7 oktober is zonnig met af en toe een koffiepauze. De dag zal worden afgeblust met een pilsje. Wij hopen op een grote opkomst van mensen die meerkamper Jesse S. willen onttronen.



Blauwe meesters

Waar de Jong Blauw stevast in week 34 een trainingskamp in het mooie Warmenhuizen belegt, pakken de (Bl)ouwe Meesters het anders aan. Wetende dat zij minder snel herstellen verschansten zij zich buiten de gemeente en tevens verre van het kermisgedruis, hopende van waarde te kunnen zijn voor eventuele promotie op 9 september.

Jong Blauw goes (maybe) international

De redactie van het Jong Blauw News heeft iets bijzonders gehoord in de wandelgangen. Onze eigen Tom H. is uitgenodigd om deel te nemen aan het voorbereidingstraject voor het EK Cross. Dit traject bestaat uit een trainingsweekend, verkenning van het parcours en de kwalificatie tijdens de Warandalooop op 15 november. Tom H. is één van de acht uitverkorenen. De concurrentie is een stuk ouder, maar wij hebben alle vertrouwen in hem! Zal onze voorspelling uit de decembereditie van 2017 dan toch uitkomen?

Incourante Atletiekbanen

Het woordje 'incourant' is altijd erg geliefd bij de leden van Jong Blauw en er wordt dan ook altijd smakelijk gelachen bij de zogenoemde 'incourante onderdelen'. Bij het zien van deze baan zullen alle autistische alarmbellen dan ook flink gaan rinkelen (en geloof me, dat zijn er heel wat). De atletiekbaan van Waddinxveen heeft namelijk om te beginnen maar drie rondbanen. Ja echt, maar drie. En dan is hij ook nog eens maar 298 meter lang. Geen 400. Niet eens 300. Maar 298!!! Dus dan zal deze vraag toch altijd blijven spoken bij onze Jong Blauw leden: Waarom?! En nu maar hopen dat ze hier nooit een wedstrijd moeten lopen...

Stiekum Trainen

De afgelopen weken was er al een aantal keer verwarring op de baan. Sprinters die gingen werpen en werpers die gingen sprinten. Was hun hoofd iets te hard in aanraking gekomen met het tartan? Nee. Want hoewel de competitiefinale natuurlijk prioriteit heeft staat er nog een wedstrijd op de agenda: de clubkampioenschappen. Voor sommigen misschien wel de belangrijkste strijd van het jaar, tegen je clubgenoten. Wie zal dit jaar de beste zijn? En dus pakken de sprinters toch maar even een speer, en proberen de werpers een startblok. Niet vreemd opkijken dus de komende weken...



Pluim van de maand

De pluim van de maand gaat deze maand naar de klusploeg, voor het harde werken aan het nieuwe krachthonk. Ze zorgen ervoor dat de atleten van Jong Blauw zich de komende jaren flink kunnen uitsloven. Vooral Maarten E. kan dan lekker zijn spieren flexen voor de spiegel.

Jong Blauw Liefde

Terwijl iedereen op nauwgezette tijden aan het trainen is (behalve alle mensen die stiekem aan het trainen zijn) is Martijn K. ook stiekem aan het trainen op net iets andere tijden dan de andere atleten van Jong Blauw. Op een dag kwamen we het terrein op en was Martijn K. daar aan het trainen met Mireille L. Nu willen wij niks suggereren maar het roept wel vraagtekens op.

To KDR or not KDR, that's the question

Enkele weken geleden kwam de eerste hands roddel mij ter ore dat de klimduinrun na afwezigheid van vorig jaar, ook dit jaar weer niet meer georganiseerd zal worden. De website is nog in de lucht tijdens dit schrijven en geeft aan dat het 30 september zal plaats vinden. Toen de verlichtingsloop eenmalig niet georganiseerd werd, werd het een jaar later mogelijk voortgezet... maar helaas ging toch permanent de stekker eruit. Leuke evenementen verdwijnen soms, jammer genoeg. Grasbaan spelen, verlichtingsloop, klimduinrun, bij afwezigheid van de hoofdredacteur van JB News is het heel makkelijk een editie te skippen. Maar wij kennen verdrietig genoeg de trend.

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: Promotie(/Degradatie) wedstrijd 3^e/2^e Divisie, 9 September 2018, Streker Atletiek Vereniging, Grootebroek

Onze heren gaan op voor de herkansing. Lukt het nu wel om bij de dames in de 2^e divisie te komen?

