

Novabestuur:	Functie:	Adres:	Telefoon:
Jos de Groot	Voorzitter	Kanaalweg 26	WH 0226-39 2405
Piet van de Welle	Secretaris	Sportlaan 20	WH 0226-39 2339
Yvonne Boerdijk	Penningmeester	Oudewal 60	WH 0226-39 4735
Joop Nota		Dorpsstraat 71	TH 0226-39 1602
Theo de Nijs		De Baan 33	WH 0226-39 1964
Piet Meijer		Oudevaart 40b	WH 0226-39 1424
Piet Stuyt		De Kloet 3	TH 0226-39 3177
Nelina Bruin		Wieder 25	WH 0226-39 2209
Louis Suiker		Burg. Noletstraat 4	WH 0226-39 2577
Theo Tesselaar		Rijperweg 25	SM 0226-39 3492
Telefoon Novakantine		Oostwal	WH 0226-39 1082

Belangrijke informatie:

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van 1 jaar en loopt vanaf moment van inschrijving. Daarna van jan t/m dec,
Betaling van de contributie bij aanvang van het jaar, een rekening wordt u toegezonden

Opzegging van het lidmaatschap schriftelijk 3 maanden van te voren bij Piet van der Welle, Sportlaan 20 1749 Warmenhuizen. Bij voorkeur schriftelijk

Contributie:		
Pupillen:		€ 45,00 per jaar
Junioren		€ 55,00 per jaar
Senioren		€ 70,00 per jaar
Steundend lid incl. Novakrant		€ 15,00 per jaar
Donateur		€ 5,00 per jaar
Sportief wandelen		€ 70,00 per jaar

Jeugdbestuur

Theo Tesselaar	Rijperweg 25	SM 0226-39 3492
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	WH 0226-39 4735
Irene Glas	Schelphk. Nrd 40	WH 0226-39 5169
Carol Bouter	Trambaan 3	WH 0226-39 4303
Mirjam v.d. Welle	Verzetslaan 43	WH 0226-39 3991
Lidia v.d. Berg	Oudevaart 42	WH 0226-39 4748

Redactie van het Nova clubblad: Email adres: Novakrant@hotmail.com

Nel Meijer	Oudevaart 40b	WH	0226-39 1424
Margret de Boer	Dergmeerweg	TH	0226-39 3709
Maaïke Groot	Surmerhuizerwg 8a	Eenigeburg	0226-39 0554
Kirsti Ootjers	Slochterwaard10	Alkmaar	072-540 3250
Lia Raat	Westfriesedijk 4t	Schoorldam	072-509 5508

**Dinsdag:**

19.00-20.00
19.30 tot 21.00

Op de Nova baan

Jongens en meisjes 11 jaar e.o.
Senioren

o.l.v. Jos de Groot
o.l.v. Piet v.d. Welle

Donderdag:

16.00 tot 17.00
18.00 tot 19.00

vanaf 1 november i.d. Harenkarspelhal

Jongens en meisjes 6 t/m 7 jaar
Jongens en meisjes 8 t/m 9 jaar

o.l.v. Henry Hofmann, Marian Leijen
Tonja Burger, Renee de Nijs

Op de Novabaan

19.00 tot 20.00
19.30 tot 21.00

loopgroep junioren
loopgroep senioren

o.l.v. Louis v.d. Berg
o.l.v. Peter Robert

Vrijdag

17.00 tot 18.00
18.00 tot 19.00
19.00 tot 20.00

vanaf 1 november i.d. Harenkarspelhal

Jongens 10 jaar
Meisjes 9 t/m 10 jaar
Jongens en meisjes 11 jaar e.o.

o.l.v. Maaïke Tesselaar, Bart
Schalkwijk en Lia Leegwater

Sportief wandelen:

Vertrek bij het Zandspoor

Maandagmorgen

9.00 uur

Peter Robert

Zaterdagmiddag

wintertijd

15.00 uur

Peter Robert

zomertijd

15.30 uur

Miriam Ligthart

Redactioneel Mei 2005

Hallo allemaal,

Het is weer tijd voor een redactioneel schrijven. Op het moment dat ik daar aan dacht was het koninginnedag en prachtig weer. Ik vermoed dat Beatrix er, net als wij, wel van genoten heeft.

Dit jaar is voor haar, net als voor Nova, het zilveren jubileum jaar, wat door ons inmiddels is gevierd. Het was een gezellige avond met diverse activiteiten waar iedereen met plezier op terug kan kijken.

Zoals altijd waren ook hier wat schoonheidsfoutjes te bespeuren, zo is bijvoorbeeld Paul Dekker niet bedankt voor het ontwerp van de omslag voor de jubileumkrant, bij deze!!!! Peter Robert had een terugblik geschreven speciaal voor die krant. Om een of andere duistere reden is dit niet in die krant terechtgekomen, in dit nummer maken we dat goed.

Tonja Burger had achteraf nog een terugblik over de jeugd met St. Nicolaas, uiteraard was dit welkom voor deze krant. Pien Stolk heeft een leuke puzzel gemaakt, en een aantal andere kinderen hebben een mooie tekening gemaakt.

Niet iedereen zal de jubileumkrant gelezen hebben. Hierin stond een leuke visie van Dick Smit, dit mag in deze krant in de herhaling.

Wat kunnen we nog meer lezen in deze krant.

Peter en Marian berichten o.a. over wat uitslagen van de eindstand wintercompetitie 2004-2005. Een coopertest op 12 mei a.s. Over een zomerperiode baantraining hardlopen (experiment).

Sportief wandelen-Nordic walking afsluiting zaterdag 16 juli.

Miriam bericht over nog wat datums voor de pupillen competitie 2005.

Myriam Dekker bericht over het jeugdweekend 9 en 10 juli (heel veel plezier allemaal). David heeft nog wat uitslagen van de clubcross kampioenschappen.

Theo Tesselaar heeft het Rijpernieuws neergeschreven.

Piet Stuyt doet verslag over Groet uit Schoorl Run en heeft ook nog wat datums neergeschreven voor de clubkampioenschappen 2005.

Marian Robert schrijft nog een leuk verslag over de afgelopen zondag (1 mei), ze waren op pad met de wandelaars van Bergen naar Egmond. (uitgezet door Louis en Loes)

Ook de vierdaagse is goed verlopen, prachtig weer op een dag na. We kunnen weer terug kijken op een gezellige week.

Aanstaande 20 mei t/m 22 mei is het Nova trainingsweekend, iedereen heel veel plezier en we lezen graag in de volgende krant hoe jullie het gehad hebben.

Ook niet te vergeten, de sportweek is van zondag 29 mei t/m zaterdag 4 juni.

Iedereen ontzettend bedankt voor de moeite die jullie genomen hebben om de krant weer te vullen.

De volgende ingezonden stukken kunnen jullie insturen uiterlijk op **27 juni**. De krant wordt op **6 juli** in elkaar gezet.

Groetjes van de redactie en veel sportiviteit toegewenst.

Trainers Nova	tel nr.		
Marian Leijen	39 4493	Louis v.d. Berg	39 2501
Rene de Nijs	39 3661	Lia Leegwater	39 3537
Tonja Burger	39 1291	Peter Robert	39 3338
Bart Schalkwijk	39 3221	Miriam Ligthart	39 5527
Henry Hofmann	39 4974	Maaïke Tesselaar	0224-299 884

Veel te laat, mei 2005

Van de voorzitter,

Veel te laat lever ik deze kopie in, met excuses aan de redactie van de NOVA krant. Vakantie en een reisje naar Denemarken en Duitsland voor de baas deden mij dit vergeten. Het is een slecht excuus, ik weet het, zo'n reisje moet goed voorbereid worden, anders rij je 800 km voor jodokus. Die 800 km is dan ook het enige wat tegen gaan naar Denemarken is, want het is een bijzonder prettig land. Met leuke mensen en je kunt je er in het engels goed verstaanbaar maken. Op zondag reed ik er naar toe, gelukkig geen enkele last van file's, dus 7.5 uur later was ik in Brande. Voor de liefhebber, dit ligt dicht bij Billeslund, waar Legoland is. Persoonlijk ga ik daar altijd aan voorbij, geen tijd voor die soort uitstapjes. Vlak buiten Brande zit mijn eerste klant. Ook een goede klant van de plaatselijke zaadboer Bejo, want hij teelt veel uien. Na een bezoek aan zijn velden, nog een gesprek, alweer over 2006 gelukkig. Daarna naar het hoogste punt van Denemarken. Ejer Bavnehoj. Nou ga ik nooit de hoj op, want ik moet onder aan de hoj zijn. Daar zit wat de Vezet van Denemarken begint te worden, iemand groente verpakt. Hij zit met twee telefoons aan zijn hoofd, dus was het gesprek met zijn medewerker. Alle twee zijn het buitengewoon sympathieke snuiters. Bunders sla telen en verwerken ze en dat zal in de toekomst alleen maar meer worden denk ik. Hierna heb ik nog een biologische teler bezocht. Mogens zit boven op een heuvel en heeft een verpakkingstation voor peen, waar hij ook sla teelt. Het meeste stond nog onder doek. Dus viel er niet veel te zien. Hij had complimenten over het ontvangen materiaal. Nog even van het uitzicht genietend op weg naar Odense, waar ik een afspraak had met een collega van een Deens zaadhuis. Hierna het Hans Cristiaan Andersen hotel, waar mijn Nederlandse collega ook logeerde. Het HCA hotel is nog wel te betalen als je boekt over het Internet. Samen zijn we wezen eten in de Gammle Kro. Dit is een hotel uit 1639, geheel in stijl gerenoveerd. Het eten is daar een feest, niet alleen vanwege de kwaliteit, maar ook vanwege de entourage. Als je eens in Odense bent een aanrader van jewelste, wel genoeg in je portemonnee doen, in Denmark is alles duurder dan in Nederland. Langs de grootste slateler van Fyn, weer een gesprek met iemand van een ander zaadhuis naar Barritskov. Een biologisch bedrijf, waar men biologische groentepakketten maakt voor de Deense markt. Sinds dit jaar kopen die planten van ons. Zij ontwikkelen zich tot de grootste biologische afzetorganisatie van Denemarken. Een gesprek gehad. Het bedrijf bekeken. Biologisch gegeten in hun eigen keuken, daarna een bezoek gebracht aan hun productiebedrijf in Gram. Leuk plaatsje met een mooi kasteel. Beste grond. Toen wij 6 jaar terug begonnen in Denemarken had ik mijn twijfels over dit bedrijf, maar het ziet er nu goed uit en ze ontwikkelen zich. De chef daar was zeer tevreden over de planten. Vorig jaar hadden ze die nog van de Deense plantenkweker, waar ze minder tevreden over waren. Daarna op weg naar Asendorf. Dit ligt vlak onder Hamburg. Leuk hotel in de bossen, waar ik weinig van gezien heb, want om 21.00 uur snurkte ik als een oud. Na het doelpunt van Liverpool viel ik in diepe slaap. De volgende ochtend langs Rudy Behr, dit is de grootste groenteteler van Duitsland, misschien wel van Europa. Hier heb ik samen met zijn medewerker het automatisch planten van koolrabi bekeken. Dit is een ontwikkeling die zeker zal doorgaan.

Avondvierdaagse

Dit alles na de week van de avondvierdaagse, waar we met 662 deelnemers en tamelijk goed weer, tevreden over waren. Vele vrijwilligers deden dit weer tot een succes worden. Helaas deden we het dit jaar zonder Agaath, die na de operatie begrijpelijk rust moest houden.

Haar vervangers hebben zich goed van hun taak gekweten. Agaath wensen we natuurlijk alle beterschap.

Leuk was het, om vele jongens en meisjes van Warmenhuizen en Tuitjenhorn langs te zien komen.

Aan sommigen kan je direct zien tot welke familie ze horen.

Accommodatie

De nieuwe accommodatie, daarover is radiostilte. We zijn in gesprek met B en W. De gesprekken lopen positiever dan ooit. Maar om aankooptechnische redenen is er niks te melden. Maandag 9 mei is het vervolg. Daarna volgen er nog wel een stuk of wat. Als alles doorgaat dan lassen we een extra ledenvergadering in, maar dat wordt wel najaar.

25 jaar

De festiviteiten gaan door met een tentenweekend voor de jeugd. Voor de oudere jeugd heeft het comité ook wat bijzonders in gedachten. Begin december sluiten we af met een gezellig samenzijn in de kantine. Hierover later meer.

Baanseizoen

Het baanseizoen is weer begonnen. Waarschijnlijk zullen we samen met TAS weer een paar vrijdagavondwedstrijden organiseren, maar het staat een ieder vrij om zelf bij andere verenigingen mee te doen aan instuifwedstrijden. Gemakkelijk op internet te vinden.

Vandaag bijvoorbeeld in Heiloo waar leden van NOVA scheidsrechter zijn.

Het nieuwe wedstrijdreglement gedownload en er op af.

Vakantie

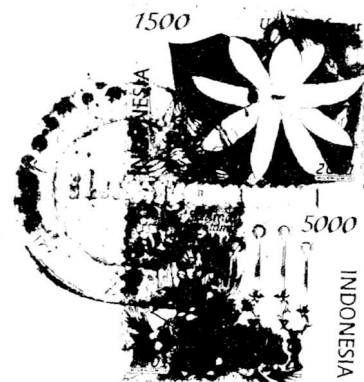
Wij waren een dag of 12 naar Tenerife. Als jullie op vakantie gaan wens ik jullie even veel plezier als wij. Het was weer genieten onder de Magic Mountain.

Jos

25 jaar NOVA! De
tijd vliegt! Zelf kan
ik niet komen vandaar
deze kaart om jullie alle-
maal een mooie dag
te wensen.

Groeten van,

Karsten van der Oord



Atletiek Vereniging 'Nova'
Weg ?
Warmenhuizen
Holland / Belanda

April 2030

Jos de Groot teelde in het afgelopen jaar de zwaarste voederbiet en liet deze door een heli uit de klei trekken.

Theo de Nijs en Dick Smit worden gehuldigd voor het behalen van het kampioenschap bridge in de leeftijdsklasse van 80 t/m 90 jaar.

