

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
Mirjam v.d. Welle	Verzetslaan 43	WH 0226-39 3991
Lidia v.d. Berg	Oudevaart 42	WH 0226-39 4778

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

Nel Meijer	Oudevaart 40b	WH	0226-39 1424
Margret de Boer	Dergmeerweg 41	WH	0226-39 3709
Maaïke Groot	Surmerhuizerwg 8a	Eenigeburg	0226-39 0554
Kirsti Ootjers	Mauvestraat 54	Schagen	0224-213201
Lia Raat	Westfriesedijk 46	Schoorldam	072-509 5508

**Dinsdag:**

17.00- 18.00
19.30 -21.00

Op de Nova baan

Jongens en meisjes 11 jaar e.o
Senioren

o.l.v. Maaïke, Dick Smit, Martin Church
o.l.v. Piet v.d. Welle

Donderdag:

16.00 tot 17.00
18.00 tot 19.00
19.00 tot 20.00
19.30 tot 21.00

Op de Nova baan

Jongens en meisjes 6 t/m 7 jaar
Jongens en meisjes 8 t/m 9 jaar
loopgroep junioren
loopgroep senioren

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

Op de Nova baan

Jongens/meisjes 9 t/m 10 jaar
jongens 11 jaar
meisjes 11 jaar

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

Sportief wandelen + Nordic Walking: Vertrek bij het Zandspoor**Maandag- en zaterdagmorgen**

9.00 uur

Peter Robert, Miriam Ligthart

Zaterdagmiddag wintertijd

15.00 uur

Peter Robert, Louis- en Leo Suiker,

zomertijd

15.30 uur

Jan Karsten

Attentie voor de jeugdtrainingen:

Donderdag i.p.v de novabaan in de Harenkarspelhal n.l. het uur van 16.00 uur tot 17.00 uur en van 17.00 uur tot 18.00 uur. Vrijdag begint Maaïke om 16.00 uur in de Harenkarspelhal, (16.00 uur tot 17.00 uur, 17.00 uur tot 18.00 uur, en van 18.00 uur tot 19.00 uur.

Maaïke, onze trainster, heeft de laatste tijd last van een blessure. Zij komt ondanks dit toch training geven. Maaïke, veel sterkte, namens alle Nova mensen.

Van de voorzitter

Als ik ga zitten schrijven, vrees ik dat dit een van de kortste van de voorzitters wordt, want de inspiratie ontbreekt. Niet dat er niks gebeurd is maar om al die dingen aan papier toe te vertrouwen, lijkt me niet zo verstandig. Er zitten veel frustraties tussen en die frustraties zijn weer opgevolgd door positievere indrukken. Die positieve indrukken proberen we dan weer vast te houden, zodat we de moed niet verliezen.

Als ik dit nu zo terug lees, denk ik dat ik beter cryptogrammen kan gaan ontwerpen, want met deze onzin is niemand geholpen.

Daarom een korte schets.

Ik spreek over 2005, dus die 9 jaar daarvoor blijft hier nu maar onbesproken.

22 februari: de gemeenteraad neemt een amendement aan, waarin het college van B en W, wordt opgedragen NOVA een C accommodatie te verschaffen in het tussengebied.

In de tussentijd komen wij met B en W nog 4 keer bij elkaar, maar op 5 oktober komt het hoge woord er uit: B en W voert het amendement niet uit. B en W wil ons aan het Noorderlicht hebben. Ik vraag of daar dan, gezien het amendement plotseling een meerderheid voor is. Dat niet, maar als wij een brief schrijven, waarin wij verklaren, dat wij, weliswaar met tegenzin, bereid zijn naar het Noorderlicht te verhuizen, dan die meerderheid er wel komen. Je snapt hem, onze zekerheid inleveren ten koste van nieuwe onzekerheid. Wij kijken elkaar verbaast aan. Ik zeg hun dat ik dat de omgekeerde wereld vind en dat als ze wat willen, ze zelf de kastanjes maar uit het vuur moeten halen. Wij trappen hier niet in.

Desondanks gaat het voorstel naar de gezamenlijke commissie MZ en RZ, maar die maken korte metten met het voorstel.

Hieraan vooraf gaan slapeloze nachten, veel telefoontjes en e-mail, dat heet dan wandelgangen, maar er wordt weinig gewandeld, wel onderhandelt.

Van slapeloze nachten had ik tot heden toe weinig last, zeker niet als het om NOVA ging, maar een brief schrijven vond ik toch wel het toppunt. Het was dan ook meer kwaadheid.

In de raadsbrede commissie bleef er niks van het voorstel over. Op dit moment is het laatste nieuws dat het Noorderlicht door B en W van tafel is gehaald en dat als alles mee zit er een ander voorstel aangeboden wordt aan de raad op 3 november. Ze rekenen dit nu door en misschien, misschien, ja heel misschien, heel, heel misschien is er dan een positief besluit. Misschien is dit verhaal dan wel weer achterhaald, kan de zaak op de schop. Kunnen de stembanden rust krijgen en gaat het grote werk pas echt beginnen.

Vrijwilligersavond

Dat gaan we dan vieren op de vrijwilligersavond. Afsluiting van het 25 jarig bestaan. Een leuke avond voor al die mensen die zich jaar in jaar uit inspannen voor onze club. Natuurlijk op het gevaar af dat we iemand vergeten, weet dan dat zonder bij bedoeling is. Voor het eerst hebben we in kaart wie er allemaal vrijwilliger zijn bij NOVA. De lijst is dan toch weer langer dan je eerst denkt. Dank aan de vrijwilligers is een feestelijk moment. Ik hoop dat we daarbij nog meer feestelijke mededelingen hebben. maar jullie snappen mijn reserves, wijs geworden in 9 jaar.

Jos

De klok alweer een uur terug, dat betekent dat de donkere dagen er aankomen. Gezellig de kaarsen aan, sinterklaas in aantocht, spannende en leuke tijd. Waarschijnlijk vinden de pieten atletiek vereniging nova ook wel, en brengt hij cadeautjes bij de sportieve jeugd langs. Wanneer hij de vereniging bezoekt is een verrassing.

Zoals altijd zijn er verschillende evenementen georganiseerd, waarvan de uitslagen in deze krant staan vermeldt. De uitslagen van de boerenkoolloop 6 november jl. staan niet in de krant, maar worden geplaatst in de volgende krant.

Annet Kruiver schrijft over het wel en wee van de t.d.r.-lopers. De atleten leveren goede prestaties dus onze complimenten.

Tonja Burger heeft een verslag met foto's uitgebracht van de finale pupillen competitie .Leuk Tonja onze dank hiervoor.

Sportief wandelen is zo populair onder de mensen , dat Peter Robert een wachtlijst op heeft moeten stellen voor de wandelaars die zich willen aanmelden. Verdere informatie lees dan de krant.

Wat verder erg leeft onder de atletiek vereniging nova is de plek van de nieuwe atletiekbaan. Men is er nog niet over uit waar precies de nieuwe baan moet komen te liggen. Het blijft spannend . Wie weet is er meer duidelijkheid hierover in de volgende Nova-krant. Alweer de eerst van het jaar 2006.

Jullie mogen de stukjes inleveren of mailen voor 2 januari, de krant wordt samengesteld en in elkaar gezet op 11 januari 2006.