2: Finale XL Baancircuit wedstrijd, 21 September 2017, A.V. Nova, Warmenhuizen

De ontknoping van het XL Baancircuit van 2018

3: NK Estafette, 29 en 30 September 2018, AV Startbaan, Amstelveen

Hoeveel blauwe teams zullen er dit jaar aan de start verschijnen?

4: Clubkampioenschappen, 7 Oktober 2018, A.V. Nova, Warmenhuizen!

Wie gaat er huidig Clubkampioen Jesse S in een rechtstreeks gevecht verslaan?

5: TCS Amsterdam Marathon, 21 Oktober 2018, Amsterdam
JB'er Michiel de R gaat hier voor een supertijd, houdt hem in de gaten!

E-legs

In deze bespiegeling neem ik je graag lezenswaardig mee op een futuristische kijk op de eigen en de elektronisch toegevoegde mobiliteit van de mens.

De E-bike heeft een grote vlucht genomen, zoals we weten, ze verkopen als een malle. Voor velen is nu het bijna inspanningsloze fietsgenot dichterbij dan ooit met de aanschaf van de elektrische fiets en tegelijkertijd zie je dat het aantal ongevallen navenant toeneemt aangezien ten opzichte van een gewone fiets, de massa groter is, de snelheid hoger is en het reactievermogen niet naar rato toeneemt.

Naast de reguliere E-bike, heb je de speed pedelec, waarmee je ineens nog weer sneller de straten door vliegt met nog minder trapinspanning. Dat je de bocht of kruising daarmee, met al dan niet onvermoede medeverkeersdeelnemers hierdoor eerder bereikt, wordt in onderhavige gevallen over het hoofd gezien en pas op dat luttele moment, dat je los komt en de zwaartekracht je even je gang laat gaan, bedenk je achteraf dat je harder had moeten remmen. Zo heeft de E-bike soms twee kanten: aan de ene kant verhoogt het je actieradius en de snelheid en aan de andere kant lig je.

Gelukkig gaan de ontwikkelingen voor de elektronische benen eveneens razendsnel. Mensen met bijvoorbeeld een dwarslaesie, die de benen niet meer kunnen gebruiken, kunnen met een robotlooppak aan toch staan en lopen. De ervaring leert dat de eerste fase zeer gecompliceerd is. De technische vooruitgang is echter niet te stuiten. Het is een fantastische oplossing waardoor de patiënt nu uit de rolstoel



kan komen en niet meer naar boven hoeft te kijken, maar direct contact met anderen kan maken op ooghoogte. De schoenen worden met kabels als spieren voortbewogen.

Net als bij de zelfsturende auto, zijn de ontwikkelingen onomkeerbaar. Eerst lijkt het levensgevaarlijk, terwijl intussen zelfsturend rijden al veiliger zou kunnen zijn dan zoals het huidige verkeer nu gaat. Als dan daarmee nog eens het fileprobleem opgelost wordt en juist iedereen volop op een scherm mag turen dan is de keuze snel gemaakt. Met grote tv-schermen Netflix kijkend kan je op weg naar je werk met gordijnen voor de ramen. Binnen nu en tien jaar krijg je een vette prent, als je het lef heb nog zelf te gaan sturen.

Toch is alle vooruitgang niet altijd vooruitgang. Bij het wielrennen is de mechanische doping al een groot

probleem waar flink op gecontroleerd wordt. Dit is vroeg of laat hetzelfde bij de E-legs. Eerst worden de rollators massaal bij het grof vuil gekieperd zodra het looppak of E-legs in het basispakket belandt. Telkens wordt de techniek verfijnd en eleganter gemaakt zodat het verschil met of zonder E-legs vrijwel onzichtbaar is. Tegen die tijd worden de Kenianen ineens massaal voorbijgelopen, net zoals Armstrong van een gewone renner, na de epo-doping ineens als opgevoerde fietser zeven keer de tour won. Een ander gevaar van de elektrisering van de beweging in de samenleving is naast lege batterijen door grote stroomstoringen en kortsluiting, dat de mens lichamenlijk onvoldoende uitgedaagd wordt. Zeker in de Westerse wereld loopt het inspanningsniveau van velen achteruit. De achteruitgang van de eigen biologische ontwikkeling lijkt onstuitbaar. Zitten is niet voor niets het nieuwe roken. De niet hardlopende mens degenerereert lichamenlijk door de inzet van de elektronische voortbeweginshulpmiddelen, wanneer het eigenlijk totaal onnodig is.