Reisburo Robert organiseert nog steeds het Novaweekend, de fietsmiddag is nu een rondje om de kerk met de rollator, individueel en in estafettevorm. 's avonds is er koersbal, bingo en rummucup, wat heel gezellig is, maar ook wel veel geklam oplevert. Piet Meijer heeft er zijn handen vol aan en besluit dan ook om geen prijzen uit te reiken. Omdat er hier en daar het nodige gesjoemel zou zijn.

Maar het hoogtepunt van dit voorjaar is toch wel de opening van het nieuwe Nova Sportcomplex, en wel door onze Koninklijke Hoogheid Prinses Amalia. Het bijna onmogelijke is toch volbracht. Een nieuwe locatie wordt geopend door een lid van koninklijk huis. Onze dank gaat hierbij uit naar Theo Tesselaar (Titus) die dit geregeld heeft. Theo heeft namelijk goede contacten met het de koninklijke familie, omdat hij de moeder van Amalia "Koningin Maxima" de Nederlandse taal heeft bijgebracht. Lezen en schrijven maar vooral luid en duidelijk spreken zonder accent.

Maar wat ging hier allemaal aan vooraf!!

Honderden vergaderingen en besprekingen met de gemeente: noodoplossingen werden aangedragen, maar de boel raakte in een impasse en zat muurvast. Er moest actie worden ondernomen, maar hoe en wat? Totdat er tijdens een Nova vergadering een lumineus idee op tafel kwam. Besloten werd om de training op en om het terrein van het gemeentehuis te gaan houden. Het is openbaar terrein en er ligt een prima grasmat waar nooit water op staat aldus de voorzitter.

De eerste training was op een dinsdagavond. De pers was uitgenodigd en er was heel veel blauw in actie. De raadsleden die plichtsgetrouw naar hun dinsdagavond vergaderingen gingen wisten niet wat ze zagen. Belaagd door vooral de pers en R.T.V Noord Holland moesten zij met de billen bloot. Het Novabestuur lacht in zijn vuistje dit was werkelijk, een meesterlijke zet.

De plannen van Nova kwamen op tafel en door middel van een groot beeldscherm werd alles deskundig toegelicht door de 3 Pieten (Meijer – Stuyt - vd. Welle)

Een simpel plan, maar geniaal door zijn eenvoud nl. de huidige locatie handhaven, de sloot aan de oostkant verder uitgraven rondom de huidige baan. De vrijgekomen grond gebruiken voor een aarden wal, lekker luw, weinig geluidsoverlast en veel natuur als hij begroeid is.

De burens Midgard kunnen er een prachtige broedplaats aanleggen voor de " Riparia "oftewel de oeverzwaluw en zullen dan ook zeker geen bezwaar maken.

De Sis krijgt veel meer alsdan ze gehoopt hadden. Een prachtige baan om het complex waar iedere winter geschaatst kan worden. Dit kan door middel van vriesmatten die op de bodem liggen en in december omhooggehaald worden. Tot ongeveer 20 cm onder het wateroppervlakte. Na een week vriezen ligt er werkelijk een prachtige ijsvloer. De zwem - en Polo vereniging Orkano kan het 's zomers gebruiken als buitenbad, lange afstand zwemmen, kanoën roeien en openluchtrecreatie. De Novabaan zal eenvoudig zijn maar aan de normen van de tijd voldoen. Alles wordt met de computer gestuurd d.m.v. met de zon meedraaiende energiepanelen. Zo zal bij het verspringen een laserstraal precies de afzet, het neerkomen en de afstand registreren en uitprinten. Ook bij het hoogspringen is de lat vervangen door de laserstraal. Kogel, speer en discus zijn v.v. ingebouwde chips die meteen de afstand registreert en doorgeeft. Bij de looponderdelen is de veterchip alweer vervangen De nieuwe chip wordt op de borst gedragen en heeft veel meer functies o.a de tijd, hartslag belasting VO2 max en de hersteltijd. Dit alles komt uit de printer rollen en kan thuis nog eens nagekeken worden op de computer.

Alles zal dus op zon energie draaien en de opwarming van de aarde is in dit geval onze bondgenoot. Maar het blijft techniek, dus beste juryleden en vrijwilligers hou het meetlint, de hark en de bezem altijd achter de hand, want je weet het nooit,

Wij wensen Nova veel sterkte en Succes de komende 25 jaar

Groeten Dick Smit

Bijna 23 jaar Trainer/Loopgroepbegeleider bij AV Nova

Voordat wij in Warmenhuizen kwamen wonen, hebben wij van 1974 - 1982 in Middenmeer (Wieringermeer) gewoond. In die periode trainde ik voor mijzelf, óf in het Dijkgatsbos óf een van de rondjes tussen Slootdorp - Wieringerwerf en Middenmeer. Alles over fietspaden. Op zondagochtend trainde ik in Schoorl, om 9.00 uur bij het Klimduin.

Er kwam een oproep in het dorpskrantje om je aan te melden als je belangstelling had in een atletiekvereniging in de Wieringermeer. Die werd opgestart als daar genoeg belangstelling voor zou bestaan. De eerste periode vormden wij een omni-vereniging met de gym in Wieringerwerf. Jan Breebaart gaf in eerste instantie de trainingen. Marian werd secretaris/penningmeester en ik volgde verschillende trainerscursussen. Zo stonden wij in 1977 met een aantal mensen aan het begin van de Atletiek Vereniging Wieringermeer.

In 1982 kwamen wij weer terug naar Warmenhuizen. Marian werkte bij de Rabobank in Schoorl en het lag voor de hand dat we in Warmenhuizen kwamen wonen. We kochten een stuk grond aan de Beuninge. Piet v.d. Welle heeft ons nog geadviseerd namens de Gemeente. Adrie Pronk heeft het gebouwd en Glenn was de architect. Terwijl we het huis aan het inrichten waren kwam Truus Rood ons al een welkomst-bloemetje brengen. (achterom natuurlijk). Zo gaat dat in Warmenhuizen.

Na de zomer kwam het verzoek van het Nova bestuur of ik de training voorlopig wilde overnemen omdat zij even omhoog zaten. Dat omhoog zitten duurt nu zo'n 23 jaar. Al is er in die tijd wel het een en ander veranderd. Dit verhaal gaat natuurlijk wel een eigen leven leiden. In die jaren zijn er wel een aantal gesprekken geweest met het Bestuur. Dus weten we nu wel wat we aan elkaar hebben. Zelfs worden er, op mijn verzoek, de laatste jaren functionerings-gesprekken gevoerd met de trainers.

Ik ben een 'groepstrainer' en niet iemand die voor de grote prestatie van één of een paar personen gaat. (die trainers moeten er natuurlijk ook zijn). Zelf train ik nog graag mee en probeer dan toch het overzicht te houden en het iedereen naar de zin te maken. Nieuwe instroom van leden valt de laatste jaren wat tegen terwijl de vergrijzing toeslaat. Dit kun je merken aan de trainingsschema's die gemaakt moeten worden, Coopertesten, Wintercompetitie, en andere meetmomenten. Daarom is het fantastisch dat het Start to Run project zo aanslaat en er bij Ron weer een grote groep nieuwe lopers is bijgekomen. Al is de gemiddelde leeftijd ook daar geen 25 jaar.....

In de 25 jaar hebben we heel wat atleten op onze club gehad (en/of nog lid zijn). Laat even wat namen de revue passeren van mensen die aan de zomercompetitie hebben meegedaan of andere aansprekende evenementen; Hans Nijman, Lauw Groot (nog steunend lid en verschrikkelijk nieuwsgierig naar uitslagen) Rob Koene, Bob Haanappel, Niek Barsingerhorn, Sid Smit, Ronald Schipper, Sylvia Nannes, Annemarie en Simone te Buck, Nelina Bruin, Gerben Botman, Theo Taxen, Dick Smit, Paul en Ronald Dekker, Willem Keesom, Willem Dekker, Arie Rentenaar, Ben Röfekamp, Mariska en Yvonne Tesselaar, Tiny Hopman, Nils Hopman, Willem Schoone, Ruud Doodeman, Sven, Jorg en Kirsti Ootjers, Hans Pater, Ted Smit, Jos Hoogeboom, Pip Tesselaar, Truus Rood, Silvia Kruijer, Margret Hink. Marja Wokke en nog velen anderen. (Ik weet het, gevaarlijk om namen te noemen, voor je het weet ben je er een paar vergeten). Ik hoop dat ze ook allemaal op de reunie komen. Met Rob hebben we nog wel eens contact als we op Texel aan een cross meedoen en we in zijn restaurant kunnen verkleden. Rob maakt dan een heerlijke lunch, voor jong en oud. Andere evenementen waar wij met de club aan hebben meegedaan. Zomaar een greep : NK 4x 15 km in Utrecht met Bob Haanappel, Willem Dekker, Niek Barsingerhorn en ik dacht van Willem Keesom. Een dagje Waranda cross in Tilburg met de bus. (Niek Barsingerhorn reed ons) Finale 4^e klas competitie in Sittard met de legendarische 5 km van Taxen. Een aantal malen NK ekiden in Naaldwijk geloof ik. Al die mooie zomercompetitie zondagen, hier in de

regio, maar soms ook in Flevoland. Meest altijd prachtig weer en mooie prestaties. En altijd weer met de enthousiaste juryleden Anneke Smit en Lia de Nijs. Daags te voren bestudeerden zij nog even hoe ook alweer gemeten moest worden, want één foute meting en je krijgt de hele atletiekgroep over je heen.

De Westfriese omringdijk estafette met diverse ploegen van Nova en een pasta maaltijd toe. De estafette lopen in Tuitjenhorn waar we met verschillende ploegen aan hebben deelgenomen. Teveel om op te noemen. Al die Coopertesten, heel leuk om nog eens in te bladeren. Als je zeg maar 3x per jaar reken zijn dat toch al gauw 70 coopertesten in die 23 jaren. Dit geldt natuurlijk ook voor de clubkampioenschappen in de zomer. De wintercompetitie en het clubkampioenschap cross zijn ook mooie evenementen om de uitslagen nog eens van na te kijken. We nemen het e.e.a. mee naar de reunie. Al zal het niet compleet zijn.

Andere activiteiten

Trainingsweekend, tegenwoordig heet het Weekend-Uit. Dit jaar al weer voor de 20^e keer. Waar we zoal geweest zijn? Een overzicht met daarbij een paar karakteristieken:

1986: Vlieland. *Trainen* was de bedoeling, 2 x per dag en op zaterdagavond: theorie. Pakte anders uit

1987: Texel. Veel jeugd mee, zij gingen uit op zaterdagavond en kwamen (veel) te laat thuis

1988: Terschelling. Veel, heel veel mist. Hebben weinig gezien van het eiland

1989: Epe. Heel matige accommodatie. Slapen op één lange rij. Groep 3 verdwaalt tijdens duurloop.

1990: Markelo. Een groep fietsers vertrekt een dag eerder. 200 km. Boer verzorgt boerenkoolstampot.

1991: Ameland. Veel deelnemers, erg koud! Kirsti Ootjers organiseert een beeldhouw-toneelstuk

1992: Heesch. Piet v.d. Welle verdwaalt tijdens de heenreis op de fiets 'ergens' in Utrecht

1993: Roden. Veel getraind. 8 x 1000 én duurloop van 15 km. Beloning: Bezoek aan bierproeverij.

1994: Appelscha. Dames Mooij doen hééél lang over de fietstocht. Moordtoneelstuk met veel rode jam

1995: Gaanderen. 10^e keer. Feestquiz en danswedstrijd. Atie Pronk ontpopt zich als dé prijsuitreiker

1996: de Moer Loonse en Drunense duinen. Erg luxe boerderij. Fietstocht is (te) lang

1997: Veere. Vogelkennersquiz, met een wel heeel fanatieke Theo Hopman

1998: Hooghalen. Prachtige locatie, middenin het bos. Bezoek aan Westerbork, indrukwekkend.

1999: Meerveld. De boswachter vertelt sagen op zondagmiddag. Jos de Groot snurkt wel heel luid..

2000: Vlieland. Playbackshow, met heel professionele deelnemers

2001: Putten. MKZ-crisis. We kunnen heel beperkt trainen en fietsen. David steelt de (playback)show

2002: Schiermonnikoog. De bekende Nova-quiz o.l.v. Piet en Nel Meijer. Heel fanatieke deelnemers!

2003: Lemele. Foto-raad-wedstrijd o.l.v. Mirjam. Boerenbridge doet zijn intrede.

2004: Laren (Gld). Onverwacht optreden van vele bekende Nederlanders

2005: van 20 - 22 mei naar Appelscha. Verslag volgt in de Novakrant van juni.

Als je het zo ziet lijkt het er op dat er niet wordt getraind. Niets is minder waar, er wordt altijd getraind op zaterdag- en zondagmorgen. En op zaterdagmiddag gefietst. Dit alles om met elkaar veel plezier te beleven en energie op te doen.....

Wintersportactiviteiten.

1988: Sauerland. Geen sneeuw, weinig slaap, wel heeel veel plezier met Otto. Biatlon met z'n allen (Hardlopen en darten)

1989: Inzell. Een aantal heeft meegedaan aan de triathlon, waaronder Jaap Nieuwland, Niek Barsingerhorn, Hans de Jong, Piet Meijer, Dick Smit, Leo Suiker en ik zelf. Begeleiders waren Jaap de Jong en Theo Taxen.

1992: Weissensee. Met 16 man er heen, een aantal meegedaan aan de triatlon, waaronder Louis, Nico Pronk, Gerard Suiker, Niek Barsingerhorn, Dick Smit, Jan Karsten en Marian.

1992: Ramsau. Aansluitend aan Weissensee met z'n 30' en naar Ramsau. Bezoek aan "De Tenne" was altijd weer een hoogtepunt.