Tot ziens allemaal en tot in 2006!!!!!!!

Sportieve groet van de redactie.

College: Nova toch in Tussengebied

VAN ONZE VERSLAGGEVER

3-11-05
WARMENHUIZEN - De nieuwe baan voor atletiekvereniging Nova kan toch in het Tussengebied aangelegd worden. Burgemeester en wethouders van Harnekarspel stellen de gemeenteraad vanavond voor om de nieuwe Nova-baan op de huidige ijsbaan van SIS aan te leggen. Daarmee is het vorige plan van B en W om Nova te verhuizen naar het Noorderlicht van tafel.

Het college heeft bakzeil gehaald nadat tijdens de commissievergadering op 25 oktober bleek dat een meerderheid van de gemeenteraad niets zag in een verhuizing van de atletiekvereniging naar het Noorderlicht tussen Tuitjenhorn en Warmenhuizen. Ook Nova zelf gaf toen nogmaals aan liever niet weg te gaan van de huidige locatie aan de Oostwal in Warmenhuizen.

„Na hard werken afgelopen weekend om alles door te rekenen, hebben we nu een alternatief gevonden”, zegt burgemeester E. Brommet. „In dit voorstel blijft Nova op de ijsbaan, verschuift SIS een stuk richting de ligweide van het zwembad en worden de zonnecollectoren van het bad verplaatst. Dit alles kost net zo veel als het vorige plan, namelijk ruim 1,2 miljoen euro.”

Volgens burgemeester Brommet kan ijsvereniging SIS zich in het plan vinden. „Zij houden een vierhonderdmeterbaan en blijven vrijwel op dezelfde plek.”

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
			0224-
Henry Hofmann	39 4974	Maaïke Tesselaar	299884
Jan Karsten		Martin Church	
Louis Suiker	39 2577	Leo Suiker	

Extra duintrainingen

De crosscompetitie komt er weer aan. Op 12 november 2005 is de 1^e wedstrijd op de NOVA baan. Om je goed voor te bereiden geven wij een aantal extra duintrainingen.

Wie mogen er aan deze extra training meedoen:

Iedereen die op donderdag of vrijdag traint en zich voor de crosscompetitie opgeeft mogen meedoen. Helaas is er voor de mini-pupillen (geboren in 1999) geen crosscompetitie, ze kunnen dan ook niet meedoen met extra duintraining.

Waar worden de trainingen gehouden:

Voor de trainingen maken we gebruik van de Schoorlse duinen, we verzamelen bij het bezoekerscentrum het Zandspoor.

Wanneer is de extra training:

Op zondagochtend 30 oktober en 20 november zijn de extra trainingen. De trainingen beginnen om 9.30 uur (zorg dus dat je op tijd bij het Zandspoor bent) en duren 1 tot 1 ½ uur.

Hoe kom ik in Schoorl:

Vervoer dien je zelf te regelen, spreek dit met je vriendjes, vriendinnetjes of andere clubgenoten af. Heb je echt geen vervoer dan kan je altijd met één van onderstaande trainers contact opnemen.

Waar kan ik mij aanmelden:

Aanmelden graag voor 23 oktober, zodat wij tijdig weten met hoeveel jullie komen. Aanmelden kan bij:

Marjan Leyen,	telefoon 0226-39 4493 e-mail: jong.bloed@quicknet.nl
René de Nijs	telefoon 0226-39 3361 e-mail: rars.de.nijs@tiscali.nl
Tonja Burger	telefoon 0226-39 1291 e-mail: et.burger@quicknet.nl
Henry Hofmann	telefoon:0226-39 4974 e-mail: hermaenhenryhofmann@quicknet.nl

De trainers:

Als jullie dit lezen is de 1^e duintraining al achter de rug. Maar voor 20 november 2005 kan je je nog aanmelden..

Nova krijgt na jaren praten eindelijk baan

Eindelijk kunnen we definitieve plannen gaan maken voor een nieuwe kunststof atletiekaccommodatie en dan nog wel op de onze huidige plek.

Even een stukje geschiedenis.

Toen voor het eerst duidelijk werd dat het gebied tussen Warmenhuizen en Tuitjenhorn bestemd zou gaan worden voor voorzieningen en woningbouw diende het bestuur haar toekomstvisie in waarin werd aangedrongen op een eigen accommodatie. De combinatie van ijs- en atletiekbaan was verre van ideaal. Ook onze kantine raakte in verval. In onze visie werd de suggestie gedaan om een atletiekbaan aan de zuidzijde van de huidige plek aan te leggen. We spreken nu over eind 1996.

Het bleef lang stil. Te lang, dus het bestuur trok maar eens aan de bel. Resultaat: bijstelling van de toekomstvisie en vele "prettige" gesprekken welke echter niets op leverden.

In de loop van 2002 werden de raadsfracties benaderd om te proberen wat schot in de zaak te krijgen. Resultaat: in het tussengebied was geen plaats en de locatie aan de oostkant van het Noorderlicht werd uit de hoge hoed getoverd. Voor ons in het geheel niet aantrekkelijk. Daar zouden meer sportvoorzieningen moeten komen: korfbal, hockey bedenk maar wat. In onze ogen niet erg realistisch. Toch werd deze gedachte uitgewerkt, maar bleek uiteindelijk (gelukkig) te duur uit te vallen. De gemeenteraad wees dit plan af.

Burgemeester en wethouders hield echter heel lang vast aan deze locatie. Dit ondanks de vele bezwaren die wij hiertegen inbrachten. In de vele besprekingen welke we voerden kregen we geen voet aan de grond. In de commissievergadering van 25 oktober j.l. kwam opnieuw een voorstel hiervoor aan de orde. Ons alternatieve plan om een gedeelte van de zonneweide van het zwembad op te offeren werd in eerste instantie door het college verkeerd vertaald. Het peuterbad zou zelfs moeten verdwijnen en dit werd als een groot bezwaar gezien. Terecht, maar dat was een verkeerde voorstelling van zaken. Dit bad kan blijven. Wel moet een oplossing worden gevonden voor de zonnecollectoren. Het werd op heel spannend.

Raadsvoorstel en -besluit accorderen, en daarmee de raad voor te stellen:

- 1) over te gaan tot realisatie van een atletiekaccommodatie;
- 2) deze accommodatie te realiseren aan de oostzijde van het Noorderlicht; **voorstel verworpen**
- 3) voor de realisatie exclusief de grondkosten een taakstellend krediet beschikbaar te stellen van € 975.000,-

Gelukkig luisterde het college nu naar de raad en kwam terug met ons voorstel (zie de achterzijde van deze pagina) wat nu de eindstreep heeft gehaald.

- a. over te gaan tot realisatie van een atletiekaccommodatie op het huidige ijsbaanterrein;
- b. over te gaan tot realisatie van een nieuwe 400mtr natuurijsbaan en deze aan te leggen tussen eerdergenoemd terrein en de ligweide van het zwembad;
- c. een taakstellend krediet inclusief grondkosten beschikbaar te stellen van afgerond € 1.272.000,-- excl. BTW;

Natuurlijk zal er nog veel werk verzet moeten worden. Overleg met S.I.S. en het zwembadbestuur over de verdere indeling en uiteraard de hieraan verbonden kosten.