Waar voor de ouder wordende mens het hulpmiddel een ideale oplossing kan zijn om de mobiliteit en de kwaliteit van leven te behouden, daar kan het vanwege gemakzucht leiden tot gebrek aan doorzettingsvermogen en vooral afname van spierkracht op jonge leeftijd. Het belang van bewegen voor de geestelijke gezondheid wordt veel onderschat. Terwijl de E-bike vooral

bedoeld is voor de ouderen, daar pakt de jeugd die ook voor de kleine kippeneindjes. Het excuus dat je juist meer gaat fietsen vanwege de E-bike vervalt al snel en de gewone fiets eindigt ver voor het bereiken van de volwassen leeftijd met lege banden in een stoffig hoekje van de schuur.

Zolang het reactievermogen van de ouderen het extra tempo van de E-bike aankan is het geen enkel probleem, voor de jongeren zonder beperking, afgezien van beperkt karakter, is het gewoon een inferieur product. Voor de schoolgaande jeugd is de E-bike het Bucklerbier onder de fietsen.



Ruud Doodeman

ZEEMAN 
RECLAMEGROEP

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



www.zrgbv.nl

**GLAZENWASSERIJ EN
SCHOONMAAKBEDRIJF**



Durg. Nolestraat 19
1740 ED Warmenhuizen
Tel. 0226-393509
Fax 0226-394379



- ✓ Persbrieven verzorgen
- ✓ Grafprentjes verzorgen
- ✓ Hulp bij de...
- ✓ De nabestellingen
- ✓ Adressen
- ✓ Grofs. en lichte...
- ✓ Beeld en geluid...
- ✓ Realisatie van...

Deventer 104 - 1718 AD Ommenhuizen

Tel. 0226 393509

E-mail: info@ariebleeker.nl Website: www.ariebleeker.nl

AAD RUITER

VORST
EERSTE KWALITEIT
VLEES EN EIGEN GEMAAKTE
VLEESWAREN

speciëliteit:
SCHOUDER- EN
ACHTERHAM

WARMEHUIZEN
OLDEWAL 6
TEL: 0226-391277
SCHOORI,
PAARDENMARKT
TEL: 072-5093223



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

Pedicure Annelies



*Een weldaad voor
uw voeten...*

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

Bezwaadres
Bredeweg 4 (achterzijde)
Warmenhuizen
Postbus 54
1740 ZH Warmenhuizen
T: (0226) 39 30 74
F: (0226) 39 49 19

W www.wdgnl
E info@wdgnl

Een goed advies betaalt zichzelf!



MEIJERBOUW
WARMENHUIZEN

Particulier

Bedrijven

Agrarisch

www.bouwbedrijfmeijer.nl

**Administratieve
Dienstverlening Dignum**

- Uw administratie
- Ons werk



L.J.M. Dignum
Zwartepad 46, 1749 BA Warmenhuizen
Tel. 0226 - 39402 / 06 - 53116951
E-mail: L.Dignum@quicknet.nl

nice id

INTERIEUR DESIGN

de Oude
1749 DH Warmenhuizen
0226 771 699
info@nice-id.nl

www.nice-id.nl

DE NIJS

Potatoes
Food

www.nijs.com

Maatwerk

Marketing

Mr. Arjan Zutt

Postbus 41
1749 CH Warmenhuizen
06 247 225 16
arjan@maatwerkmarketing.nl
www.maatwerkmarketing.nl

Alle rechten voorbehouden. Het gebruik van afbeeldingen of logo's is de voorkeur.



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



MEMBER van de Vereniging van
Elektriciens in de Techniek (VET)

www.blomelektrotechniek.nl

oosterbaan
orthopedische schoentechniek

De passende oplossing voor uw voeten

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

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

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

voor de juiste schoenkeuzen en eventuele inlays. In ons moderne looanlysecentrum kunnen wij u voorzien van het beste advies.

Ook voor grotere voetproblemen bieden wij de uitkomst. Zoals aangepaste contacteschoeisel of op maat gemaakte schoenen.

Wij bieden de passende oplossing voor uw voeten.