1994: Ramsau

1996: Ramsau

1997: Vasaloppet Zweden. Nico Pronk, Leo en Louis Suiker, Theo Hopman, Jan Karsten en ik hebben de langlauftocht (90 km) volbracht. Loes en Marian hebben er 2 dagen over gedaan

1999: Reschen. Kasteeltje..... zeer matige slaapgelegenheid, veel drank, veel sneeuw, veel lol, matige kasteelheer

2001: Alpe d'Huez. Heel gezellig hotel, geweldige ski-mogelijkheden. Verkleedparty: Ans en Chiel huren zelfs bij de plaatselijke bevolking hun kleding.
2003: Pozza di Fassa. Geweldig mooi skiën, 6 wandelaars blijven een nacht over in een hut
2005: Soraga di Fassa. Deze keer hebben 3 Nova-leden meegedaan aan een langlauf-wedstrijd-toertocht van 70 km.: Jan Karsten, Louis Suiker en ik. Verslag van deze reis is al geplaatst in de Nova-krant

In 1992 zijn we met een aantal naar Noorwegen gegaan om de Telemarktours te fietsen. Nico Pronk, Niek Barsingerhorn, Jan Karsten, Louis Suiker, Jaap Nieuwland, Marian en ik hebben in 2 dagen 368 km. gefietst. We sliepen onderweg in een school.

Wandelen.

In 1998 zijn we met 15 personen gestart met een sportiefwandelgroep. Inmiddels niet meer weg te denken bij Nova. Een grote groep mensen beleeft hier nu veel plezier aan en de trainer niet in de laatste plaats. Elke maandagmorgen staan er tussen de 20 en 30 mensen klaar die de week op een sportieve manier willen beginnen. (luxe)

Na afloop een heerlijk kopje koffie op de Westfriesedijk bij Jan en Lia Raat waar nog wat wordt nagekaart en de komende week word doorgenomen. Heerlijk. Ook bij deze groep is enig verloop. Ik hoop dat deze mensen toch weer besluiten te gaan wandelen. Want wandelen kan iedereen en je kunt het tot op hoge leeftijd blijven doen. Heel goed om de conditie op peil te houden en vooral voor de wat oudere mens om de botdichtheid op peil te houden. Testen doen we hier ook. Er zijn in die jaren al een aantal wandeltesten geweest waarbij de conditie in onze groep lang niet slecht blijkt te zijn. Op zaterdag is de groep niet zo groot maar we proberen hier weer nieuw leven in te blazen. Dit lijkt langzaam maar zeker te lukken.

De laatste loot aan de Nova familie is de Nordic walking groep op zaterdagmiddag. Nordic walking is een intensieve vorm van wandelen. Nordic walking:

- betekent 20% meer energie verbruik
- is 40 tot 50 % effectiever
- verbetert de coördinatie
- vermindert spanning in nek en schouder gebied
- ontlast de knieën en heupen en rug
- bied meer stabiliteit en balans
- is de ideale outdoor training om af te vallen

Ook dit is een flinke groep aan het worden. Begeleiding is in handen van Leo en Louis Suiker, Jan Karsten, Theo Hopman (even in de lappenmand) en mijn persoon.

Mirjam Ligthart begeleidt de sportiefwandelgroep op zaterdag, samen met mij.

Men kan mee doen met de NordicWalkinggroep nadat met aan de cursus heeft meegedaan.

Nieuwe cursus is gestart eind maart. (maximaal 8 personen)

Ook doen wij met een aantal NW-instructeurs demonstraties voor personeelsverenigingen en, dit jaar voor het eerst, een activiteit in de zomer in samenwerking met een hotel in Camperduin.

Tot slot

Het grote probleem bij alle activiteiten is steeds weer het Kader. Ik doe hier dan ook een oproep aan de leden om, in welke discipline dan ook, iets in de begeleiding te gaan doen. Schroom niet en neem contact op met iemand van het bestuur of met mij. Het gaat hierbij om Jeugd trainers, Sportief wandeltrainers, Nordic walking trainers, Loopgroep begeleiders. We zullen ze steeds meer nodig hebben met vergrijzing in aantocht Al die mensen moeten bewegen en zoeken naar verenigingen of andere clubs om dit te doen.

Ik wens Nova nog heel veel goeie jaren toe. Met veel **Beweging**
Peter.

CLUBKAMPIOENSCHAP 2005

Voor: Senioren, Masters en Junioren A + B.



Programma :

- **Donderdag 9 juni en/ of dinsdag 21 juni, (aanvang 19.30 uur)**

Dames: - 400m. en 1500m.

Heren: - 400m. en 3000m.

Je kunt op een avond beide afstanden lopen,
of op een avond de 400m. en de andere avond 1500 / 3000m.
De afstand mag echter slechts **een keer** gelopen worden!

- **Zaterdag 10 september, (aanvang 14.00 uur)**

Zowel voor de dames als de heren:

- Verspringen, - Hoogspringen, - Kogelstoten,
- Discuswerpen, - Speerwerpen en - 800m.

(de 400, 1500 –en 3000m. kunnen op deze dag niet worden ingehaald!!)

nb. Van zowel de loopnummers als van de technische nummers komt het slechtste resultaat (in punten) te vervallen.

Aansluitend op de laatste zaterdag: een gezellig samenzijn, waarbij de inwendige mens niet vergeten zal worden!!!

ps. Juryleden zijn op deze dagen ook hard nodig. (graag even opgeven)
Uiteraard zijn jullie na afloop van de slotdag ook van harte welkom.

Je kunt voor vragen en opgaven terecht bij het organisatiecomité:
Piet Stuyt, 393177 / Piet Meijer, 391424 / Peter Robert, 393338.

We rekenen op een grote opkomst !!!!!!!!!!!

Rijpernieuwttjes

We beginnen met het nieuws uit Amstelveen. De finalecross in het Amsterdamse Bos. Ik ben zelf niet geweest vanwege vage verplichtingen bij buurman SIS. Erik reed met Leander Dignum mee, de vader van Lars. Toch mooi, als alles zo soepel geregeld kan worden. Het werd een prachtige finale met veel eremetaal voor NOVA. Onbescheiden gezegd "We doen het prima". Ik hoor van Piet van der Welle, dat hij in plaats van mussen en spreeuwen wel heel grote vogels hoorde de hele cross. Ja, dan zijn wij toch maar mazzel in ons Schoorlse bos. Heerlijk rustig! Zaterdag 2 april was de eerste activiteit van het jubileumjaar. Een reünie in het Dorpshuis van Warmenhuizen. Een kleine 200 leden en oud-leden hadden zich hiervoor opgegeven. Het werd een gemoedelijk weerzien en een gekakel met bijna dezelfde decibellen als genoemde Schipholvogels. Ik vond het erg gezellig en we hebben ook nog gekeken naar de mooie films van Peter en Marian. Erg leuk, zulke films, zelfs voor iemand die nog maar pas bij NOVA rondloopt. Het volgende evenement vindt plaats op zondag 5 juni in Petten. Dit is een activiteit voor de "Middengroep". Dit zijn de junioren, die bij Louis van den Berg trainen. Wij hopen, dat ze zich allemaal al opgegeven hebben. Het gaat heel gezellig worden, daar op het strand van Petten. Het derde evenement is de Zeskamp. Op het moment van schrijven heb ik nog geen 25 aanmeldingen binnen. Dat is wat mager voor een actieve vereniging met zoveel leden. En iedereen mag meedoen. We kregen wat vragen over de zeskamp. Besloten is om mensen binnen een gezin met een NOVA lid gelegenheid te geven om ook met de zeskamp mee te doen. Een vader/moeder kan met zijn/haar NOVA zoon/dochter meedoen. Of andersom natuurlijk. Geef jullie nu snel op. Ik ken de redenatie achter de trage opgave "Het is nog niet zover". Wij, Westfriezen, schuiven snel dingen voor ons uit. De organisatie moet echter rekening houden met het aantal mensen, die meedoen. Computer aan en even E-mailen naar mc.tesselaar@quicknet.nl.

Het laatste evenement is het tentenweekend voor de Pupillen. Dit is op 9 en 10 juli. Ook dit gaat een gezellig en prachtig festijn worden.

Zondag 10 april waren de clubkampioenschappen. Het prachtige parcours was wederom uitgezet onder supervisie van onze cheffparcoursbouwer en tijdman Piet Stuyt. Het was koud en miezerig deze dag, maar verder wel goed loopweer. Alleen het parcours was niet alleen zwaar, maar ook erg glad door de regen. Het Taxenheuveltje was op veler verzoek weer opgenomen in het 1 km lange rondje. De zwaarte van het parcours was af te lezen aan de rondetijd van al onze atleten. Je moest echt super zijn om onder de 4 minuten te lopen. Daan Leeuwenkamp en Anne Schalkwijk waren gelukkig weer van de partij. Zij zijn beide een tijdje "uit de roulatie" geweest. En ze liepen allebei als een trein. Iedere deelnemer liep op zijn of haar niveau een fantastische wedstrijd. Maar ik vond de prestatie van Coen Schoonheden toch wel opmerkelijk. Een totaal tijd van ongeveer 35 min. En 14 sec. Elke ronde onder de 4 minuten. Prachtig Coen! De prijzen van de wintercompetitie werden ook nog uitgereikt door de samenstellers René de Nijs en Betsie Groen. Vrijwilligers voor de volgende wintercompetitie waren snel gevonden. Zo gaat dat bij NOVA. Tannes Kruijer en Ron Janssen gaan de nieuwe competitie samenstellen. En ik heb met plezier geluisterd naar het fraaie, met prachtige volzinnen doorspekte, omroepwerk van onze voorzitter Jos de Groot. Alleen begrijp ik niet dat hij enkele talenten van NOVA aan Duinrand S en Hollandia T wil slijten. Voetbal en atletiek, dat is kat en hond.

Eigen roem stinkt, dat weet ik. Maar toch moet het me van het hart. Ik spreek over het machtige stuk van Dick Smit in de jubileumkrant. Dat ik op m'n 75^e nog in staat kan en mag zijn tot het lesgeven aan Maxima, onze toekomstige koningin. Dick, kerel, ik ben zeker 5 kilo gegroeid. Voor de wandelvierdaagse was ik op bezoek bij de grote regelaar van dit evenement, Piet van der Welle. En dan wel samen met zijn vrouw, Agaath. Agaath gaat de 26^e editie van de Vierdaagse voor het eerst missen vanwege lichamelijk ongemak. Ik ben erg blij, dat het wat beter met haar gaat. Sterkte verder, Agaath. Het is de bedoeling dat wij (Nel Stuyt en ik) een kijkje nemen

binnen de organisatie van de Wandelvierdaagse. En ook wat er vooraf allemaal geregeld moet worden, passeert de revue.

De eerste avond is het prachtig wandelweer. Ruim 600 wandelaars lopen een route door de nieuwbouw van Warmenhuizen. De tweede avond begint goed. Het is droog. Ongeveer 670 wandelaars gaan van start voor een route door Tuitjenhorn. Jammer genoeg houden we het niet droog. De laatste lopers zijn doornat, maar dit lijkt hun stemming niet te deren. Woensdag loop ik zelf mee. En ik schaam me diep. Het is de eerste keer. Erik en ik lopen de 10 km over de Westfriese dijk via Schoorlham en dan weer terug. Het is prachtig wandelweer en de tulpenvelden staan in volle bloei. Wij genieten van deze wandeling. Donderdag ben ik bezemwagen en stuur de posten naar huis. Vrijdag is de afsluiting. We verzamelen in de Bladstraat bij werkelijk prachtig weer. De muziek is laat en de lopers schuiven te veel op richting Dorpsstraat. Ik, muggenzifter, vind dit erg gevaarlijk en ben enorm blij als de Harmonie uit Warmenhuizen aankomt. Ik wil hierbij iedereen, die bij dit evenement betrokken was, hartelijk bedanken.

De Mazzel

Theo Tesselaar

De aanhouder wint

13 maart hadden we weer een WC-loop en wel in Heerhugowaard bij Hera. Ik zou rijden en kreeg Petra, Yvonne en Myriam mee als passagiers. De lucht zag er zeer dreigend uit, en gaf ons niet veel zin om te gaan. Maar we waren er klaar voor en trotseerden de weersomstandigheden. Onderweg naar Hera constant naar de lucht kijken of het beter of slechter zou worden.

Bij Hera aangekomen werden we tegemoet gebruld door Nico Houter, en als je niet echt gemotiveerd bent, of een zaterdagavond hoofd hebt je meteen zou besluiten om weer naar huis te gaan.

Ook deze onprettige gewaarwording op de zondagmorgen konden wij weerstaan.

Bij de inschrijving kregen we een lotnummer zo hadden wij de "mindere goden" toch nog kans op een prijs.

Bij de start stonden naar schatting 300 atleten, we moesten 10 km door de polder. Over de loop zelf valt niet zoveel te vertellen. De kaarten waren geschud, Tannes zou door haar blessure minder snel lopen maar dan nog bleef ze bovenaan staan. Er stond een pittige wind en het was fris, de zon begon te schijnen, en zo werd het toch nog aangenaam. De tijden van ons allen kun je lezen in deze Novakrant.

Even een koppie doen en kijken of we een prijs hadden in de tombola, en waarachtig Tannes en ik hadden een paasbrood, Myriam een metworst.

Petra is natuurlijk een crack en die had de 2^{de} prijs gewonnen, voor het eerst van mijn leven maak ik een prijsuitreiking mee. De gebak hadden we al figuurlijk uitgedeeld en opgegeten. (we zagen een doosje met gebak voor de winnaar)

Nico Houter zwaait bij Hera de scepter en noemde de winnaars op. Hij begon bij de dames veteranen en wij luisterden nauwelijks. Aangekomen bij de dames 50+ hoorde ik tot mijn verbazing dat ik 1^{ste} was geworden in die categorie. Hilariteit alom, Petra kreeg haar prijs, en toen werden de mannen opgenoemd. Piet v.d. Welle veteranen +++ Dick Smit veteranen++ Peter veteranen + allen hadden ze een prijs gewonnen, aangezien ze al weg waren dachten wij de prijzen voor ze te kunnen innen. Nico Houter was echter onverbiddeijk, je moest zelf aanwezig zijn om je prijs in ontvangst te nemen, of je had je moeten afmelden.

Toen er ook een Hera lid niet aanwezig was kreeg die de prijs wel overhandigd via een kennis, een wat scheve benadering. Maar toen dezelfde persoon nog een keer een prijs wilde innen werd er toch een stokje voor gestoken.