Een nieuwe kantine met kleedgelegenheid zal door ons zelf gerealiseerd moeten worden. Hiertoé zullen de nodige acties moeten worden gerealiseerd. Er zijn al enthousiaste ideeën geopperd om geld bij elkaar te krijgen: sponsorlopen, verkoopacties, klaverjas- en bridgedrives, een workshop voor een mooi bloemstuk en er valt natuurlijk nog veel meer te bedenken. Verder zal er natuurlijk ook veel zelf kunnen worden gedaan. We zullen zeker een beroep op onze leden gaan doen en hopen op veel inzet. Jullie horen natuurlijk meer over de vorderingen.

SITUATIE aan de Oostwal, Warmenh.

STUDIE : inpassing nieuwe Atletiek-accommodatie
av.NOVA, op plek huidige IJis/Atletiekbaan

schaal 1 : 2500, P.S. 20mei2005

S-02B



het uitverkoren model!!!

Geen trainer aanwezig.

Op de volgende dagen zal er geen trainer aanwezig zijn:

Maandag 26 december en 2 januari: Sportief Wandelen

Zaterdag 24 en 30 december: Sportief Wandelen en Nordic Walking

p.s. Jullie kunnen natuurlijk altijd op jezelf gaan wandelen!

Peter, Mirjam, Louis, Jan en Leo

Sportief Wandelen op maandagmorgen.

De groep is na de zomervakantie erg groot geworden. Ik wil echter kwaliteit in de training blijven bieden en als de groep nog groter wordt kan ik de kwaliteit, die ik voorsta, niet in voldoende mate leveren.

Dit betekent dat nieuwe leden kunnen kiezen uit 2 opties:

- Op een wachtlijst
- Naar de zaterdagmorgentruining komen. Deze groep is na de zomervakantie opgestart en telt inmiddels tussen de 10 en 15 leden

Leden van de maandagmorgengroep: neem niet meer zomaar iemand mee voor proeftrainingen, maar hou rekening met geen hierboven staat beschreven

Peter

Coopertest.

Donderdag 17 november organiseren wij weer een Coopertest. Stel ons niet teleur en kom je conditie meten. Neem vrienden en bekenden mee! De deelname is voor iedereen gratis!

Warming-up start op de gebruikelijke tijd, om 19.30 uur. Gevolgd door de Coopertest. Na afloop wordt in de Nova-kantine de uitslag bekend gemaakt, dan weet je direct hoe het met de conditie is gesteld. Dit doen we onder het genot van thee met 'n koek(je)

Peter en Ron.

Nog een laatste mededeling betreffende weekend-uit Appelscha

Enige tijd geleden hebben wij een kettinkje opgestuurd gekregen uit Appelscha.

Wie van de deelnemers mist dit sieraad??

Peter en Marian.

Oproep voor 2de hands Nova T-shirts

Heeft u Nova shirts die u niet meer gebruikt, geef ze een 2de kans en lever ze in bij Lydia v.d

Berg

Oudevaart 42, Warmenhuizen tel
39.4778

Training Nordic Walking

Sinds alweer 1 ½ jaar wordt op zaterdagmiddag de Nordic Walking training gegeven, zomertijd van 15.30 - 17 uur en wintertijd starten we een half uur eerder. Over het algemeen kwamen er tussen 10-15 deelnemers.

Het valt ons op dat de opkomst sinds de afgelopen zomervakantie nogal is afgenomen, soms tot slechts 4-5 deelnemers. Hiervoor kunnen we moeilijk een trainerskorps in stand houden. Graag willen wij de oorzaak weten van de terugloop op zaterdagmiddag.

Zou de oorzaak kunnen liggen in het feit dat men liever op zaterdagmorgen traint?
Het valt ons namelijk ook op dat deelnemers aan de cursus zich over het algemeen niet aanmelden bij de zaterdagmiddag-groep. Navraag bij de cursisten leert dat men wel wil, maar dat men een duidelijke voorkeur heeft voor de zaterdagmorgen. Dit mede omdat ook de cursussen 's morgens worden gegeven.

Of zijn er andere oorzaken?
Is de training te zwaar, te licht, te lang, te kort ?

Wij *overwegen* de training te verplaatsen naar de zaterdagmorgen van 9 - 10.30 uur. Met als doel het aantal deelnemers te verhogen. Geeft ook meer voldoening voor de trainers!

Wat wij graag willen weten:

- Welke reden kan je bedenken dat de zaterdagmiddagtraining zo matig wordt bezocht
- Wat vind je er van als de training wordt verplaatst naar de zaterdagmorgen ?

Graag een reactie naar:
e-mail: peter_marian_robert@planet.nl of telefonisch 0226 393338

De trainers:
Louis, Jan, Leo en Peter.

Nordic Walking Wandeltocht op 31 december 2005.

Op 31 december wordt de Oliebollen-Nordic-Walking-Wandeltocht georganiseerd. Start is om 9 uur bij Restaurant Nogal Wiedus in Den Helder. Afstand 8 km. Inschrijfgeld € 7.50 Dit is inclusief koffie en oliebollen.

Meer info / opgeven: tschendelaar@quicknet.nl

Peter.

Hier weer wat laatste nieuwtjes van de NOVA leden die bij T.D.R. trainen. Het baanseizoen is afgesloten. Hierna hebben de atleten een rustperiode ingelast. Een deel der atleten is rustig aan de opbouw voor het crossseizoen begonnen, de anderen bereiden zich voor op het indoorseizoen. Een nieuw gezicht bij de dinsdag en zondag training is Daan Leeuwenkamp. Prachtig om te zien hoe goed de NOVA talenten zich ontwikkelen en zo proeftrainingen volgen om bij het TDR team aansluiting te vinden. Terugkijkend op het baanseizoen kunnen we stellen dat er vele pr's gesneuveld zijn. De prijzenkasten zijn weer voller geraakt'. Vele atletiekbanen in Nederland, België maar ook andere landen zijn bezocht. Voor velen een pittige ervaring rijker dus.

Leon Ineke

Leon kwam dit jaar in sterk bezette wedstrijden uit. Hij liep op 27 augustus tijdens het Rob Druppers gala in Utrecht vlak achter Arnoud Okken. Dat geeft wel een kick als je langs de baan staat en ziet dat Leon 3^e wordt met in je achterhoofd dat Arnoud Okken een deelnemer was op het E.K. Dan zit je er toch heel dichtbij. Ook bij het invitatie meeting in Zutphen eindigde Leon na een fenomenale eindsprint als 3^e en de tijd 1.51.65, ja dat was een p.r.!!!

Uitslagen

1500 m	3.59.67	NSK Teams	17 September 2005
800 m	1.51.65	Invitatie meeting	11 September 2005
800 m	1.52.28	Rob Druppers	27 Augustus 2005

Alwin Groen

Alwin kwam dit jaar voor het eerst bij de B junioren uit. Alwin ontpopt zich als een ware lange afstandsloper. Hij heeft op 9 september zijn eerste 10 km gelopen en deed dit in een voortreffelijke tijd van 34.42.