Bel voor een afspraak: T 077 511 44 65 - Kiltmeistraat 1, 1812 El 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!

A.V.



NOVA WANDELTOCHT

BOERENLAND

KOMPAS
Outdoor World

Zondag 30 september 2018

Wandelnieuws

NOVA Georgië wandel-cultuur-reis 20 september – 1 oktober



De aanleiding was het 20-jarig jubileum van de wandelafdeling van Nova. Vorig jaar heeft de eerste groep al kunnen genieten van deze reis, op 20 september vertrekt de volgende groep.

De voorpret is al enige tijd aan de gang. Vooral dankzij Petra. Zij heeft een geweldig mooie reis uitgestippeld, houdt ons goed op de hoogte van hetgeen we kunnen verwachten en heeft een heel inspirerende reisbeschrijving gemaakt!

Vrijdag 7 september komt de groep bij elkaar op de puntjes op de i te zetten.

Kortom: we hebben er allemaal heel veel zin in!

Trainers Sportief Wandelen en Nordic Walking

Peter en Marian, coördinatoren wandeltrainingen.

Door ziek en zeer waren Marian en Jan een aantal maanden uit de running. Gelukkig konden we toen een beroep doen op Leo Suiker.

Het nieuwe wandelseizoen is Marian gelukkig weer beschikbaar en Jan vanaf medio septem-

ber. En ook kunnen we nog op Leo rekenen als we omhoog zitten.

De nieuwe trainerslijst komt een dezer dagen beschikbaar.

Dank!

Begin mei kreeg ik problemen met mijn hart en ik ben daarvoor behandeld met het plaatsen van een stent in zowel Alkmaar als in het LUMC in Leiden. Na diverse onderzoeken en tests is het nu zover dat de medici mij het groene licht hebben gegeven om te revalideren. Na 3 maanden inactiviteit ben ik conditioneel flink op achter geraakt, maar ik ben weer vol goede moed. Tijdens mijn verblijf in het ziekenhuis als ook thuis ben ik ver eerd met de nodige aandacht en belangstelling. Ik wil jullie allen heel hartelijk bedanken voor deze support, die me ontzettend goed heeft gedaan.

Hartelijke groet van Jan Karsten

Boerenland Wandeltocht

Steun Nova en wandel mee! Je komt op plekken waar je normaal gesproken niet kunt wandelen, je kunt de toren bij Nuwendoorn beklimmen en op de routes vanaf 15 km kom je ook bij Molen F waar de molenaar uitleg geeft over het wel en wee van de Zijper molens.

Alle deelnemers worden in de gelegenheid gesteld gratis het museum Eenigenburg te bezoeken waar een tentoonstelling is van Wil de Bie en Albert van Dalsum.

Kortom:

Het is weer een avontuurlijke tocht met een vleugje cultuur!

Alle informatie staat in de bijlage bij deze Noviteit en op www.avnova.nl

De organisatie:

Willem de Maare, Jaap Nieuwland, Peter en Marian Robert, John Vader en Piet van der Welle

Een wandeling met Willem

Door Karin Dekker

Maandag 23 juli heb ik als Nordic Walker meegedaan aan een 'lange' afstand wandeling van Schoorl naar Bergen onder leiding van Willem de Marée. Het was mijn eerste vakantiedag en die wilde ik starten met een sportieve wandeling. We waren met een select gezelschap van 15 personen. Ik zag er wel een beetje tegen op, zo lang op pad zonder stokken ter ondersteuning, zou ik het wel volhouden? Willem had een prachtig parcours uitgezet en zei bij aanvang 'Jullie zullen ervan opkijken: ik heb allemaal mooie nieuwe paadjes uitgezocht'. En dat was ook zo. We gingen vanaf het Bezoekerscentrum meteen al een vreemd pad op en dwars door het dorp, oversteken bij de Apotheek en achter de tuintjes langs de camping de polder in naar Bergen. Nog ergens parallel langs het water gelopen, omdat het anders te krap werd op het paadje en dapper doorstappen in het mooie weer. In Bergen gingen we koffie met bosbessentaart [een speciale wens van Truus Rood] eten op het terras van Duinvermaak en toen weer via de duinen terug naar Schoorl. Wat een prachtige wandeling was het, ontzettend van genoten!