Dankzij Petra heb ik een prijs gewonnen en dat is toch wel erg leuk, ik zit er nu over te denken om een broodloper te worden. € 25,00 aan waardebonnen heb ik gewonnen.

We hebben de WC samenstellers al op de hoogte gebracht van deze lucratieve loop en wellicht zit hij er volgende competitie weer in.

Groeten, Nel

Ledenvergadering

Op maandagavond 21 maart 2005 was weer onze jaarlijkse ledenvergadering. De opkomst was dit jaar wat minder. Naast 6 bestuursleden mocht de voorzitter in zijn openingswoord 20 leden verwelkomen. Jos deed nog een beroep op leden welke zich nog niet hadden aangemeld om zich alsnog op te geven voor de reünie ter gelegenheid van het 25-jarig bestaan van Nova. Op de agenda stonden weer de traditioneel bekende punten zoals het jaarverslag van de secretaris, het verslag van de kascommissie en het financiële verslag over 2004. Zaken welke snel werden afgehandeld. Elders in deze krant is het financiële verslag opgenomen, zodat alle leden alsnog kennis kunnen nemen van onze financiële situatie.

Ook de begroting voor 2005 werd goedgekeurd al miste Peter Kruijer hierop de post voor huur van de sporthal. Deze was abusievelijk vergeten, maar in de telling wel meegenomen, zodat dit verder geen financiële gevolgen heeft.

Ondanks de goede financiële positie van de vereniging ging de vergadering akkoord met een kleine verhoging van de contributie met € 5,- per lid per jaar. Dit omdat ook de verplichte bondsafdracht de laatste jaren is gestegen en om te voorkomen dat een volgende verhoging te groot moet worden.

De bestuursleden Piet Stuyt en Theo Tesselaar waren periodiek aftredend en werden herkozen. In de rondvraag kwam de ontwikkeling van een eigen website ter sprake. De KNAU geeft op dit gebied geen ondersteuning, dit dient elke vereniging zelf te hand te nemen. De eerste stappen zijn inmiddels gezet. Ook is en wordt er hulp aangeboden. De coördinatie ligt in handen van het bestuurslid Yvonne Boerdijk.

Eventuele veranderingen voor de wintercompetitie van de senioren liggen in handen van de commissie welke deze competitie regelt.

Uiteraard kwam ook de voortgang van de plannen voor een nieuwe atletiekaccommodatie aan de orde. De voorzitter deed verslag van de ervaringen tijdens de laatste gemeenteraadsvergadering. Hoewel er een duidelijk besluit werd genomen over de kosten is over een geschikte plaats nog steeds geen duidelijkheid. Het bestuur blijft in gesprek met de wethouders, maar het is wel frustrerend zo te moeten werken.

Voor de jeugdtrainingen zullen de groepen opnieuw ingedeeld worden zodra er gebruik gemaakt gaat worden van de grasbaan. Mede door uitbreiding op de dinsdagavond kan de wachtlijst weggewerkt worden.

Dit waren zo de belangrijkste besproken punten.

Na de pauze vertelde secretaris Piet van der Welle aan de hand van dia's over zijn fietstocht van Sevilla in zuid Spanje naar huis via Santiago de Compostela in het noordwesten van Spanje. Een reis van 4200 km met veel belevenissen en bezienswaardigheden onderweg.

Geslaagde wandelvierdaagse

Dit jaar werd de wandelvierdaagse voor het eerst in de laatste week van april gehouden. In verband met de feestdagen en schoolvakanties had het bestuur hiertoe besloten. Zo vroeg in het seizoen, hoe zal dat uitpakken? Nu we kunnen niet anders stellen dan prima. De weergoden waren ons bijzonder goed gezind. De maandag begon al uitstekend. Dinsdag werden de laatste lopers nog door een bui overvallen en verder bleef het goed. We konden ruim 660 wandelaars inschrijven. Na het topjaar 2004 met 680 deelnemers was dit een geweldig goede opkomst. Heel gezellig zo langs de wegen in Tuitjenhorn en Warmenhuizen. Vrijdagavond natuurlijk weer de muzikale medewerking van de drumband uit Warmenhuizen en fanfare St. Hildegardis uit Tuitjenhorn. Dat brengt sfeer en gezelligheid.

Piet v.d. Welle

In de ledenvergadering welke op 21 maart 2005 werd gehouden werd o.a. ook het financiële jaarverslag over 2004 vastgesteld. Onderstaand de cijfers. Gelet op de plannen voor een nieuwe accommodatie is er bewust voor gekozen om wat gelden te reserveren voor dit doel. Mede gelet op de opbrengsten voor de verschillende acties, alsmede de inzet van veel vrijwilligers is het mogelijk om de contributie op een redelijk laag peil te houden.

**EXPLOITATIEREKENING A.V. NOVA
OVER 2004**

Baten			Lasten		
Contributie	€	14.401,87	Materialen	€	2.095,32
Acties	“	7.839,54	Acties	“	2.491,55
Rente	“	2.054,42	Administratiekosten	“	622,34
Wedstrijden	“	1.784,16	Wedstrijden	“	1.476,91
Sponsor Meijer (kleding)	“	405,--	Representatiekosten	“	380,15
Subsidie	“	3.135,--	Opleidingskosten	“	780,75
Giften en donaties	“	865,60	Accommodatie	“	9.572,84
Novakrant	“	--	Trainers	“	3.439,25
Kantine	“	500,--	Kantine	“	273,36
Kleding	“	552,96	Afdracht KNAU	“	4.160,65
Diversen	“	125,--	Huur sporthal	“	3.230,70
			Verzekering	“	636,86
			Kamer van Koophandel		31,41
			Kleding	“	552,96
			Diversen	“	258,15
			Voordelig saldo	“	1.660,36
	€	<u>31.663,55</u>		€	<u>31.663,55</u>

**BALANS A.V. NOVA
PER 31 DECEMBER 2004**

Activa		Passiva			
Debiteuren	€	--	Crediteuren	€	1.194,34
Kassaldo	“	455,60	Reserve materiaal	“	6.072,02
Banksaldo	“	83.675,58	Reserve accommodatie	“	48.595,73
			Estafette Omringdijk	“	3.446,32
			Exploitatiesaldo	“	24.822,77
	€	<u>84.131,18</u>		€	<u>84.131,18</u>

Coopertest

Donderdag 12 mei as wordt weer een Coopertest afgenomen. Als je nog voor de vakantie wilt weten hoe het is gesteld met je conditie, test deze dan op 12 mei!

Na het inlopen en rekken/strekken starten we rond 20 uur met de test. Na afloop: de uitslag én een lekkere kop thee. Deelname is gratis, neem ook vrienden en bekenden mee!

Peter.

Zomerperiode baantraining hardlopers.

Bij wijze van experiment gaan we in de maanden juli en augustus op donderdag trainen in de duinen van Schoorl en **niet op de baan**. De start blijft om 19.30 uur, vanaf bezoekerscentrum Staatsbosbeheer aan de Oorsprongweg.

Peter.

Zomerperiode Sportief Wandelen en Nordic Walking.

De traditionele afsluiting van het seizoen is op zaterdagmiddag 16 juli. Alle wandelaars (ook die van de maandagmorgen) zijn van harte uitgenodigd om deel te nemen aan dit festijn.

We willen deze laatste keer een lange wandeling maken, zowel voor Sportief Wandelen als Nordic Walking. Je kunt kiezen uit twee mogelijkheden:

- o Start om 13 uur: een 4 uur durende wandeling
- o Start om 14.30 uur: een 2 ½ uur durende wandeling

Geef je op dan kunnen we een indeling maken, ook v.w.b. de trainers.

Daarna:

lekker nazitten met een wijntje, biertje of fris! Kosten worden met elkaar gedeeld.

Er zijn geen trainers aanwezig in de volgende perioden:

Maandag: van 18 juli t/m 15 augustus. Op maandag 22 augustus ben ik er weer.

Zaterdag: van 23 juli t/m 20 augustus. Op zaterdag 28 augustus zijn wij er weer.

Peter

Voorjaarswandeling 2005

In de vorige NOVA-krant hebben we een oproep gedaan m.b.t. de organisatie van de

Voorjaarswandeling op 1 mei 2005. Eén van de aanmelders waren Loes en Louis.

Om 9 uur verzamelen bij de NOVA-baan en we vertrokken met 20 deelnemers richting de parkeerplaats bij De Fransman, Bergen aan Zee. Mooi weer, een lekker zonnetje, wat wil je nog meer. De vrijdag er voor hadden L&L de route al gelopen. Zij genoten erg van de omgeving én alle vogelgeluiden.

Ik kan je zeggen, wij genoten ook erg van de omgeving, maar vogelgeluiden, nee niet echt. Wel veen mensengeluiden. Tsjonge, jonge, wat wordt er wat afgekleetst. En het maakt niet uit naast wie je loopt, met iedereen valt te praten.

Een geweldig mooie route, over zachte paden. We staken de doorgaande weg naar BergenaanZee over en liepen richting Verbrande Pan (voor de kenners). De paadjes werden steeds smaller en steeds zandiger (voor zover dit Nederlands is). Prachtige viooltjes, die groeien en bloeien werkelijk overal. Louis maakte ons ook nog attent op de geluiden van een nachtegaal. Na een korte stop kregen we een geweldig mooi stuk voor de kiezen, zandduin op en af, met mooie uitzichtspunten.

Rond de middag kwamen we aan bij de Zilte Zoen in Egmond Zee. Een heel mooie plek om te genieten van een koppie mét. Gezellig terras, maar van binnen was het ook heel leuk. En wie kwamen er op de fiets? Juist Theo en Tiny. Zij horen er immers écht bij!

Na de koffie weer even een stukje dezelfde weg terug, daarna door een gedeelte met veel huisjes in de duinen. Wat een prachtige exemplaren zaten er tussen! Mooie doorkijkjes naar de bollenvelden, inclusief molens natuurlijk.

Het bleef prachtig weer en zo kwamen we zeeer voldaan na ruim 20 km. weer bij de auto. Loes en Louis: bedankt! Jullie hebben een geweldig mooie route voor ons uitgezet.

Marian



De jarigen van mei en juni zijn:

Mei

04	Peter	Pronk
05	Petra	Rol
05	Manouk	Bijlsma
07	Nel	Meijer-Droog
07	Daan	Leeuwenkamp
08	Atie	Pronk
08	Lucienne	Braaksma
08	Jeroen	Huiberts
09	Muus	Rietveld
09	Lars	Verkamman
11	Tijs	Hofmann
12	Sophie	Aubrun
15	Thea	van Iwaarden-van Duin
17	Hans	Ofman
20	Marjan	Janssen
21	Yvonne	Boerdijk
21	Jasmijn	van Duin
22	Sid	Hamelink
22	Sven	Burger
23	Piet	van derWelle
23	Ton	Huiberts
23	Thomas	Botman
24	Pien	Nuchelmans
27	Ingmar	Zondervan
28	Gurie	Suiker
29	Jaimy	Leegwater

Juni

01	Dick	Smit	25	Myriam	Dekker
02	Judith	Mosch	26	Sjors	Houtman
03	Ben	Mosch	27	Linda	Hurkmans
03	Claudia	Boerdijk	28	Laura	van Baar
06	Davina	Perge	29	Pien	Stolk
08	Rina	Krom	30	Jaap	de Jong
09	Jan	Houtenbos	30	Greet	Bleeker
09	René	Strooper			
09	Nelina	Bruin			
12	David	van derWelle			
13	Jorick	Bijlsma			
14	Jos	de Groot			
15	Marian	Nolten			
15	Maxime	Deemter			
15	Bob	Dekker			
15	Lisa	Mul			
16	Chagay	Hamelzky			
17	Leslie	van der Ploeg			
19	Ben	Giling			
21	Laura	Pancras			
21	Melody	Ligthart			
21	Frédérique	van der Kruk			
22	Jordy	Minkema			
24	Bram	Berkhout			
25	Truus	de Maaré			
25	Aad	Pancras			

hartelijk gefeliciteerd!