Uitslagen

10 km	34.42	Goudse singelloop	9 September 2005
4 engelse mijlen	22.23	Groningen	9 Oktober 2005

Lisanne Groen

Lisanne heeft last gehad van een blessure waardoor ze de Dam tot Damloop voorbij moest laten gaan. Wel heeft ze de 4 mijl van Groningen gelopen. Ze deed dit in een tijd van 27.23.80. Lisanne verblijft samen met Manon Kruiver en Margriet Berkhout op trainingsstage in Groet waar ze zich klaar maken voor het cross seizoen. Binnenkort doet ze mee aan de Warandeloop te Tilburg, een cross die onderdeel is van het KNAU circuit.

Manon Kruiver

Manon heeft een geweldig baanseizoen gehad. Vooral de wedstrijden waarbij het moest gebeuren bleek de vorm er te zijn. Manon heeft dit seizoen 8 pr's verbeterd. In het naseizoen kon Manon geen records meer breken. Na de rustperiode was de eerste test de 4 mijl van Groningen. Ze werd eerste bij de junioren. Ze liep de 6.4 km in 23.43.20. Manon heeft via het project Support the Talent een trainingsstage in Groet gewonnen. Op dit moment is ze

zich aan het voorbereiden voor het crossseizoen. Manon hoopt zich te kwalificeren voor het E.K. cross welke in Tilburg gehouden gaat worden.

Margriet Berkhout

Margriet maakte het dit seizoen helemaal waar bij de C junioren. Totaal heeft Margriet 7 pr's gelopen. Ook heeft Margriet met succes aan een aantal wedstrijden deelgenomen bij de A en B junioren. Absolute hoogtepunt was het zilver dat Margriet behaalde bij de C spelen op de 1.000 meter. Haar tijd was in 2.57.42 en betekende een pr. Ze nam tevens deel aan de 600 meter. Margriet noteerde een mooie tijd van 1.39.10. Als gevolg van deze goede resultaten heeft Margriet op 3 september in Almelo deelgenomen aan haar eerste interland. Ze presteerde goed. Ze werd 2^e op de 2.000 meter in een tijd van 6.44.20. Ook Margriet heeft de prijs voor een trainingsstage in Groet gewonnen. Bij de 4 mijl van Groningen op 9 oktober liep Margriet de 4 mijl in een fantastische tijd van 24.38.10. Ze werd hiermee 4^e bij de A junioren. Gezien haar leeftijd een geweldige prestatie.

TDR presentatie

Vrijdag 11 november a.s. wordt de jaarlijkse teampresentatie van Team Distance Runners (TDR) gehouden. Deze avond is bedoeld voor de TDR-atleten, ouders, sponsors, supporters, verenigingsbesturen, clubtrainers en andere belangstellenden. Net als voorgaande jaren zal er tijdens de avond veel aandacht zijn voor de atleten en hun prestaties en zal worden teruggekeken op het afgelopen seizoen. Na ontvangst met koffie en thee zal de avond om 19.45 uur weer spectaculair geopend worden dit alles zal plaatsvinden in de Theaterzaal van Sporthal 'De Blinkerd' in Schoorl.

Sportieve groeten Annet Kruiver

Europese veldloop kampioenschappen in Nederland

Voor het eerst in de geschiedenis wordt in Nederland de Europese Veldloop kampioenschappen georganiseerd. Dit kampioenschap zal op 11 december in het Leijpark in Tilburg plaatsvinden. Gezien de belangstelling uit Europa en Nederland zal dit een uniek spektakel worden met vele Europese en Nederlandse toppers.

Het hoofdprogramma is als volgt:

om 12.00 uur	junioren meisjes	4.830 meter
12.30 uur	junioren jongens	6.500 meter
13.50 uur	vrouwen	6.500 meter
14.30 uur	mannen	9.840 meter

Om 10.30 uur is er een wedstrijd over 1.500 meter voor junioren C/D. De beste Nederlandse junioren C en D (meisjes en jongens) per categorie bij de Warandeloop zullen hier strijden tegen de beste Belgische en Duitse junioren.

Kijk voor meer informatie en het laatste nieuws op: www.tilburg2005.nl of op www.european-athletics.org

De nacht van Nova 23 september 2005

Uitslagen:

mini pupillen geboren: 1998 en jonger:

<u>Naam</u>	<u>40 meter</u>	<u>verspringen</u>	<u>balwerpen</u>	<u>600 meter</u>
Rory Oldenburger	9.6	1.71	10.17	2.56.0
Joerie Church	8.5	2.92	17.97	2.23.1
Marc Rademakers	8.6	2.13	11.90	2.50.4
Bart Olthof	8.2	2.28	17.52	2.29.1
Luuk Tesselaar	9.2	1.80	8.35	
Franka Tinebra	9.4	2.21	7.00	3.01.9
Mats Mul	7.8	2.95	15.80	2.36.5
Pepijn Perge	9.4	2.27	8.93	3.09.8
Sam de Nijs	8.4	2.61	15.97	2.45.6
Jelle de Nijs	8.8	1.94	14.50	2.56.5
Mandy Moerland	8.4	2.60	9.91	
Lisanne Buiten	8.7	2.08	9.06	3.15.4

C-pupillen geboren: 1997:

<u>Naam</u>	<u>40 meter</u>	<u>verspringen</u>	<u>balwerpen</u>	<u>600 meter</u>
Loretta Schoone	7.7	2.68	11.78	2.40.2
Bonne Veenstra	8.1	2.69	15.07	2.42.2
Oek Jongbloed	8.1	2.81	21.02	2.29.3
Claudia Boerdijk	8.5	2.66	18.32	2.58.7
Mitchel Groen	8.8	2.14	9.36	3.00.7
Noortje Kruijer	8.9	2.16	10.52	3.11.6
Sven Burger	7.6	3.20	21.02	2.15.2
Julliete Tinebra	8.9	2.25	10.10	2.50.4
Alex Witte	8.0	2.76	24.34	2.25.8
Sid Hamelink	7.6	2.91	11.90	2.31.9
Hester de Goede	8.3	2.37	13.31	2.42.0
Jorick Bijlsa	8.7	2.33	16.22	2.44.8
Jasmijn van Duin	7.9	2.65	9.58	2.36.8
Reinier Hooiveld	8.1	2.64	13.38	2.30.9
Farad Dibah	9.3	1.90	10.80	3.19.0
Floris vd Kruk	8.9	2.32	19.33	2.55.7

B-pupillen geboren: 1995

<u>Naam</u>	<u>40 meter</u>	<u>verspringen</u>	<u>kogel 2kg</u>	<u>1000 meter</u>
Janine van Baar	8.3	2.59	4.12	5.00.1
Lonneke Rademakers	8.5	2.37	3.10	5.34.9
Jitse Dekker	8.4	2.66	2.69	4.55.3
Isabel Schipper	8.0	2.53	4.09	4.52.8

Kai Botman	7.1	3.28	5.92	3.48.1
Romy Pancras	7.7	2.59	4.91	
Inez Molenaar	7.4	2.81	4.23	4.17.7
Lisa Mul	7.5	2.90	4.54	4.35.9
Lynn Glas	8.6	2.28	2.73	5.21.2
David Heymans	8.8	2.19	3.31	5.28.2
Marijn Pronk	7.7	2.75	3.90	
Julie Kuiper	7.6	2.74	3.48	4.48.4
Maaïke Ruijter	8.0	2.65	3.82	4.25.5
Jolijn Prins	7.0	3.03	3.75	4.08.8
Eva Roozendaal	7.4	2.93	4.21	4.03.9
Timon Meulemans	7.5	2.88	5.01	4.32.6
Robin Tesselaar	7.7	2.91	5.25	
Jim Zutt	8.3	2.54	4.59	4.27.0
Demi Buitter	7.9	2.58	4.04	5.26.1
Julia Tesselaar	8.2	2.26	3.86	4.58.1