De 4daagse van Nijmegen

Door Rene Peters

Dit jaar voor de 5e keer naar de 4 daagse van Nijmegen. In Februari ingeschreven en de camping ook geboekt, De Dennen op de sportvelden van Quick 1888 aan de Dennenstraat. Vandaar de Vierdaagse Camping De Dennen, je moet er maar opkomen.

Bij de Dennen heb je altijd een goede plaats dus we konden Zondag om 10 uur gaan rijden met de auto en onze slaappleats achter ons aan. Na een vaste koffiestop in Amersfoort op naar Nijmegen. Bij de ingang van de camping werden we begroet door het team van Fons van der Poel van 'Het gevoel van de vierdaagse', met de opmerking een Pipowagen! Mijn antwoord ; Ja Pipo, Cor Witschge was mijn buurman, dus dan kan het niet anders. Het terrein op en de Pipowagen, onze omgebouwde schaffkeet van Stam & Co plaatsen met het camerateam achter ons aan. Het plaatsen is een probleem, er staat al een tent en ik kan de schaffkeet niet plaatsen en loskoppelen. Ik moet de schaffkeet loskoppelen en op zijn plaats dan komt zo'n camara ploeg van pas, met gezamenlijk kracht staan we goed

voor de rest van de week.





Het plaatsen gaat vrij geroutineerd dus weinig ruimte voor de lachers, dan maar een gesprek over Pipo de clown, de buurman en de band met de pipowagen. Dinsdag konden we de resultaten van de opnames om 18.30 liggend in de Pipowagen op onze tv bekijken, maar ja het was nu zondag en te laat om de stempelkaart op te halen.

De rest van de dag werd wat gesproken met de burens en ervaringen over het lopen van een vierdaagse uitgewisseld. Naast mij stond een ervaren 4 daagse wandelaar met weinig km in de benen voor de 50 km en aan de overkant iemand die voor het eerst liep met voldoende km in de benen voor de 40 km. Desondanks wat aanwijzingen gegeven en op tijd te bed in de schaftkeet. Ik houd mij aan de uitspraak van Joop Zoetemelk de Tour de France heb ik in bed gewonnen, door uit te rusten.

Op de fiets 15 minuten berg op onder het station naar de wedren voor de stempelkaart en een zak met reclame, na wat met wat bekende Noord Hollanders te hebben gesproken, je bent immers 2 uur rijden van huis en een rondje door de overvolle binnenstad te hebben

gelopen nu heuvel af naar de camping en onderweg een volkorenbrood, beleg en een 1 pansgerecht voor het avondeten gekocht. Voor het eten mijn voeten preventief laten tapen door het team van de british/dutch walking association. Op de camping zitten naast Nederlanders vele Engelsen, waaronder 100 Bobys en wat Taiwanezen. Eten koken op het eenpits kooktoestel, dat niet geheel wandvrij is maar er is weinig wind. Na het eten niet te laat te bed want morgen begint de routine 2.45 op 3.20 op de fiets naar de wedren om om 4.00 uur te starten voor de 50 km van de dag.

Vervolg komt in de volgende Noviteit !



Restauratie

De Ooievaar

Dorpsstraat 186 / 188
1749 AK Warmenhuizen
Tel: 0226 391289
www.restaurantdenooievaar.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 172
1749 AK Warmenhuizen, T. 0226 399 029
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	
Dondag:	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 - 12:00 uur		



R. Duvivier INSTALLATIETECHNIEK

Gas * Water * Sanitair * Elektra * Databekabeling

Schelphoek Noord 11
1749 BC Warmenhuizen

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

AGRICULTURAL
MACHINERY



IRIDIUM
SERVICE

G. SEVENHUIJSEN V.O.F.

Postbus 22
1749 ZG Warmenhuizen
Tel: 0226 329224
Fax: 0226 32 6106

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

Energiek
Intelligente Gebouwstechniek

Domotica installaties
woonhuizen en
bedrijfspanden.



► Comfortabel

► Energiebesluit

► Veilig

www.energiek-domotica.nl

T 06 52 61 43 56



Novakamp 14&15 juli

Een week voor de grote vakantie werden de clubkampioenschappen meerkamp georganiseerd door de baancommissie. Dit jaar alleen een meerkamp (sprint, spring en werp nummer) en geen lange afstand. De Ronde van Tuitjenhorn was nl. ook op deze dag gepland. Nadat de ere prijzen uitgedeeld waren aan de verschillende junioren en pupillengroepen, mochten de tenten opgezet worden en kon het kamp beginnen.