De volgende nieuwe leden heten wij van harte welkom. Veel plezier bij Nova:

Jaap	de Jong	Kees	Blankendaal	Dick	Kroon
Eveline	van West-Ramack	Ank	Raat	Chiel	van de Garde
Juliët	Tinebra	Gerard	Dekker	Jan	Blankendaal

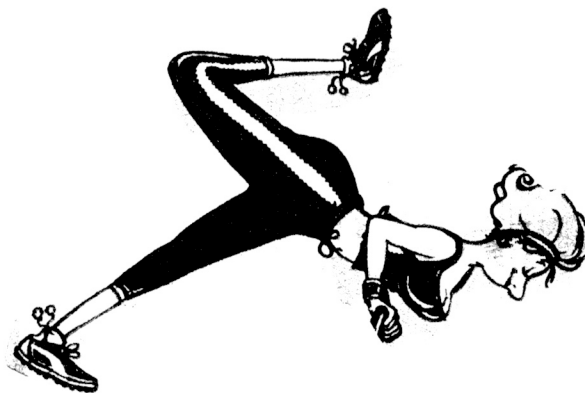
Eindstand wintercompetitie AV Nova seizoen 2004 - 2005

Datum	3-okt		17-okt		7-nov		28-nov		19-dec		2-jan		23-jan		13-mrt		3-apr		Punten	Bonus	Bonus GroetuitSchoorlrun	Totaal			
	Afstand Dames	Afstand Heren	Noorderhavenloop	Kermisloop Petten	Boerenkooilooop	Oosterpolderloop Ww	Bosloop Schoorl Nov	Rabo Bosloop Ccum	Lycurgusrun Kromme	Voorjaarsloop Hhwa	Clubcross	10	1	2	3	4	5	6					7	8	9
Heren Vet. 1	Plaats										Punten										Punten	Bonus		Totaal	
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
1 Theo Tesselaar	3		1	1	1	1	1	1	1		48	0	50	50	50	50	50	50	50	50	0	300	4	3	307
2 Henry Hofmann	1	1	2	2	2	2	2	2	2		50	50	49	49	49	49	49	49	49	49	0	296	6	5	307
3 Rene Strooper	4	2	3	3	5	3	4	6	6		47	49	48	48	46	48	47	45	45	0	287	6	5	298	
4 Rene de Nijs	2		7	5	3		5	3	3		49	0	44	46	48	0	46	48	48	0	285	2	5	292	
5 Arie Kossen	5		4	4	4	4	3	4	4		46	0	47	47	47	47	48	47	47	0	283	4	5	292	
6 Eef Zuiker	6	4	6		6		6	5	5		45	47	45	0	45	0	45	46	46	0	274	2	3	279	
6 Jos Schalkwijk	7	5	9		7	5	10	8	8		44	46	42	0	44	46	41	43	43	0	266	4	3	273	
8 Ron Ligthart	9	3	5		8			7	7		42	48	46	0	43	0	0	44	44	0	267	0	3	270	
9 Jan de Nijs		6	11		11		8	9	9		0	45	40	0	40	0	43	42	42	0	252	0	3	255	
10 Rinus Molenaar		7	10	6	12		9		11		0	44	41	45	39	0	42	0	40	0	251	0	3	254	
11 Ton Bos	8		8		9		7		10		43	0	43	0	42	0	44	0	41	0	213	0	3	216	
12 Hans Smeele					10						0	0	0	0	41	0	0	0	0	0	41	0		41	
13. W. Van Altena			12								0	0	39	0	0	0	0	0	0	0	39	0		39	
Heren Vet. 2	Plaats										Punten										Punten	Bonus		Totaal	
Wedstrijd	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10					
1 Ron Janssen	1		1	1	1	1	2	2	5		50	0	50	50	50	50	49	49	46	0	299	4	5	308	
2 Peter Kruijer	2	2	4	2	5	3	3	3	4		49	49	47	49	46	48	48	48	47	0	291	6	3	300	
3 Peter Robert		4	2		4	2	1	1	2		0	47	49	0	47	49	50	50	49	0	294	2		296	
4 Aad Vader	3	1	3		3			4	1		48	50	48	0	48	0	0	47	50	0	291	0		291	
5 Dick Smit	5	5	5	3	7	4	6	5	7		46	46	46	48	44	47	45	46	44	0	279	6	3	288	
6 Piet Stuijt	7			4	8	5	5		6		44	0	0	47	43	46	46	0	45	0	271	0	3	274	
7 Joop Kooij	4	3			6		4		3		47	48	0	0	45	0	47	0	48	0	235	0		235	
8 Piet vd Welle	8	7				7		7	8		43	44	0	0	0	44	0	44	43	0	218	0		218	
9 Aad Pancras	6	6				6		6			45	45	0	0	0	45	0	45	0	0	180	0	3	183	
10 Bert Groen		8	6		9				9		0	43	45	0	42	0	0	0	42	0	172	0	1	173	
11 Nico Hink					2						0	0	0	0	49	0	0	0	0	0	49	0		49	

71

Heren Senioren		Plaats										Punten										Punten	Bonus	Totaal
Wedstrijd		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Mattijs de Groot		2	1	1	2	1		2	2		0	49	50	50	49	50	0	49	49	0	297	2	299
2	Coen Schoonheden		1			1				1		0	50	0	0	50	0	0	0	50	0	150	0	150
3	Peter Pronk		3	2					1			0	48	49	0	0	0	0	50	0	0	147	0	148
Dames Veteranen		Plaats										Punten										Punten	Bonus	Totaal
Wedstrijd		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Tannes Kruijer	1	1	1	1	1	1	1	3	1	50	50	50	50	50	50	50	48	50	0	300	6	306	
2	Nel Meijer	2	2	2	2	2			1		49	49	49	49	49	49	0	50	0	0	295	2	300	
3	Betsie Groen	4	3	4		4	4	2	2	2	47	48	47	0	47	47	49	49	49	0	289	4	296	
4	Marianne de Groot	3		3		3	3				48	0	48	0	48	48	0	0	0	0	192	0	193	
Dames Senioren		Plaats										Punten										Punten	Bonus	Totaal
Wedstrijd		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Petra Rol	1		2	1	2		2	1	4	50	0	49	50	49	0	49	50	47	0	297	2	302	
2	Esther Huyberts		1	1		1	1	1		5	0	50	50	0	50	50	50	0	46	0	296	0	296	
3	Miriam Dekker	2	2	3					3	2	6	49	49	48	0	0	0	48	49	45	0	288	0	291
4	Yvonne Boerdijk	3		4		4	2	4	3	7	48	0	47	0	47	49	47	48	44	0	286	2	289	
5	Carla Latenstein					3					3	0	0	0	0	48	0	0	0	48	0	96	0	96
6	Sylvia Kruijer									1	0	0	0	0	0	0	0	0	50	0	50	0	50	
7	Nelina Bruin									2	0	0	0	0	0	0	0	0	49	0	49	0	49	

17



Een “dubbel-gevecht” met de Groet uit Schoorl Run.

Met veel genoegen heb ik het verslag van onze 1^e Wintercompetitie-wedstrijd in Julianadorp gelezen. Hierin deed “diesel” Piet v.d. Welle en poging om het bekende “Schrijversnieuws” te doen herleven. Oftewel wie, waar en hoe alle Nova-atleten in een bepaalde wedstrijd zaten.

Weliswaar hebben Piet en Gerrit wel een zelfde startprocedure –rustig aan beginnen- maar in het vervolg van de strijd gaat een vergelijking mank. Zodoende werd het een verslag van de gevechten in de achterhoede en deed Piet tot slot een oproep om de pen vooral maar over te nemen. Ik moet overigens wel even kwijt dat het verslag op zich best interessant was en waaruit ook wel blijkt dat deze gevechten in de achterhoede minstens of misschien wel heroïscher zijn als in de kop van het peloton.

Maar goed, mijn eerste reactie op het overnemen van de pen was van “Dat schiet ook niet op”, aangezien ik meestal de Nova-loper pal voor Piet v.d. Welle ben. Maar na een korte overpeinzing schoot me opeens een lumineus idee te binnen, onder het motto wie niet snel is moet slim zijn. Ik nam me toen voor om een van onze laatste Wintercompetitie wedstrijden te verslaan en wel de ½ marathon van Schoorl, oftewel de Groet uit Schoorl Run.

De bedachte tactiek bestond uit twee delen. A: een periode van nog 4 maanden waarin ik de training nog kon opvoeren en B: zorgen dat je bij de start met je neus tegen de startlijn sta. Hiermee moest het mogelijk zijn om alle Nova-atleten tijdens het wedstrijdverloop in kaart te brengen, hetgeen wel een “dubbel-gevecht” zou worden. Een aanslag op het fysiek en data.

Ik moet zeggen dat de uitvoering van deel A het makkelijkst lijkt, maar schijn bedriegt, want een blessuretje komt zo om de hoek. Gelukkig bleef ik er deze winter (afkloppen) van bespaard en in de 10 Engelse-Mijlen van Krommenie voelde ik al iets van “vormgroei” en kon ik al achteloos met mannen als Jos Schalkwijk, Jan de Nijs en Rinus Molenaar meesluipen.

De week erop nog even de “Bokkepotenloop” gelopen, een trainingsloop van Den Helder naar Schagen over 27km. in een ontspannen tempo. Daarmee was deel A. met een goed gevoel afgesloten en voelde ik dat er sinds jaren weer eens een tijd van onder de 1 uur. 40. over de ½ marathon in moest zitten.

Deel B. van het plan was eigenlijk een makkie. Ik ga namelijk al heel wat jaren samen met m'n zwager op pad naar Schoorl. Hierbij vertoont deze brave man op de wedstrijddag nogal wat neurotische trekjes hetgeen zich onder andere uit in het voortijdig in het startvak gaan staan. Zo ook op de wedstrijddag. Ruim voor aanvang kwamen we bij de plek van vertrek aan, waarbij ik eerst goed om me heen moest kijken of we wel op de goede plek waren beland, aangezien de hekken voor het startvak nog opgebouwd moesten worden.

Gelukkig kwamen er na verloop van tijd nog meer atleten zich bij de start melden zodat het gevoel en de kriebels van een aanstaande wedstrijd zich begonnen aan te dienen.

Ruim voor het startschot had ik al bingo toen Theo Tesselaar zich als eerste Nova-loper zich naast mij op de startlijn nestelde. Ik heb hem dan ook meteen in mijn geheugen vast gelegd (fris als ik nog was) in de wetenschap dat ik hem na de start niet meer zou zien.

Na verloop van tijd werden we dan eindelijk losgelaten. Ik had me voorgenomen om te proberen een vlakke race te lopen, dus opletten niet met de voorste mannen mee te gaan.

Lekker ontspannen je eigen tempo proberen te zoeken, maar ook blijven opletten in de grote meute aan lopers welke Novianen je allemaal voorbij steken. Na zo'n 3km. was het dan zover en melde Eef Zuiker zich als 2^e loper bij mij middels een licht schouderklopje.

Op het 5km. punt bij Groet nog even de tussentijd gecontroleerd: 40 sec. onder het schema van 1 uur, 39 min! Vervolgens in de massa langs de duinvoet terug naar Schoorl, waar altijd vele toeschouwers je toejuichen. Dan de Schoorlse Zeeweg op, altijd 'n lastig kreng met zo'n lang stuk “vals plat” tot aan de Berekuil. Even temporiseren dus om de kuiten niet te vroeg te laten vollopen. Vervolgens linksaf de Julianalaan op waar het gelukkig weer wat vlakker wordt. Hier begon ik me (op circa 9km.) toch wat ongerust te maken, want er was me op Eef na nog steeds niemand gepasseerd. Dan begint het bovenin toch wat onzeker te worden. Ga ik misschien toch te snel? Maar het voelde nog ontspannen aan en gelukkig bracht het 10km. punt uitkomst, nog steeds 20 sec. binnen het schema. Een prima uitgangspositie dus.

Het ritme vasthouden en consolideren. En ja hoor, na zo'n 12km. werd ik dan eindelijk op m'n wenken bediend en schoof Peter Kruyer me tergend langzaam voorbij. De conversatie was kort, maar voldoende om te weten dat het bij Peter niet helemaal gesmeerd meer ging.

Er viel een “gaatje”, welke niet groter werd dan zo'n 15m. tot aan de verversingspost bij Schoorl aan Zee. Daar nam Peter even wat meer tijd dan mij om wat te drinken, zodat we weer gezamenlijk richting strand gingen. De harde noordenwind (windkracht 7) was hier al goed merkbaar en de

DE VIER SEIZOENEN SPECIALIST



Totaalassortiment voor de zomer: **kleding:** o.a. Tenson, Columbia, Fjällräven, Berghaus, Peak Performance, Haglöfs, Odlo, Falke, Patagonia, Royal Robbins, Dale, Timberland, The North Face, Eider, Arc'teryx, Salewa
tenten: o.a. Fjällräven, Vaude, Lightwave, Ramble, Birdland, Active Leisure, Eureka, **rugzakken:** o.a. Bigfooth, Berghaus, Tatonka, Osprey, Lowe, Fjällräven, Vaude, Macpac, Eagle Creek, Deuter, **berg & wandel-
schoenen:** o.a. Meindl, Hanwag, Tecnica, Timberland, Teva, Keen, Reef, Lowa, UGG, Salomon **slaapzakken
ligmatten:** o.a. Therm-A-Rest, Outwell, Carinthia, Birdland, The North Face **kampeeruitrusting:** Diversen

Totaalassortiment voor de winter: **langlauf, carveski's & snowboards:** o.a. Salomon, Head, Vökl, Volant, Atomic, Elan, Fischer, Stöckli, Rossignol, Pale, Tecnica (schoenen), Nordica (schoenen), Burton, Elan, Nitro, Flow, **skikleding & snowboard-kleding:** o.a. Dale, The North Face, Peak Performance, Tenson, Columbia, Fjällräven, Vaude, ACG, Timberland, Arc'teryx, Skila, Odlo, Falke, Löffler, Eider, Bonfire, Killy, Groovstar **skischoenen & bindingen:** o.a. Salomon, Lowa, Nordica, Tecnica, Nitro, Flow **handschoenen:** o.a. Level, Salomon, Roedel **mutsen:** o.a. Limits Beyond, Dakine **helmen:** o.a. Giro, Salomon, Boeri, CP **brillen:** o.a. Carrera, Uvex, Sinner, Adidas, Cebe, Oakley **Klimtoren Indoor skibanen**

Kompas Outdoor World Heerhugowaard: Nobelstraat 12 1704 RM Heerhugowaard (bedrijventerrein "De Zandhorst")

Tel: 072 - 5714342 Parkeergelegenheid voor de deur. **Openingstijden:** ma: 13.00 - 18.00 uur, di & wo & do: 10.00 - 18.00 uur, vr: 10.00 - 21.00 uur (koopavond), za: 09.00 - 17.00 uur.

KOMPAS
Outdoor World

www.kompasoutdoor.nl

Met duizenden m² winkelplezier de grootste buitensportbelevens van Nederland!

wetenschap dat je hem bij de strandafslag richting Hargen vol in je snufferd zou krijgen, maakte het dat een ieder zich al in kleine groepjes ging nestelen.