A-pupillen geboren: 1995 - 1994

<u>Naam</u>	<u>hoogspringen</u>	<u>kogel 2kg</u>	<u>1000 meter</u>
Randy Oldenburger	1.05	5.00	4.33.7
Laura van Baar	1.05	4.29	4.34.0
Lisanne Schoone	1.25	5.54	4.12.0
Luuk vd Berg	1.10	6.78	4.06.3
Liz vd Berg	0.85	4.44	5.25.2
Frederique vd Kruk	0.85	4.02	
Michael Mosch	1.00	4.14	4.08.6
Bas Jongbloed	0.85	4.96	4.34.3
Thomas Botman	1.05	7.35	3.51.9
Benne Hogendonk		2.82	
Nienke Olthof	0.95	4.95	5.22.6
Mick Jonker	0.90	4.74	
Deni van Schagen	1.00	3.88	4.05.6
Rick Groen	0.90	3.62	4.30.8
Jochem Jansen	1.05	7.36	4.29.4
Sjoukje Kruijer	0.90	4.02	
Davina van Perge	1.15	6.37	4.19.0
Kiki Klaver	1.05	5.46	4.37.7
Erik Tesselaar	1.25	9.22	3.33.1
Tijs Hofmann	1.10	4.70	4.03.8
Pieter Ruigrok	0.85	3.92	5.27.4
Pien Stolk	1.00	4.75	4.50.4
Lars Dignum	1.10	5.18	4.08.0
Sara Prins	1.00	3.58	4.17.1

Manouk Bijlsma	0.85	4.74	4.52.9
Ber Meulemans	1.05	6.54	4.02.2
Bob Dekker	1.15	5.96	4.40.0
Nicky Botman	1.20	6.49	4.10.4
Samin	0.85	3.64	4.34.1

Junioren D geboren: 1993 – 1992:

<u>Naam</u>	<u>80 meter</u>	<u>verspringen kogel 2/3kg 1000 meter</u>		
Jaimy Leegwater	13.4	3.52	6.91	4.29.3
Nadim Akbari	18.6	2.53	4.16	4.50.2
Robbert de Nijs	13.9	3.20	6.95	4.31.8
Jesse Smit	14.0	3.30	6.12	4.08.1
Roy Glas	16.5	3.22	6.71	4.35.9
Dennis Kroonenberg	14.5	2.84	5.39	4.35.4
Hugo Vader	13.3	3.35	5.58	3.59.2
Bram Berkhout	12.5	3.79	6.75	3.18.5
Jim Kruiver	12.1	3.48	4.71	3.40.6
Bram Dekker	13.2	3.35	6.74	4.41.4

Junioren C geboren: 1990 – 1991:

<u>Naam</u>	<u>80/100 m</u>	<u>verspringen kogel 3/4kg 1000 meter</u>		
Anne Schalkwijk	12.9	3.55	6.74	3.57.8
Paul Glas	15.9	4.14	9.14	4.00.2
Daan Leeuwenkamp	14.6	4.12	8.19	3.15.5
Björn Molenaar	16.9	3.08	4.45	3.43.5

Junioren B geboren: 1989 – 1988:

<u>Naam</u>	<u>100 meter</u>	<u>verspringen kogel 3/5kg 1000 meter</u>		
Nienke Rijkeboer	15.0	3.75	7.02	3.59.8
Simone Schouten	16.2	3.18	6.99	4.29.9
Eva Leeuwenkamp	14.2	3.77	8.32	
Bas Elsenaar	14.1	3.81	8.43	3.28.0

Op 2 oktober werd de 21km van Bergen gelopen.

Er is ook een jeugdloop bij waarvoor er zich 106 kinderen hadden opgegeven. Was Bram Berkhout vorig jaar 2e. Nu was hij eerste. Maarten Elsenaar 3e, Jim Kruiver 5e en Björn Molenaar 7e.

De uitslag: (netto is de echte tijd zoals gemeten door de championchip):

JONG, 1609 METER		Bruto	Netto
1 A J M Berkhout	92 Warmenhuizen	5:52	5:52
2 Maarten Buitelaar		5:57	5:55
3 Maarten Elsenaar	95	5:58	5:58
4 A Benchaabane	92 Amsterdam	5:59	5:59
5 J Kruiver	92 Tuitjenhorn	6:09	6:09
6 Thomas Danenberg	95	6:10	6:09
7 B f j Molenaar	91 Warmenhuizen	6:11	6:11

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, Völkl, 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, Roeckl **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!

Duintraining voor de jeugd op 30 oktober.

Ons aller Henry had het goede idee opgevat om voor de cross een extra duintraining in te lassen.

Deze training was bestemd voor de pupillen.

Om half tien verzamelen bij "Het Zandspoor" (gelukkig een uurtje extra slaap) en inclusief ouders was er een groep van ca. 30 man present.

Zomerse omstandigheden eind oktober, bijna 20 graden, het kon niet beter.

Het was de bedoeling om naar de speelkuil te gaan maar omdat een of andere idioot langs de trappen omhoog wilde kwamen we op een prachtig plekje waar alles gedaan kon worden en waar het ook niet zo druk was.

Wat bleek, ER ZAT **EEN JARIGE ONDER DE ATLETEN, RICK GROEN.**

Door de leiders en atleten werd Rick uit volle borst toegezongen, op de schouders genomen en na een traktatie werd door Henry alles uitgelegd.

Alle leiders(sters) kregen een groep van 4 rasatleten toebedeeld waarmee een 4 tal looponderdelen afgewerkt moest worden.

Dit varieerde in een lekker stuk wandelen tot een driehoekje met mul zand en een stuk flink omhoog. Voor alle onderdelen konden punten worden behaald en aan het einde werd bekend wie de winnaar zou zijn.

Er werd fanatiek gestreden op alle fronten, wandelen werd soms snelwandelen tot bijna hardlopen, een driehoekje werd wat kleiner gemaakt door af te steken maar dat soort dingen horen erbij.

De looponderdelen werden nog een keer afgewerkt maar dan om de beurt in groepjes van 2.

Hierna even bijkomen, we waren al met al toch al ruim een uur bezig en op naar het Klimduin.

Onderweg hiernaartoe werd er of een moeder gekust, een sprintje getrokken wie het eerst boven was, en door de dames in de groep werd er flink wat bijgepraat.

Bij het Klimduin aangekomen bleek een groep atleten uit de omgeving van Roosendaal een training af te werken door tegen het duin omhoog te gaan.

Onder luid applaus van de jeugd, en stimulerende opmerkingen van de leiders boven aan het duin zoals "je zit hier al op de helft" kwam de laatste meer dood dan levend binnen.

De bedoeling was om een wedstrijdje te houden wie het eerst beneden zou zijn maar door de drukte was dit erg moeilijk en werd besloten om als hele blauw Nova groep naar beneden te gaan.

Hierbij werd door sommigen atleten zo'n snelheid gehaald dat de benen het niet meer hielden en het zandhappen werd.