Als eerste spel was het groepsformatie spel. Iedereen kreeg een envelop en moest met de informatie over de bekende sporter zijn/haar groep zoeken.

De uiteindelijke teams:

Team 1 Onder leiding van Tijs en Sara: Mattis Reijmerink, Lieve Keppel, Jord Stuyt, Luuk Mulder en Lies Stoop.

Team 2 Onder leiding van Mireille: Kees Kruijer, Sam Pronk, Sara Tesselaar, Per Mellema en Femm Bruin.

Team 3 Onder leiding van Myrthe: Sijmen Ploeg, Ruby Noordstrand, Espen van der Welle, Viggo Wolthuis, Tijs Plak en Noortje de Vries.

Team 4 Onder leiding van Lisa: Femke Wabeke, Sam Oud, Esmay van Wonderen, Wout Boekel, Evi Muijs en Fenna Tesselaar.

Team 5 Onder leiding van Steven: Sil van den Berg, Noor Strooper, Bor Kuijs, Isabel Ofman, Lisa Slijkerman en Steve Ligthart.

Team 6 Onder leiding van Jesse: Douwe Ploeg, Anna Vast, Wobbe Bleeker, Per Noordstrand, Romy van Wonderen en Nikki Boekel.

Team 7 Onder leiding van Jolijn: Joost Emmaneel, Meike de Moel, Floortje Bilars, Justin Maijer, Senn Thomas en Stef Nijs.

Team 8 Onder leiding van Mick en Anna: Ian Tesselaar, Matteo Garrone, Aiden Voskuilen, Suus Kruijer, Ewout Stam en Mika Tillema.

Team 9 Onder leiding van Jesper: Mart Pronk, Josh Garroné, Tim Stroet, Lieke de Nijs, Hajo de Vries en Tamara Zutt.

Team 10 Onder leiding van Daan: Lisette Doodeman, Suze-Anne Molenaar, Arco Vlaar, Pracht van der VEEK, Sven Masteling en Floor Spaansen.

Team 11 Onder leiding van Wiebe: Jay Thomas, Fenne de Geus, Jill Bruin, David Pronk en Rens Nannes.

Al vroeg werd er iets gegeten en gedronken. Het hele kamp deed mee met de Ronde van Tuitjenhorn. Dat hebben ze geweten, het zag er blauw van. Ook hier werden verschillende ere prijzen gehaald en ook een aantal Novaleden mochten door hun lotnummer een prijs uitzoeken.

Rond kwart over zeven waren we terug op het Novaterrein. Mooi op tijd, want de pannenkoeken werden door de pannenkoekbakkers gebracht.

Na het eten werd het dierengeluidenspel gespeeld. Op het Novaterrein waren tien dieren verstopt. De kinderen moesten in twee of drietallen zo snel mogelijk de dieren in de juiste volgorde vinden. Het elfde dier was de pestvogel. Als deze vogel je tikte, moest je bij het laatst gevonden dier een nieuwe handtekening halen. Ook zat er papegaai tussen. Deze vogel deed vaak een ander dier na, waardoor verschillende groepjes het toch niet zo goed meer wisten. Stef en Mika lieten zich niet van de wijs brengen en hadden de tien verschillende dieren als eerste gevonden.

Tijd voor chips en drinken. Na het roofspel, wat gespeeld werd als groepsspel, maakten de mini, C en B pupillen zich klaar om de tent in te gaan.



pupillen A en de junioren een quiz.



Ondertussen was er in de kantine voor de

Rond 11 uur was het eindelijk donker genoeg voor het nachtspel. Wie kon, zonder gezien te worden door de bewakers, het licht doven?

Na dit spel was het bedtijd. Nou ja, in ieder geval tijd om naar de tenten te gaan. Ze zijn niet voor niets opgezet.

Waarschijnlijk sliepen de oudere jeugdleden net, toen de eerste pupillen alweer wakker werden. Rond half zes werd in de Novakantine een film opgezet voor deze vroeg spoken.



Om acht uur werd er ontbeten.

Daarna was het tijd voor een renspeel met quiz vragen. De kinderen moesten de juiste antwoorden zoeken die op de hoedjes en blokjes geplakt stonden.