En ja hoor, eenmaal de hoek om gekomen werd je bijkans terug geblazen en viel het tempo ver terug. Achter de rug van en ander viel het nog wel mee, maar ik had wel in de gaten dat m'n schema hier ook weggeblazen zou worden. Dan maar een alles of niets scenario. Hierdoor moest ik wel steeds van het ene groepje naar het andere oversteken. Ondanks dat het kracht kostte, ging het me ogenschijnlijk gemakkelijk af, hetgeen ook weer moraal gaf. Vlak voor Hargen kwam ik er tot m'n eigen verbazing achter dat Peter niet meer achter me zat. Toen via het parkeerterrein van Hargen richting Groet, zodat we de frontale wind weer kwijt waren. Op km.18 hadden we gelukkig weer beschutting van de bomen maar het was voor mij moeilijk om een goede inschatting van de tussen tijd te maken. Volgens een vluchtige berekening zou het krappe sokken werk worden, maar dan moest het tempo in de laatste 3km. nog wel wat omhoog. Zo werden alle laatste krachten samengebundeld en had ik van dat moment af geen oog meer voor m'n omgeving, laat staan voor mijn clubgenoten die nog eventuele plannen hadden. Ik besloot ook om niet meer op m'n horloge te kijken, dat geeft allen maar extra druk. Bij kilometer 20, toen de vermoeidheid toch wel echt parten ging spelen, kreeg ik het onbestendige gevoel dat het niet ging lukken. Ik moedigde mezelf nog eens aan om dit tempo evengoed vast te houden, omdat een lage 1.40 ook niet zou misstaan. Eindelijk daar was dan die fel begeerde afslag van de Koninginneweg. Je kan de finish bijna ruiken en je loopt op het laatste stukje moraal. En dan nog één keer linksaf naar de finish voor de Blinkerd. In de verte zag ik het finishdoek hangen en probeerde door de vermoeidheid heen op de klok in te zoomen. Met nog zo'n 150m. te gaan zag ik de klok op 1.39.27 staan. Een laatste scheut adrenaline schoot door mijn lijf. Dit pakken ze me niet af! In een ultieme sprint ging ik op de finish af met als resultaat een mooie 1.39.51.

Na een tijdje uithijgen drong het pas echt tot me door en zag ik nog net hoe Ron Ligthart over de finish kwam. Of het echt was weet ik niet, maar het leek wel alsof hij een verontschuldigende blik had, zo van ik kon je echt niet bijbenen. Later in de sporthal zag ik al de overige Nova-strijders vermoeid binnendruppelen en toen begon het pas tot me door te dringen dat ik zeker gezien de omstandigheden een prima prestatie had neergezet. Mijn dag kon dan ook niet meer kapot! Zelfs niet door het mislukken van mijn tactiek om een verslag van de Nova-atleten te maken. Slechts 3 heb ik er kunnen registreren. De overige 10 heb ik in de sporthal gezien of in de uitslagenlijst gelezen. Helaas is het dan ook niet tot een echt "dubbel-gevecht" kunnen komen. Misschien ben ik wel net als Piet v.d. Welle niet de aangewezen persoon om een dergelijk verslag te schrijven! Bij deze dan ook een herhaalde oproep : Wie, o wie neemt de pen over? Of komt Gerrit nog eens langs als gastloper?

Piet Stuyt

JEUGDWEEKEND A.V. NOVA 25 JARIG BESTAAN

Ook voor de jeugd van **6 t/m 12 jaar** wordt iets georganiseerd. Het word een tentenweekend en zal gehouden worden op **9 en 10 juli**. Het begint zaterdag om 10:30 en eindigt zondag rond 12:00 je hebt dus wel een tentje nodig of je slaapt in de tent van je vriend(in). voor eten en drinken word gezorgd. Het word een spetterend programma dus meld je aan.

groeten van de feestcommissie.

Aanmelding voor het jeugdweekend van 6 t/m 12 jaar.

9 en 10 juli

Naam:

Adres:

plaats:

leeftijd:

bijzonderheden:

medicijngebruik ja/nee

Inleveren bij Myriam Dekker

Wonge 17

1749 BK Warmenhuizen

E-mail:myriam@dubbel-dekker.nl

De briefjes moeten uiterlijk voor 22mei ingeleverd zijn.

Zondag 19 juni 2005
Dordrecht

Informatie voor alle pupillen

Van de Regio Dordrecht ontvingen wij de onderstaande informatie over de Jeugdathletiekdag. Zoals uit deze informatie blijkt kan er in elke categorie een team van vier pupillen worden ingeschreven. Ook dient hiervoor een teamleider beschikbaar te zijn. Interesse?

Voor opgave en informatie kunnen jullie terecht bij Mirjam van der Welle, tel. 0226-393991. Denk'er wel om dat inschrijving tot 20 mei mogelijk is.

Atletiek Regio
Dordrecht



KNAU JEUGDATLETIEKDAG
2005



Organiserende verenigingen:



Arjen van Gink (06-53708520)
Boukje Vogel / Esther de Jonge
(030-6087300)

Heb jij zin in een groot atletiekfeest? Schrijf je dan in voor de KNAU Jeugdathletiekdag 2005 en kom zondag 19 juni 2005 naar Dordrecht! Deze dag zullen de KNAU, Euro Champ en de atletiekverenigingen uit de regio Dordrecht een geweldige dag vol atletiek en gezelligheid organiseren waar elke pupil in Nederland van harte welkom is!

Aan de KNAU Jeugdathletiekdag 2005 mogen namelijk **alleen** pupillen meedoen. Elke atletiekvereniging uit Nederland kan **één** of meerdere teams van vier pupillen (plus een teamleider voor elk team) inschrijven in één van de volgende categorieën:

- Pupillen C (jongens en meisjes)
- Pupillen B (jongens en meisjes)
- Pupillen A1 (jongens en meisjes)
- Pupillen A2 (jongens en meisjes)
- Atleten met een beperking (jongens en meisjes, geboortjaar \geq 1990)

Afhankelijk van de categorie zullen de teams dan de volgende onderdelen moeten afwerken:

- Sprint
- Kogelstoten of balwerpen
- Verspringen
- Stand hoogspringen
- Estafette
- Diverse fun-onderdelen

Elk uur van de wedstrijd zal een team samen met de teamleider een atletiekonderdeel en een fun-onderdeel afwerken zodat de gehele wedstrijd 5 uur zal duren. Naast de atletiekwedstrijd zullen alle teams per categorie de gelegenheid krijgen zich te presenteren aan het publiek en zullen er prijzen zijn voor de leukste, gekste en meest origineel aangeklede teams. Denk bijvoorbeeld aan t-shirts, spandoeken, strijdkreten of verzin zelf iets leuks! Elk team krijgt ook een vragenlijst mee waarmee prijzen zijn te winnen. Mocht je je dan nog vervelen dan zal er voldoende afleiding zijn voor iedereen met Fun in Athletics materiaal en andere activiteiten.

En hoe schrijf je je dan in? Inschrijven kan vanaf 1 april tot en met 20 mei 2005 via het inschrijfformulier dat te vinden is op <http://www.atletiek-regio-dordrecht.nl>. Elke bij de KNAU aangesloten vereniging kan **één** of meerdere teams van vier pupillen in één van de genoemde categorieën inschrijven. Atleten met een beperking kunnen als één team inschrijven of deel uit maken van een team uit de categorie A-pupillen. Het vervoer naar de wedstrijd is voor rekening van de deelnemende vereniging(en), deelname aan de wedstrijd is gratis.

De finale

Zaterdag 12 maart de finale van de cross bij de av. Startbaan (zij kunnen zich echter beter av. Landingsbaan gaan noemen) in Amstelveen.

Zonder omwegen kom ik samen met mijn chauffeur P. van de Welle keurig op tijd aan.

Direct bij aankomst op de baan horen we het startschot voor de groep waarin Bjorn Molenaar Nova vertegenwoordigd. Van Bjorn hebben we gehoord dat we niet meer zo lovend mogen schrijven over zijn lopen, Bjorn dan heel kort, in zo'n grote groep junioren deed je het weer goed.

Voor deze wedstrijd had Alwin Groen reeds zijn race gelopen bij de B junioren en was hier heel verdienstelijk op een keurige 5e plaats binnen gekomen.

Dan barst het Nova geweld los.

Lisanne Groen **eerste** bij de meisjes A junioren,

Manon Kruiver **eerste** bij de meisjes B junioren,

Margriet Berkhout **eerste** bij de meisjes C junioren.

Welke vereniging zou hier niet trots op zijn, drie maal een blauw shirt op de hoogste trede van het podium, meiden hartstikke goed.

Al wordt ze dan geen eerste, behaalt ze zelfs geen plaats op het podium, ook Anne Schalkwijk loopt bij de C meisjes een puike wedstrijd. Nog steeds last van de knie, hierdoor kan Anne niet voluit trainen, loopt Anne naar een 19^e plek in een groot veld van 58 deelnemsters. En wat ook nog mooi was meegenomen, ze had weinig last gehad van de knie.

Hugo Vader is de enige atleet die Nova vertegenwoordigd bij de jongens junioren D1. Hugo, met een identieke pas aan vader John loopt voor wat hij waard is en weet de 2 km af te leggen in 9.48.

Bij de jongens junioren D1 komt Nova met 3 atleten waar ook nog wel wat van verwacht mag worden. Jim Kruiver wordt helaas een paar weken voor de finale door de griep geveld en dat heeft ook zijn weerslag op zijn prestatie. Maar Maarten en Bram zijn er helemaal klaar voor. Dat het niet altijd gaat zoals je zou willen gaat op in deze race. Bram en Maarten hebben een miserabele start en tot overmaat gaat Bram ook nog eens een keer onderuit. In een groot veld waar de onderlinge verschillen zeer klein zijn is het dan ook zeer moeilijk om voor een ereplaats te gaan. Maarten probeert het wel en loopt een uitstekende verdere race wat resulteert in een 7^e plek, 10 seconden verwijderd van het podium. Bram heeft het wat moeilijker met die dubbele tegenslag, probeert het nog wel en komt als nummer 19 binnen. Jim heeft nog duidelijk last van de naweeën van de griep en wordt exact nummer 50.

We hebben nu even rust want bij de **D meisjes heeft Nova geen vertegenwoordiging**. En ik weet dat er bij Maaike zat meiden rondlopen die aan de wedstrijden, en dan ook misschien de finale hadden kunnen meedoen, meiden we rekenen op jullie voor het nieuwe seizoen.

Gelukkig kunnen we ons dan gaan opmaken voor de pupillen. Bij de jongens A 2^e jaars zien we direct na de start Erik Tesselaar mee gaan met de eersten een ook Thomas Botman laat zich meteen goed zien. Erik moet halverwege de eersten laten gaan, komt op het laatste stuk zeer sterk terug en komt 1 seconde tekort voor de derde plaats. Natuurlijk prima gedaan en ook Erik, zoals ik later van hem hoor is zeer te spreken over de vierde plek. Thomas wordt in dit grote veld van 61 deelnemers keurig 13^e. Als we dan weten dat er 5 prijzen worden uitgereikt, en nummer 5 maar 10 seconden voor Thomas binnenkomt, geeft dit wel iets aan over de sterkte van het deelnemersveld. Lars Dignum heeft ook een gevecht, en wel met Dennis Vermeulen van Zaanland. Lars gooit op het laatste stuk alles in de strijd en weet de Zaanlander 1 seconde voor te blijven die daardoor als laatste binnenkomt.

Bij de meisjes pupillen A1 lopen Davina van Perge en Kikki Klaver deze finale en ook beiden weer vet goed. Davina komt een klein stukje tekort om op het podium te komen en wordt zesde in 7.07 over de 1,5 kilometer en is daar zelf heel blij mee. Niet ver daarachter komt Kiki binnen in een tijd van 7.38 wat heel goed is.

Tineke Ruijter is bij de meisjes A2 de enige Nova ster. Met een fraai, aërodynamisch kapsel gooit Tineke alles in de strijd en komt als nummer 28 onder het finishdoek door.

Op van de zenuwen, gespannen van top tot teen, en helemaal klaar voor deze finale zoals een topatleet dat hoort te zijn staat Kai Botman aan de start bij de B pupillen jongens. Alles gevend, en door tot het gaatje te gaan weet Kai hierdoor fraai 12e te worden in een sterk veld rasatleten.

De B meisjes weten als team in de volgende cross de **eerste plaats** te bemachtigen. Een podium vol met Eva Roozendaal, Jolijn Prins, Maaïke Ruijter en Lynn Glas, meiden geweldig. Ook persoonlijk natuurlijk heel goede uitslagen want anders kom je als team niet zo hoog, Eva Roozendaal die de laatste strobaal wel kan vervloeken wordt 4, Jolijn Prins in een heel mooie stijl nummer 8, Maaïke Ruijter nummer 16 en Lynn Glas nummer 56, precies goed om het teamfeest te laten slagen.

De C jongens willen niet voor de meiden onderdoen, maar komen net een paar punten tekort voor de 1^e plek. Maar een prachtige, fel bevochten 2e plek als team, daar mag je best trots op zijn. Sven Burger gaat lang mee met de eersten, geeft alles en wordt nummer 9, vlak hierachter onze snelle man van de Trambaan, Jan Willem Tesselaar. Sid Hamelink en Oek Jongbloed maken het feest compleet

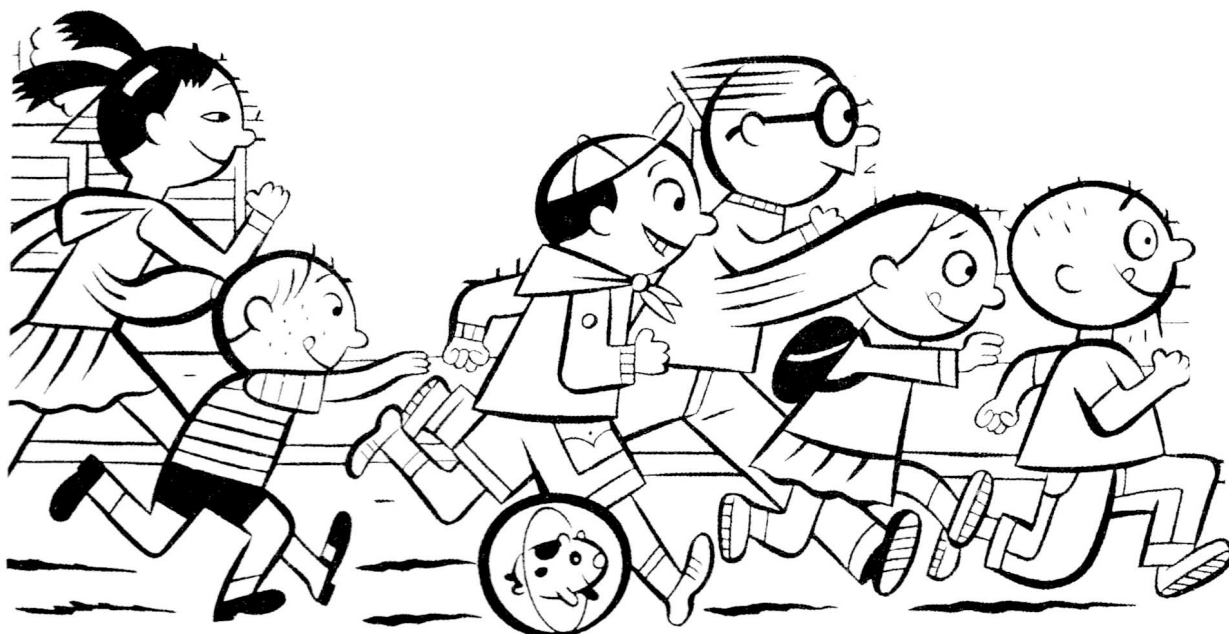
Zowel bij de B meisjes als de C jongens worden ook de trainers en trainsters betrokken in de feestvreugde, wat aangeeft dat er een leuke band en goede sfeer is in deze groepen.