Toch blijft dit altijd leuk, en de hele blauwe groep in 1 keer naar beneden dat viel wel op.

Vanaf het duin werd de tocht naar het Zandspoor weer ondernomen waar iedereen werd voorzien van de dikverdiende ranja, een opblaasding en een UWV knots.

Toen moest nog bekend worden gemaakt wie de winnaars waren van deze dag en omdat ik aan mijn groep had verteld dat ik slecht tegen mijn verlies kan en dat we beslist gingen winnen kregen we als prijs het maken van een stukje voor de Novakrant.

Bij deze graag gedaan, en op naar de volgende.

De Amsterdam marathon

De zwemvereniging Orkano stelt ieder jaar een aantal mensen beschikbaar als verkeersregelaar en hulp bij andere onderdelen bij deze marathon waarvoor de vereniging dan een vergoeding krijgt.

Carlijn mijn dochter was al een paar keer geweest, maar deze keer had ze mij ook weten te strikken. Dat werd vroeg uit de veren want om 9 uur werden we in Amsterdam verwacht.

Daar aangekomen bleek dat we niet de eersten waren uit Warmenhuizen want David, Nelina, Iris en een onbekende stratenmaker uit Warmenhuizen waren al druk bezig.

Iedereen werd voorzien van een tas waarin een shirt, jack, lunchpakket en andere leuke dingen en een prachtig oranje vest met als opschrift "Verkeersregelaar".

Nu nog proberen een goed plekje te krijgen. Dit was Carlijn wel toevertrouwd, en ze wist er bij oom agent een prachtplak uit te slepen.

Op een paar 100 meter buiten het Olympisch stadion waar alles ook nog heel goed was te volgen.

Het is leuk om van dichtbij te zien hoe de Vips en Bobo's in busjes worden gehesen, de NOS vlak bij je staat met alles erop en eraan, de helikopters vlak boven je hoofd en de vele, vele agenten en natuurlijk dat hele peloton lopers die voor de marathon gaan.

Ik was al gewaarschuwd dat de Amsterdammer met de meest vreemde smoezen aan kon komen om toch op het parcours te komen. In deze stad is men zeker niet gewend te lopen want alles moet met de auto, zoals het brengen van de dochter naar een verjaardagsfeestje, samen naar het Vondelpark

om te wandelen en nog veel meer, en dat er dan een paar duizend atleten lopen, men al weken weet dat dit gaat gebeuren, men aan het parcours woont, dat maakt niets uit.
 Gelukkig is dat in onze contreien een stuk beter.

Maar buiten dit, toch heel erg genoten vooral van ene Haile Gebreselassie met een aantal van zijn kornuiten.

Een prachtatleet op zowel het atletiekgebied maar ook daarom heen.

De maandag na de marathon was hij te gast in het sportprogramma Holland Sport samen met Leontien van Moorsel die de marathon van New York gaat lopen en alleen maar lol.

Na de marathon nog een scholierenloop en als laatste de halve marathon waarbij een 6500 man van start ging.

Na de start van de halve zat onze taak erop en konden we sfeer proeven in het stadion zelf, alles wat om deze marathon speelt en de atleten die nog binnen moesten komen.

Ook ontmoeten we hier mensen van de schaatstraininggroep uit Schoorl die dit ook al een aantal jaren doen.

Mede door het prachtige weer een hele belevenis en een pracht ervaring.

Als David en Nelina volgend jaar weer hetzelfde weer en dezelfde plaats weten te regelen kunnen zij op mij weer rekenen.

Louis

PRIJSPUZZEL

Zo vind je de oplossing van deze prijspuzzel:

De pijltjes wijzen aan waar je de woorden in moet vullen. Als je klaar bent, schrijf je de letters uit de vakjes met een cijfer in het balkje onder de puzzel. Hier lees je de oplossing van deze prijspuzzel.

niet zout, maar ...		grond om een boerderij			1	ander woord voor mak
voorbij		6	deel van een bijenkorf			
wereld-deel waarin wij wonen				moeder		3
			...halen			
	klein kind			bekeuring		dikke soort yoghurt
		4				
		griezelig	eerste hulp bij ongelukken	2		blad papier
het kiezen				meisjes-naam		
binnen		7			5	
				ieder		

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Dit is

De Finale van de regionale pupillencompetitie op 24 september 2005

Deze werd gehouden bij atletiek vereniging Suomi in Santpoort.

Om een kans te maken om aan de finale mee te kunnen doen moest je van de 3 voorrondes ieder geval 2 keer meedoen.

Dit kon individueel en als ploeg (met minimaal 4 deelnemers).

Van de individuele mochten de beste 12 en van de groepen mochten de beste 8 met de finale meedoen.

En wat blijkt na de voorrondes hadden de volgende zich van NOVA geplaatst:

- met de jongens pupillen C als groep: Oek Jongbloed, Jan Willem Tesselaar, Sid Hamelink en Sven Burger op de zevende plaats,
- individueel bij de jongenspupillen A2: Erik Tesselaar op de vierde plaats,
- individueel bij de meisjespupillen A1: Davina van Perge,
- en individueel bij de jongenspupillen C: Jan Willem Tesselaar op de negende en Sven Burger op de twaalfde plaats.

Helaas deden Jan Willem en Oek niet met de finale mee en konden we niet als ploeg uitkomen.

En kwamen we met vier NOVA leden op de individuele onderdelen uit.

Dit alles begon op een warme mooie na zomerse dag en de C pupillen moesten al heel vroeg uit de veren zodat ze mee konden lopen met de ploegen en vlaggen defilé. Tussen alle grote ploegen kwamen Sid en Sven met de NOVA vlag voorbij lopen (Erik en Davina moesten pas 2 uur later beginnen en waren er dus nog niet).

Daarna begonnen de wedstrijden;

Sid en Sven deden mee met balgooien, verspringen en sprinten,

Erik moest hoogspringen, kogelstoten, sprinten helaas moest Erik na het laatste onderdeel zijn eerste plaats laten gaan maar werd wel even keurig derde.

Davina moest balgooien, verspringen en sprinten. Voor Davina was het dikke pech omdat ze niet mocht kogelstoten want ze stoot zowat nog verder dan als ze met de bal kan gooien. (Ik stond eigenlijk verstoemd dat die meiden in die klasse nog moeten balgooien).



Niet de dag was alleen mooi, ook de hele wedstrijd verliep prima en was dik voor elkaar. Alleen was het wel een hele lange dag voor de C pupillen omdat de prijsuitreiking pas was dat alles was afgelopen.

Maar het wachten was niet vergeefs want de vier NOVA leden hadden een zeer goede prestatie geleverd.

NOVA haalde namelijk twee prijzen in de macht:

Erik Tesselaar als derde,

Sven Burger als vierde,

Maar ook Davina en Sid hadden het goed gedaan want zij eindigde in hun klasse in de middelmoot.

Klasse luitjes en nog van harte gefeliciteerd!

Tonja

Clubkampioenschap voor de senioren, masters en junioren A+B.

Het programma was:

* Donderdag 9 en/of dinsdag 21 juni,
Dames: 400m. En 1500m.
Heren: 400m. en 3000m.

* zaterdag 10 september,
verspringen, hoogspringen, kogelstoten, discuswerpen, speerwerpen en 800m. loop.