Het creatieve onderdeel bestond dit jaar uit het versieren van een wit shirt. Dit waren vrij grote shirts dus er mocht ook in geknipt worden. Bandana's, singletjes en andere creatieve creaties werden er van gemaakt, wat later een grote wit lint veroorzaakte in het bos.

Om tien uur kwamen de taxi's om de groepen naar het Groeterkerkje te brengen. Bepakt met meerdere flesjes water en met een groot aantal spullen voor spelletjes trokken we het bos in. Door een kruip en sluip route kwamen we een voor een aan bij een grote zandvlakte. Daar zetten de groepen tien spelletjes uit en deze werden in een bepaalde volgorde gespeeld. De spelletjes: touwtrekken, spinnenweb, bergestafette, boomtikkertje, drie op een rij, omgekeerd verstoppertje, dennenappels darten, blinde man, stand in de mand en de touwbrug.

Tussen de rondes door gingen we



Rond 11 uur was het eindelijk donker genoeg voor het nachtspel. Wie kon, zonder gezien te worden door de bewakers, het licht doven?

Na dit spel was het bedtijd. Nou ja, in ieder geval tijd om naar de tenten te gaan. Ze zijn niet voor niets opgezet.

Waarschijnlijk sliepen de oudere jeugdleden net, toen de eerste pupillen alweer wakker werden. Rond half zes werd in de Novakantine een film opgezet voor deze vroeg spoken.

Om acht uur werd er ontbeten.

Daarna was het tijd voor een renspeel met quiz vragen. De kinderen moesten de juiste antwoorden zoeken die op de hoedjes en blokjes geplakt stonden.

Het creatieve onderdeel bestond dit jaar uit het versieren van een wit shirt. Dit waren vrij grote shirts dus er mocht ook in geknipt worden. Bandana's, singletjes en andere creatieve creaties werden er van gemaakt, wat later een grote wit lint veroorzaakte in het bos.

Om tien uur kwamen de taxi's om de groepen naar het Groeterkerkje te brengen. Bepakt met meerdere flesjes water en met een groot aantal spullen voor spelletjes trokken we het bos in. Door een kruip en sluip route kwamen we een voor een aan bij een grote zandvlakte. Daar zetten de groepen tien spelletjes uit en deze werden in een bepaalde volgorde gespeeld. De spelletjes: touwtrekken, spinnenweb, bergestafette, boomtikkertje, drie op een rij, omgekeerd verstoppertje, dennenappels darten, blinde man, stand in de mand en de touwbrug.

Tussen de rondes door gingen we lunchen.

Om twee uur was de groep terug bij het Groeterkerkje waar de taxi's alweer klaar stonden om ons terug te brengen naar de Nova accommodatie. Onder andere door het warme weer hadden de witte shirts en de kinderen een grijze gloed. En zo hoort het ook na een kamp.

Na wat gegeten en gedronken te hebben, was het tijd om het kamp van 2018 af te sluiten.

Alle groepsbegeleiders, pannenkoekbakkers, taxichauffeurs, algemene leiding en natuurlijk

ook de kinderen, heel erg bedankt voor het gave Novakamp!!





Evenementenkalender / foto

Na een eindeloze zomer staat het volgende seizoen garant voor uitdagende evenementen in onze regio. Om deelname en samen reizen te stimuleren volgt hier een onvolprezen selectie, waarbij eigen ervaringen en een gevarieerd aanbod voor alle leden centraal staat. Atletiek, wedwedstrijden, wandelen, bootcamp en trailrun komen aanbod. Al ligt voor de liefhebber van het zwaardere werk vooral de crossen in het verschieft. Een loopevenement wat telkens goed scoort bij de meest favoriete hardloopwedstrijden van Nederland is de Halve van Texel op 30 september. Als je dit nog net even te veel van het goede vind, dan is er op de dag zelf een prima alternatief. Voor degene die eens zonder al te veel inspanning op pad willen is de Nova Boerenlandwandeloctocht een echte aanrader. Het is dichtbij en komt toch langs verrassende paden en gezelligheid is verzekerd.