De weersomstandigheden werden er niet beter op toen als laatste de C meisjes van start moesten. Jasmijn van Duin, Hester de Goede en Claudia Boerdijk lopen de zolen onder de schoenen vandaan. Door het regenachtige weer wordt iedereen na de wedstrijd snel bijeen geraapt en naar de auto gedirigeerd.

Maar wat blijkt later, **deze meiden zijn als team derde geworden** in de einduitslag maar hebben nooit op het podium gestaan, heel jammer, maar meiden volgend jaar nemen jullie revanche.

Na al dit geweld wordt het weer tijd om terug te keren naar de basis in Warmenhuizen, volgens mijn chauffeur na het 134ste toestel dat is geland. We mogen met de geleverde prestaties van de grote en kleine Nova atleten heel tevreden zijn en gezien het enthousiasme bij trainers, trainsters maar ook de atleten gaan we volgens jaar proberen dit minimaal te herhalen.

Louis



Pupillencompetitie 2005

Ook deze zomer is er voor de pupillen weer een competitie. Aan deze competitie kunnen meedoen:

Pupillen C (geboren in 1997)

Pupillen B (geboren in 1996)

Pupillen A (geboren in 1995 en 1994)

Ook minipupillen (geboren in 1998) mogen meedoen, maar buiten mededinging. Zij doen dezelfde onderdelen als de pupillen C.

De competitie bestaat uit 3 voorronden welke worden gehouden op:

Zaterdag 28 mei 2005 bij Lycurgus in Krommenie

Zaterdag 11 juni bij Noordkop in Den Helder

Zaterdag 2 juli bij Trias in Heiloo

Op basis van de beste 2 resultaten kan er eventueel mee worden gedaan aan de finale, die is op 17 september bij Suomie in Velsen.

De wedstrijden worden als driekampen verwerkt met telkens wisselende onderdelen, sprinten, werpen en springen alsmede een estafette (bij voldoende opgave) en een 600 of 1000 meter.

Opgave kan door onderstaande strook in te vullen en in te leveren bij Irene Glas, Schelphoek 40 te Warmenhuizen. Of via de email: ireneglas@quicknet.nl

Opgeven kan tot 15 mei. De vereniging betaalt het inschrijfgeld van 3,50 euro. Geef daarom bijtijds aan als je niet mee kunt, dit scheelt de vereniging geld!!!!!!

Voor vervoer/ begeleiding doen wij een beroep op de ouders. Opgeven kan op het deelnameformulier. Als iedereen tenminste 1 wedstrijd opgeeft is er automatisch een redelijke verdeling. De wedstrijden beginnen om 11.00 uur. De eindtijd is afhankelijk van de organiserende vereniging. Informatie over de pupillencompetitie kunt u vinden op www.avzaanland.nl.

Aanmeldingstrook (inleveren Schelphoek Noord 40, Warmenhuizen of ireneglas@quicknet.nl)

Naam:.....

Adres:.....

Woonplaats:.....

Geboortedatum:.....

	Doet mee	Rijden	Begeleiden
Zaterdag 28 mei naar Krommenie	0	0	0
Zaterdag 11 juni naar Den Helder	0	0	0
Zaterdag 2 juli naar Heiloo	0	0	0



De crossfinale in Amstelveen

Op 12-03-2005 was de crossfinale in Amstelveen bij atletiekvereniging de Startbaan. Zoals jullie kunnen lezen in het verslag van Louis van de Berg waren wij daar niet alleen atletiekkers maar ook vliegtuigspotters.

Mama mia, je kon de vliegtuigen daar bijna aanraken en om de minuut ging er wel eentje over.

Ik moest toen wel even aan het verhaal van mijn collega denken die vanuit Amstelveen naar Niedorp verhuisde.

Ze zat op een mooie zomerse dag in de tuin en vroeg toen aan haar man: hoor je dat?

Wat vroeg haar man ik hoor niks. Ja, zei mijn collega dat is het juist; die rust!

Wat dat betreft benijd ik die mensen daar niet. Al hoewel, het wel een indrukwekkend gezicht blijft hoe die grote vliegtuigen in de lucht blijven hangen.

Over de uitslag van de cross hoef ik het niet te hebben want daar zal Louis uitvoerig verslag over doen.

Maar omdat ik een foto heb gemaakt van de 4 jongens pupillen C, die zich zowel persoonlijk als groep hadden geplaatst en uiteindelijk de tweede groepsprijs in hun macht sleepte, dacht ik, dit zullen we publiceren.

Helaas stond Jan Willem Tesselaar met de start niet bij de andere mannen en tijdens de prijs uitreiking was hij alweer weg. Maar ondanks dat, heb ik een klein foto'tje van hem erbij gedaan.

Bij navraag hoe de mannen de cross hadden gevonden zeiden ze alle vier: ik vond het heel leuk dat ik mee mocht doen!

Mannen groetjes van Tonja en nogmaals van harte gefeliciteerd!

Links onder:

van links naar rechts:
Sid Hamelink, Sven Burger
en Oek Jongbloed.

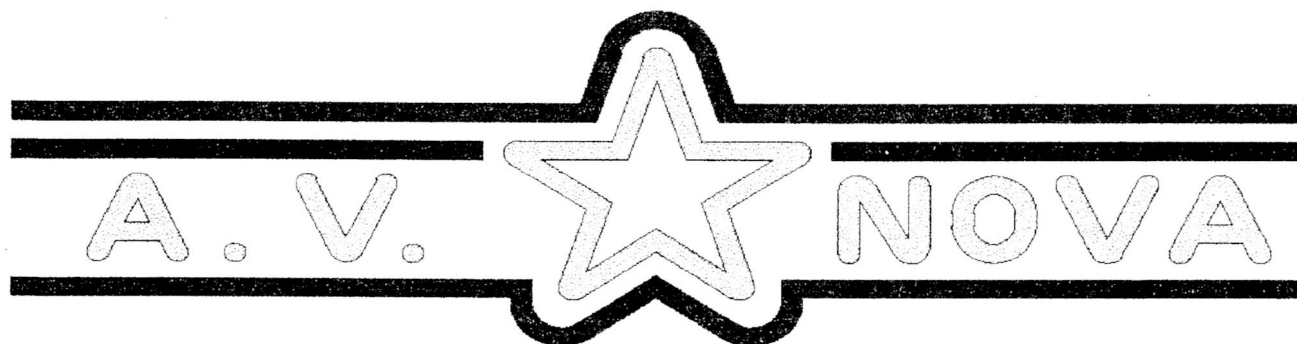
Rechterfoto:

Sven Burger, Sid Hamelink
(met de tweede prijs),
Jan Willem Tesselaar
en Oek Jongbloed.



Uitslagen Clubkampioenschappen cross Cross AV Nova

Plaats	Naam	Geslacht	Leeftijd	Categorie	Tijd	
Heren Masters						
1	Theo Tesselaar	Man	49	Master	37.15	
2	Henry Hofmann	Man	45	Master	38.14	
3	Fred Smit	Man	42	Master	38.47	Geen lid
4	Rene de Nijs	Man	44	Master	39.28	
5	Aad Vader	Man	51	Master	40.28	
6	Arie Kossen	Man	46	Master	41.22	
7	Peter Robert	Man	55	Master	41.32	
8	Joop Kooij	Man	51	Master	41.45	
9	Peter Kruijer	Man	50	Master	41.54	
10	Ron Jansen	Man	55	Master	42.39	
11	Eef Zuiker	Man	48	Master	43.01	
12	Rene Strooper	Man	41	Master	43.25	
13	Ingmar Zondervan	Man	43	Master	43.27	1 ronde minder gelopen
14	Ron Ligthart	Man	40	Master	43.41	
15	Piet Stuyt	Man	51	Master	44.26	
16	Jos Schalkwijk	Man	44	Master	44.37	
17	Jan de Nijs	Man	46	Master	44.38	
18	Ton Bos	Man	46	Master	44.54	
19	Dik Smit	Man	61	Master	45.12	
20	Andre Oudhuis	Man	41	Master	45.22	
21	Martin Klaver	Man	42	Master	46.14	
22	Piet van der Welle	Man	65	Master	46.28	
23	Rinus Molenaar	Man	44	Master	46.56	
24	Bert Groen	Man	53	Master	49.46	
Heren						
1	Coen Schoonheden	Man	36	Senior	35.02	
2	Matthijs de Groot	Man	26	Senior	41.00	
Dames Masters						
1	Nelina Bruin	Vrouw	35	Master	21.40	
2	Carla Latenstein	Vrouw	40	Master	23.11	
3	Petra Rol	Vrouw	37	Master	23.22	
4	Esther Huiberts	Vrouw	39	Master	23.27	
5	Tannes Kruijer	Vrouw	49	Master	26.57	
6	Myriam Dekker	Vrouw	39	Master	27.00	
7	Betsy Groen	Vrouw	48	Master	28.13	
8	Yvonne Boerdijk	Vrouw	39	Master	28.25	
Dames						
1	Silvia Kruijer	Vrouw	30	Senior	20.01	
Meisjes B Junioren						
1	Nikki Smit	Vrouw		B-junior	14.43	
2	Nienke Rijkeboer	Vrouw		B-junior	15.46	
3	Simone Schouten	Vrouw		B-junior	17.17	



Beste NOVA-leden

In 2005 bestaat de atletiekvereniging NOVA 25 jaar!
Om dit feest te vieren worden er een aantal activiteiten georganiseerd. Een activiteit is een gezellige en sportieve Zeskamp op zondag 12 juni a.s.
Dit is voor jong en iets minder jong. Voor alle NOVA-leden.

Een zeskamp is een sportieve spelactiviteit. Met een team van spelers gaan we zes leuke onderdelen af. Het meedoen is hier al belangrijker dan het winnen. De start is om 13.00 uur en we hopen om ongeveer 17.00 uur de Zeskamp afgerond te hebben. Op het veld van NOVA staat deze middag tevens een prachtig springkussen.

Wat moet je doen om jezelf aan te melden? Stuur een e-mail met de gevraagde gegevens naar onderstaand e-mailadres of vul het aanmeldingsformulier in en lever dit in.

Er liggen ook wat formulieren in het clubhuis van NOVA. U kunt dit invullen en meegeven aan Aad Vader.

Groeten van de jubileumcommissie.

Aanmelding voor de Zeskamp van AV NOVA

Naam:

Adres:

Woonplaats:

Leeftijd:

Inleveren bij Theo Tesselaar

Rijperweg 25

1744 HL Sint Maarten

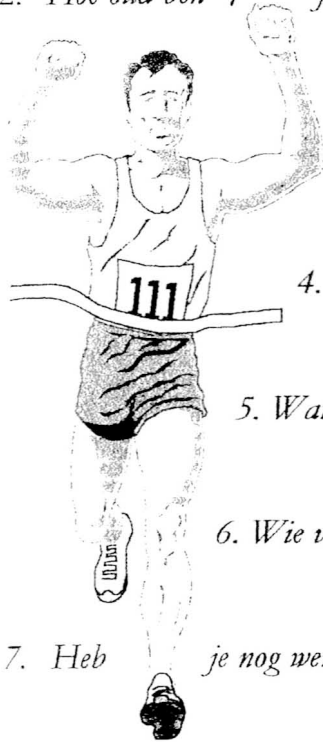
e-mail: mc.tesselaar@quicknet.nl

(of bij Aad Vader op de training)

Portret van een Nova-lid

1. Hoe heet je? *Sven Ruyer*

2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren? *17 thuis*



3. Op welke school zit je? *TORREVEN*



4. Hoe lang zit je al op Nova en wat is er zo leuk aan? *8 maanden*

5. Wat is jouw favoriete onderdeel? *hardlopen balsvrien*

6. Wie vind je erg goed op atletiek-gebied? *kai*

7. Heb je nog wensen of ideeën op het gebied van Nova? *~~jetix~~ leere hoog-springen*

8. Wat is je favoriete t.v. programma? *jetix*

9. Wat is je mooiste c.d.? *snaptte FOX kids hits*

10. Wat vond je een mooi of spannend boek en waarom? *de verschrikkelike school meester*

11. Wat is de laatste film of video die je hebt gezien? *pietje belienz*

12. Heb je nog meer hobby's? *mountainbike*

13. Waar heb je een grote bekel aan? *Taal*

14. Wie is de volgende voor het Portret van een Nova-lid? *ivo van deroord deroord*

Nova bestaat 25 jaar!

Daarom hebben de iets oudere (ex) leden al een gezellige reunie gehad. Complimenten aan de organisatie, het was leerzaam en bovendien gezellig! En om even in de reunie sferen door te gaan, durf ik toch nog twee foto's te plaatsen onder de noemer; jongens en meisjes, weten jullie nog dat er vorig jaar rond Sinterklaas, twee zwarte pieten bij Nova training langskwamen ?????? En ze kwamen niet alleen maar langs, nee ze deden ook nog mee met een wedstrijdje en ze deelden ook nog aan iedereen een kado uit. Zwarte pieten onwijs bedankt en hopelijk hebben jullie volgend jaar ook nog even tijd om bij ons langs (nee an) te komen. P.s. wil je een foto bestellen? Lever dan de bestelling bij je trainer in d.m.v. een enveloppe met je naam erop en met de onkosten van € 0,20 erin.