Aansluitend gezellig samenzijn, waarbij de inwendige mens niet vergeten werd.

Ja, beste mensen jullie zullen vast nog wel elders iets over dit clubkampioenschap lezen. Maar ik wil ook even reageren.

Mij werd gevraagd of ik ook wilde meedoen.

Nou, ik had zo iets van; dit jaar maar niet, want wat weet ik van atletiek.

Ik kom net kijken en heb mij aangeboden als hulp van Henry, maar ik heb nog nooit met atletiek te maken gehad en ben dan ook zeker niet technisch onderlegd. Alhoewel ik inmiddels de assistent trainerscursus heb gevolgd. Tijdens deze cursus kwam de techniek nog niet aan de beurt, maar meer hoe je lesopbouw eruit moet zien.

Nou was ik op een trainingsavond, waarbij de vrouwen de 1500m. gingen lopen en toen dacht ik: o, dan doe ik wel mee. Maar dat de grote dag daar was had ik zo iets van ga ik wel want ik ga af als een gieter. Toch ben ik gegaan omdat ik dacht, als ik mee doe dan doe ik qua techniek ervaring op en leer de NOVA mensen beter kennen.

Nou luitjes, ik heb het overleefd en ik moet zeggen het was onwijs leuk.

Ik kan ook iedereen aanraden volgend jaar mee te doen want je leer technieken, maar daarnaast is het erg gezellig en sportief.

En voor het organisatiecomité is het ook veel leuker als er veel mensen meedoen, want nu was de animo erg summier en kwam de vraag of ze dit nog wel weer moeten organiseren. Waarbij ook meteen gezegd werd, we houden vol, want anders krijg je dit nooit meer van de grond.

Nou organisatie, toppie, toppie, want het is onwijs leuk!

Organisatiecomité nogmaals bedankt,

Tonja

P.s. ik werd tweede bij de vrouwen want er waren er maar twee!

Anders had ik misschien wel laatste geworden maar dat geeft niet, het gaat om de ervaring, gezelligheid en sportiviteit.

KEUZES

Zondagochtend 9 oktober wandelen in Texel.

Het is prachtig weer en ik sta voor de kledingkast, wat zullen we aantrekken op deze mooie dag? Een overdaad aan broeken, t-shirts jacks enz. staren me hoopvol aan. Dat wordt dus een moeilijke keus. Een korte broek waar inmiddels behoorlijk de sleet inzit, kijkt me smekend aan en ik kan zijn gedachten wel raden. Laat me nog eenmaal van dienst zijn met dit prachtige weer op dit mooie eiland, voor ik in een benauwde kledingzak beland, en mijn laatste dagen moet slijten om het achterwerk van een Poolse of Roemeense arbeider snikt hij. De t-shirts zijn solidair met elkaar, ze liggen dik opeengepakt, en schreeuwen luid ho ho ho niet naar Polen no no no.

Het is moeilijk maar je moet een keus maken, en dus wordt het een outfit dat ik denk dat het juist is voor deze dag. Op dat moment realiseer je je niet dat de meeste deelnemers voor precies het zelfde dilemma staan en ook een keus moeten maken.

We zijn om 8.20 uur bij de Novabaan en melden ons bij Nel en Kees. Even wat bijpraten, in de rondte kijken en dat is prachtig. Een bonte mengeling trekt aan ons voorbij, lange broeken, driekwart broeken, halve broeken, afritsbroeken, en zelfs enige dames in een wandelrok(je). De een alleen in een t-shirt, en weer een ander in een fleecjack, windjack, trui enz. Half negen, het vertreksignaal wordt gegeven, even overleg wie met wie meerijsd en dan op naar de boot. Op Texel aangekomen leidde Kees en Nel ons direkt al naar een verbazend mooie route, een lang kleurig lint slingerde zich door bos, duin en langs het strand. Af en toe even zitten genieten en na ongeveer 3 uur wandelen opsteken in een strandpaviljoen bij paal 55+. Een jonge dame kwam langs en toetste de bestellingen in, dat duurde even want niet iedereen had de juiste keus voorhanden, maar het kwam allemaal dik goed. Leo vertelde nog enige leuke moppen (opa's) laatste wens, Theo verslikte zich bijna in de appeltaart, maar een schouderklopje van Truus R. deed wonderen. Op de terugweg naar de boot, liepen we over het land waar Nel in haar jeugd altijd speelde. Het barstte hier vroeger altijd van de meeuwen, zei Kees, en Nel ging dan 's morgens al heel vroeg eieren zoeken in haar onderbroek. Maar waarom zo schaars gekleed? Toen hadden we namelijk nog geen kast die uitpuilde van de kleren. En als dan je broek of rok nog in de was, was maakte je van de nood een deugd, je had n.l. geen keus.

Nel en Kees, het dagje Texel was een heel, heel goede keus. Groetje Dick Smit.



Herfstwandeling Texel 9 oktober 2005

Ook wij hebben genoten van de voor ons zo bekende wandeling en het was fijn te ervaren dat de medewandelaars ook enthousiast waren. Het weer konden we niet plannen maar dat kon niet mooier. We zijn wel verrast door de vele leuke reacties in de vorm van een kaartje in de brievenbus, doosje merci, en last but not least een waardebon namens de medewandelaars. Was niet nodig geweest. maar allen bedankt!! Bedankt!!

We gaan er bij Truus wat moois voor uitzoeken, een bezigheid die altijd nog gezellig is ook We hopen nog een keer iets soortgelijks te organiseren en jullie allen dan weer te zien.

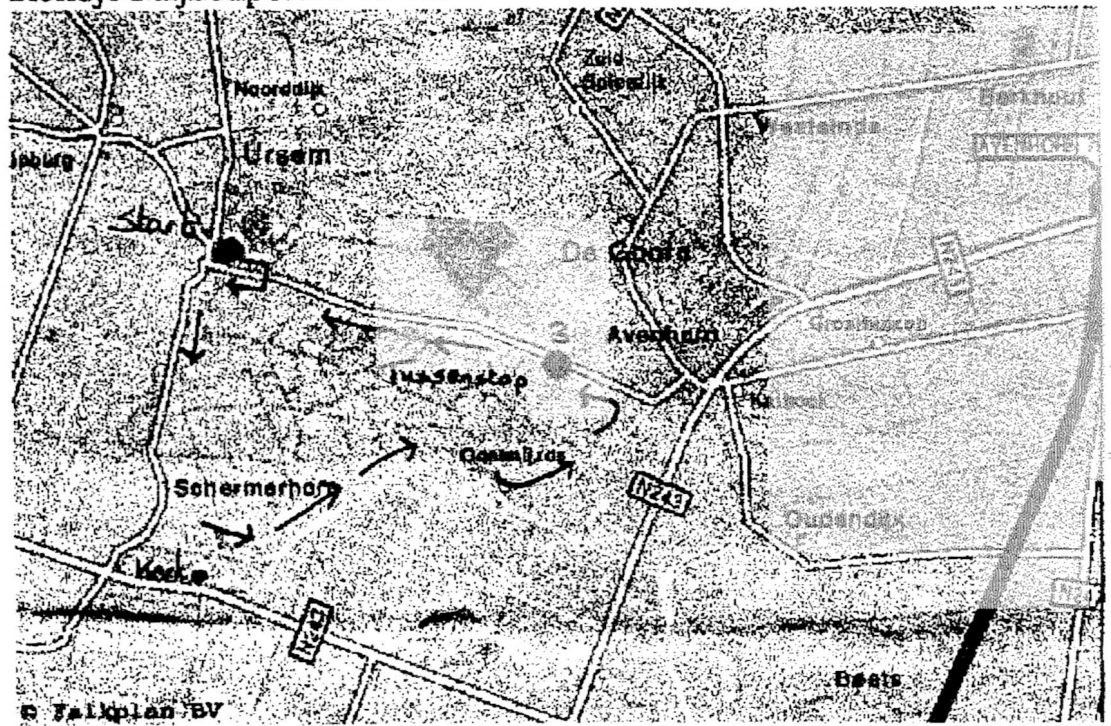
Hart.groet van Nel & Kees van Wijk.