September

08-09 Kermisloop Zijdewind, jeugdlopen en 4 en 8 km, www.tav80.nl
09-09 Bootcamp Obstacle Run, Noord Scharwoude, 6, 12 of 18 km <https://obstakels.com>

21-09 Nova Baancircuit XL, Junioren A+B, Senioren en Masters. Diverse onderdelen.
22-09 Damloop by night, Amsterdam – Zaandam www.damloop.nl/damloop-by-night
22-09 X-run Callantsoog, 10 km hardlopen en meer. www.x-callantsoog.nl/xrun.php
23-09 Damloop en Dam tot Dam wandelen. www.damtotdamwandeloctocht.nl

29-09 t/m 30-09 NK estafette te Amstelveen, baan, www.avstartbaan.nl
29-09 IJmuiden Kust Trail, 13 km (start to trail) 21 km of 39 km, www.mudsweattrails.nl
30-09 Klimduinrun, Klimduin Schoorl, <http://avtrias.nl/wedstrijden/>
30-09 Halve van Texel, 6, 10 of 21,1 km www.texelhalvemarathon.nl/
30-09 Nova Boerenland Wandeloctocht, 10, 15, 20 of 25 km, www.avnova.nl

Oktober

07-10 Rondje Bergen, diverse afstanden. www.rondjebergen.nl
07-10 Clubkampioenschappen Senioren en Masters, AV Nova, www.avnova.nl
07-10 Agriport A7 1/2 marathon, Wieringerwerf, www.avwieringermeer.nl
07-10 Najaarsloop Hera, Heerhugowaard, 5 en 10 km, aanvang 10.30 uur.

28-10 Duinentrail Schoorl, De Blinkerd Schoorl, 10, 17 of 35 km. www.mudsweattrails.nl
28-10 Hollandia Park Cross 2017, Sportpark Blauwe Berg Hoorn, diverse afstanden (www.crosscircuit.nl)

November en later

04-11 Vezet Boerenkoolloop. Afstanden: 1,5 trimloop jeugd, 5 km trimloop en 10 km wedstrijd en trimloop. www.boerenkoolloop.nl

11-11 Schoorl Grandcafé Gnap, Schoorl, 4 of 10,5 km, www.sportclubchronos.nl
11-11 Dijkgatboscross, Dijkgatbos Wieringerwerf, diverse afstanden (www.crosscircuit.nl)

18-11 SAV-cross, Grootebroek, diverse afstanden (www.crosscircuit.nl)

02-12 Duincross, Den Helder, diverse afstanden (www.crosscircuit.nl)

09-12 St Georgecross Spierdijk, diverse afstanden (www.crosscircuit.nl)
09-12 Snertloop, 't Veld start 10.30 bij Sportpark De Kogge, 11 en 16 km, www.tav80.nl
09-12 Bosloop Schoorl Grandcafé Gnap, Schoorl, 4 of 10,5 km, www.sportclubchronos.nl

24-12 Nova Bosloop, 11 km ook wandeloctocht. Start: Klimduin Schoorl, www.avnova.nl/
26-12 Kerstloop Bergen, Zwarteweg 4, afstanden 6, 10 of 15 km www.sportclubchronos.nl

SPORTMASSAGE 
KAREL LIGTHART

REKERKOOGWEG 10
 1749 GJ 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



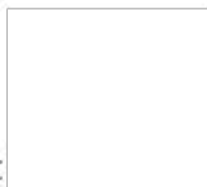
Voor de man
 die niet van
 afspraakjes
 houdt...

Herenkapper Han

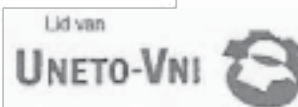
Dorpsstraat 161
 1749 AC Warmenhuizen
 0226 - 767049

Installatiebedrijf Idema en Zoon

Centrale Verwarming
 Sanitair - Gas - Water
 Riool - Dakwerk - Zinkwerk



Oostwal 157, 1749 XM Warmenhuizen
 Tel: 0226-391372, Fax : 0226-394923




**SAM SAM
 KAPSALON**

Dorpsstraat 194
 Warmenhuizen
 Tel: 0226-394847

jac nota Slaapcomfort



Cornelis de Vriesweg 50
 1746 GM Dirkshorn
 Tel. 0224 501523
www.jacnota.nl



- Dealer van:
- LEDORM
 - AUPING
 - SWISSFLIX
 - TEMPUR - SVANE
 - VANDYCK - GANT
 - ESSENZA
 - BEDDING HOUSE



JOH. VAN DUIN B.V.

BOUWBEDRIJF B.V.

Dorpsstraat 27
 1749 VA WARMENHUIZEN
 LL. 0226 391619

www.johvanduin.nl

NIEUWBOUW VERBOUW ONDERHOUD