Groetjes Tonja Burger-de Boer.



Yes, het voorjaar is begonnen!

We hebben de binnentraining afgesloten en zijn daarom op 21-04-2005 met de liefhebbers van de donderdag groepen naar het bos geweest.

Wat waren we bofkonten, want we hadden heerlijk weer!

En dat we er zin in hadden, dat blijkt wel uit deze groepsfoto.

Deze foto is evt. te bestellen via je trainer. Zet op een enveloppe je naam en stop de onkosten van € 0,20 erin.

Groetjes Tonja Burger-de Boer.



Reünie

Na de oproep om het e.e.a. te verzamelen voor de reünie zijn wij op zolder gaan zoeken. Hartstikke leuk om al die (oude??) foto's weer te zien, zowel privé als van o.a. Nova. Zo hebben we nog foto's van bijna alle trainingsweekenden, en van één van de eerste competitiewedstrijden, de Ivo-van-Damme-Memorial in Brussel. En wat te denken van de *wintersportreis* naar Sauerland. Ook vonden we nog een hele stapel oude Coopertestsuitlagen. Dán zie je pas de vergrijzing toeslaan. Zo'n 10 jaar geleden liepen we allemaal toch wel honderden meters verder! Daarnaast hebben we ook nog een heel oude videofilm, met daarop een aantal crosswedstrijden van de jeugd, deelnemers aan de marathon Schoorl etc. Kortom: we nemen alles wat we hebben mee naar de reünie. Heb je of gún je je geen tijd om te kijken, geen probleem, we nemen alles ook weer mee naar het 'Weekend uit' in Mei.

Marian.

r	ij	k	o	g	e	l	s	t	o	t	e	n	n	d
o	e	i	h	u	f	l	t	u	c	p	n	l	m	i
h	f	n	p	s	s	s	a	u	b	e	k	e	r	s
a	z	l	n	f	i	t	r	m	n	o	h	j	p	c
r	a	p	i	e	n	n	t	n	c	r	v	e	r	u
d	k	o	k	q	n	y	i	z	z	g	e	g	t	s
l	l	d	y	y	k	w	d	f	b	r	r	n	m	w
o	v	i	t	t	d	ij	e	v	w	t	l	e	u	e
p	r	u	u	m	r	l	m	e	t	y	i	g	e	r
e	w	m	i	t	l	z	r	r	o	p	e	n	k	p
n	o	l	s	i	f	p	u	s	h	o	z	i	m	e
o	p	d	a	r	e	a	f	p	c	e	e	r	s	n
k	e	d	j	n	f	m	a	r	s	t	n	p	g	o
w	e	m	t	i	j	r	k	i	t	e	g	s	e	p
m	n	n	r	o	k	d	o	n	r	e	g	g	o	ij
o	b	p	q	o	s	j	e	g	a	l	h	o	k	a
y	k	o	e	g	a	d	t	e	t	t	n	o	v	a
s	p	r	i	n	t	j	s	n	s	a	h	h	g	i

Dit zijn de woorden:

Rennen

Discuswerpen

Speerwerpen

Startschot

Winnen

Verliezen

Parkoer

Medaille

Kogelstoten

Bekers

Gooi

Nova

Finish

Podium

Hoogspringen

Sprint

Verspringen

Atleet

Start

Hardlopen

Wedstrijd

Zoek alle kanten op

Pien Stolk

Jongens junioren C

1	Daan	Leeuwenkamp	C-junior	jongen	8.02
2	Bjorn	Molenaar	C-junior	jongen	8.40
3	Paul	Glas	C-junior	jongen	10.27
4	Chiel	Ruijter	C-junior	jongen	11.07

Meisjes junioren C

1	Anne	Schalkwijk	C-junior	meisje	8.55
---	------	------------	----------	--------	------

Jongens junioren D

1	Bram	Berkhout	D-junior	jongen	8.13
2	Maarten	Elsenaar	D-junior	jongen	8.20
3	Jim	Kruiver	D-junior	jongen	8.55
4	Hugo	Vader	D-junior	jongen	9.44
5	Bob	Mosch	D-junior	jongen	9.48
6	Nadim	Akbari	D-junior	jongen	10.16
7	Robbert	Nijs	D-junior	jongen	10.33
8	Jesse	Smit	D-junior	jongen	11.00

Meisjes junioren D

1	Jaimy	Leegwater	D-junior	meisje	10.21
2	Anne	Smeele	D-junior	meisje	10.25

Jongens pupillen A

1	Erik	Tesselaar	pupil A	jongen	3.56
2	Thomas	Botman	pupil A	jongen	4.16
3	Michael	Mosch	pupil A	jongen	4.37
4	Tijs	Hofmann	pupil A	jongen	4.42
5	Jeroen	Huiberts	pupil A	jongen	4.47
6	Jochem	Jansen	pupil A	jongen	4.50
7	Lars	Dignum	pupil A	jongen	4.56
8	Tiemen	Smit	pupil A	jongen	5.20
9	Thomas	Smeele	pupil A	jongen	

Meisjes pupillen A

1	Davina	Perge	pupil A	meisje	4.33
2	Kiki	Klaver	pupil A	meisje	4.39
3	Tineke	Ruijter	pupil A	meisje	4.54
4	Feije	van Rijn	pupil A	meisje	4.57
5	Maud	Dekker	pupil A	meisje	5.07
6	Pien	Stolk	pupil A	meisje	5.12
7	Madelon	Kemper	pupil A	meisje	5.16
8	Laura	van Baar	pupil A	meisje	5.17

Jongens minipupillen

1	Maarten	de Boer	minipupil	jongen	5.34	
2	Sam	de Nijs	minipupil	jongen	5.51	Geen lid
3	Ian	Smit	minipupil	jongen	6.11	Geen lid

Meisjes minipupillen

1	Sophie	Aubrun	minipupil	meisje	5.35
2	Mandy	Moerland	minipupil	meisje	6.07

Jongens pupillen B

1	Kai	Botman	pupil B	jongen	4.31
2	Jos	Meeussen	pupil B	jongen	4.54
3	Jim	Zutt	pupil B	jongen	5.07
4	Job	Ligthart	pupil B	jongen	5.10

Meisjes pupillen B

1	Eva	Rozendaal	pupil B	meisje	4.44
2	Maaike	Ruijter	pupil B	meisje	4.52
3	Jolijn	Prins	pupil B	meisje	5.03
4	Nina	Schmidt	pupil B	meisje	5.19
5	Robin	Tesselaar	pupil B	meisje	5.19
6	Julie	Kuiper	pupil B	meisje	5.28
7	Tessa Anne	Janssen	pupil B	meisje	5.33
8	Laurence	Aubrun	pupil B	meisje	6.01
9	Janine	van Baar	pupil B	meisje	6.01
10	Lynn	Glas	pupil B	meisje	6.14
11	Demi	Buiter	pupil B	meisje	6.22
12	Lonneke	Rademakers	pupil B	meisje	6.30
13	Judith	Mosch	pupil B	meisje	6.34

Jongens pupillen C

1	Sven	Burger	pupil C	jongen	4.39
2	Jan-Willem	Tesselaar	pupil C	jongen	5.03
3	Sid	Hamelink	pupil C	jongen	5.12
4	Oek	Jongbloed	pupil C	jongen	5.20
5	Maarten	Mosch	pupil C	jongen	5.59
6	Mitchell	Groen	pupil C	jongen	6.00
7	David	Smeele	pupil C	jongen	6.04

Meisjes pupillen C

1	Jasmijn	van Duin	pupil C	meisje	5.38
2	Claudia	Boerdijk	pupil C	meisje	5.43
3	Loretta	Schoone	pupil C	meisje	5.46
4	Hester	de Goede	pupil C	meisje	5.48



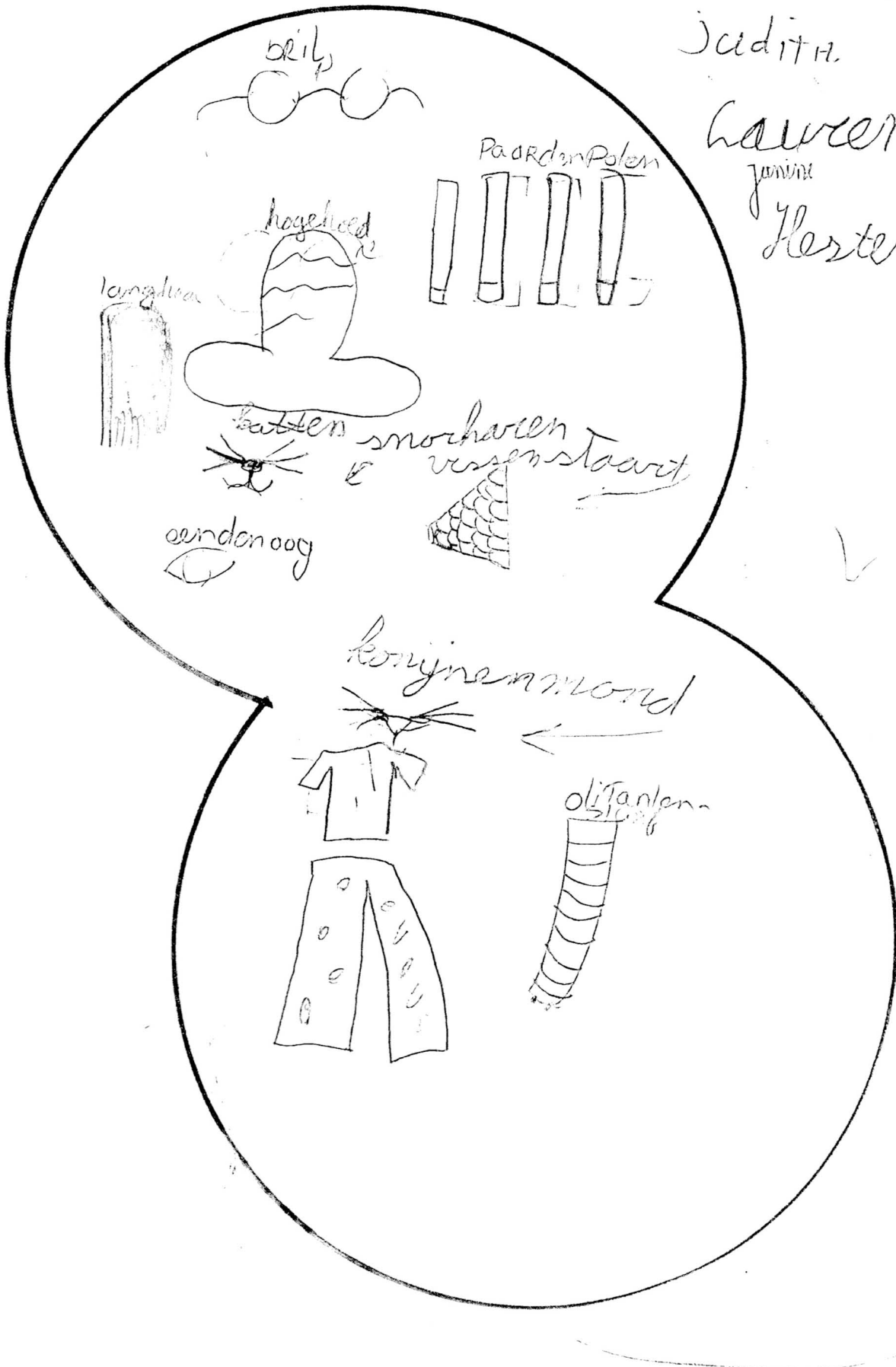
manoak, jorik,

Jadith.

Lawrence

junior

Hester.



We gingen naar het bos.

Daar gingen we naar een open plek.

We moesten daar allemaal rondjes rennen.

Daarna gingen we omstebeurt allemaal
kaartjes halen.

Op die kaartjes stonden woordjes.

Een voorbeeld: een eenden snavel.

Dat moest je dan tekenen.

Toen was het een tekening geworden.

Wij hadden gewonnen.

😊 😊wisse😊 😊

AGENDA

13 mei	Jeugd	Vrijdagavondwedstrijd
20/22 mei	Senioren	Trainingsweekend Appelscha
22 mei	Junioren	Viaanse Molen Games baanwedstrijd Hylas Alkmaar
28 mei	Pupillen	1 ^e wedstrijd pupillencompetitie bij Lycurgus Krommenie
3 juni	Jeugd	Vrijdagavondwedstrijd
11 juni	Pupillen	2 ^e wedstrijd pupillencompetitie bij Noordkop Den Helder
12 juni	Allen	Zeskamp i.v.m. 25-jarig bestaan
24 juni	Jeugd	Vrijdagavondwedstrijd
26 juni	Jun.CD+pup.	Baanwedstrijd bij Hylas te Alkmaar
2 juli	Pupillen	3 ^e wedstrijd pupillencompetitie bij Trias Heiloo
9/10 juli	Jeugd 6/12jr	Jeugdweekend i.v.m. 25-jarig bestaan
16 juli	Pupillen	Baanwedstrijd bij Lycurgus te Krommenie
22 juli	Jun AB-Sen.	Instuif baanwedstrijd bij Trias te Heiloo
5 aug	Jun AB-Sen	Instuif baanwedstrijd bij Trias te Heiloo
13 aug	Allen	Stratenloop Tuitjenhorn
19 aug	Jun AB-Sen	Instuif baanwedstrijd bij Trias te Heiloo
26 aug	Allen	Kalvermijlthe hardloopwedstrijd Kalverdijk
28 aug	Jun.D-Pup.	Instuif baanwedstrijd bij Hera te Heerhugowaard
3 sept.	Allen	Verlichtingsloop te Warmenhuizen
17 sept.	Pupillen	finale pupillencompetitie
10 sept.	Senioren	Clubkampioenschappen
11 sept.	Jeugd	Clubkampioenschappen
23 sept.	Jeugd	Nacht van Nova

Nadere informatie te vragen bij wedstrijdsecretaris Piet van der Welle (392339)
Uiteraard staat er ook de nodige informatie op internet: www.knau.nl