Rondje Mijzenpolder

Peter had voor de sportief wandelaars wat flyers meegenomen van een wandeling van 12 km rond de Mijzenpolder op zondag 30 okt. Mede door het prachtige zomerse weer besloten we, Jan en ik, dit rondje te lopen en ook de hond kon mooi mee. De start was bij de Rode leeuw in Ursem, waar het een gezellige drukte was. We liepen Ursem uit en de route bracht ons onderlangs de prachtige polderdijk en langs de vrolijk draaiende molens naar Schermerhorn. De rietschoten beginnen hun goudgele kleur te krijgen en met de zon erop lijkt het wel of je in een ansichtkaart loop. We lopen langs Schermerhorn en blijven aan de polderkant om zo richting Avenhorn te lopen. Vanaf dit stuk van de route overzie je de hele polder en op de weg om de polder heen zie je de medewandelaars gaan. In de polder zelf is geen mens te bekennen. Wel zijn er de weide en watervogels te zien welke door het warme weer in de verleiding komen om nog een keer te nestelen, dus ondanks de rust toch een drukte van belang. We laten Avenhorn ter hoogte van het haventje aan onze rechterhand liggen om alweer aan het laatste stuk van de wandeling te beginnen. We hebben hier echter eerst een tussenstop op een particulier erf. Er stonden tuinstoelen voldoende om even gezellig te zitten en de verzorging was goed. Er waren appels, een snoepje, wat drinken en een toilet, zodat je na de stop verlicht en gelaafd naar Ursem liep. De wandeling eindigde weer bij de route waar het uiteraard druk en gezellig was. Het merendeel van de deelnemers waren Nordicwalkers. Mijn ervaring is, dat wandelaars zich hierdoor nogal eens laten afschrikken. Met heel drukke wandelingen over wat smallere wegen of paden, kun je elkaar wel eens in de weg zitten maar over het algemeen valt dat best wel mee. Bij deze wandeling was dit ook beslist niet aan de orde. We hebben er van genoten!!

Lia.

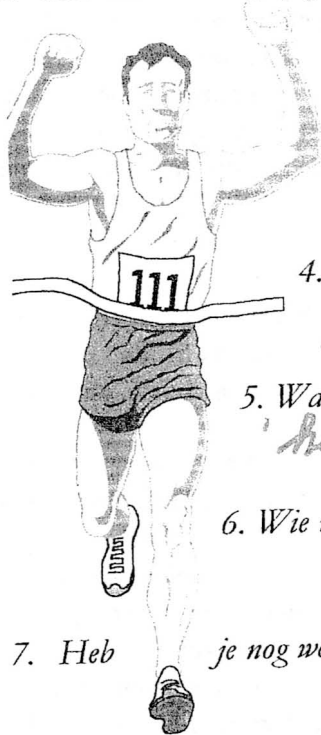
Rondje Mijzenpolder 12 km



Portret van een Nova-lid

1. Hoe heet je? *meud dekker.*

2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren? *19 in warmenhuizen.*



3. Op welke school zit je? *theresia school.*

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

hoogspringen vind ik leuk

5. Wat is jouw favoriete onderdeel?

hoogspringen

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

Davina

7. Heb je nog wensen of ideeën op het gebied van Nova? *een nieuwe baan.*

8. Wat is je favoriete t.v. programma? *o.n.m*

9. Wat is je mooiste c.d.? *gewoon jontje Smit.*

10. Wat vond je een mooi, of stannend boek en waarom?

meester kibber,

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

Sjoeke in de chocoldefabriek

12. Heb je nog meer hobby's? *voetbal en vissen.*

13. Waar heb je een grote hekel aan?

te zettren.

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

Kiki Hlaver.

Rijpernieuwwtjes

Moment van schrijven is zaterdag 24 september. Ik zit op een bankje op het sportcomplex van Suomi in Santpoort-Noord of Driehuis (exact weet ik het niet). Wat een schitterend complex hebben die luitjes daar. Ik zit om me heen te kijken en zou zowaar last van de kift kunnen krijgen. Maar jaloezie is een eigenschap, die meer kapot maakt dan je lief is. Dus ik schud dat nu van me af. Het is prachtig weer en de technische nummers zijn zojuist begonnen.

Maar eerst gaan we even terug naar wat atletiekevenementen uit de afgelopen maand september. Begin september was de Verlichtingsloop in Warmenhuizen. Aad en ik lieten ons wederom verleiden tot het meehelpen met opbouwen en afbreken van wegafzettingen en verlichting. Best een gezellige bezigheid, omdat je met een leuke ploeg aan het werk bent. De loop verliep uitstekend. Er waren geen valpartijen of andere vervelende zaken, waar je als organisatie geen vat op hebt. De deelname bij de jeugd viel wat tegen, maar dat was ook te verklaren (nog enkele andere evenementen).

De clubkampioenschappen waren de week daarop. Ik heb van Piet Stuyt begrepen, dat de deelname erg tegenviel. En dat is jammer voor degenen, die veel tijd in de organisatie steken. De clubkampioenschappen bij de jeugd waren wel goed bezocht, ondanks dat het kermis in Eenigenburg was. Hier veel strijd om de hoogste eer voor 2005 van AV NOVA. Ook bleef er veel publiek bij de prijsuitreiking en dat is erg belangrijk voor de atleten. Want in je eentje een feestje vieren, daar is geen barst aan.

Twee weken later hebben we de nacht van NOVA. Sfeervol was ons complex verlicht om de atleten tot topprestaties te motiveren. Veel atleten en veel publiek waren aanwezig, zodat het een gezellige avond werd. Het werd wel ietwat laat, maar dat kan gebeuren. We zagen Maaïke lopen, die een zware enkelblessure heeft. Ze mag niet op haar enkel steunen en dus niet werken en geen training geven. Zwaar balen voor Maaïke. Ik hoop, dat ze op het moment dat jullie dit lezen, weer volop in bedrijf is. We zijn terug bij AV Suomi. Ik zit in het zonnetje te genieten van topsport. Davina heeft net bal geworpen en ze heeft zichzelf overtroffen. Wat een blijdschap. Sven Burger en Sid Hamelink zijn tevreden over hun prestaties bij het balwerpen en bij de 40m sprint. Erik heeft zojuist kogel gestoten en kwam tot 9.86m, vlak onder z'n PR. Twee kinderen in z'n groep stoten verder, nl over de 10m. Een daarvan is Daniël Lam, die een interview heeft gegeven in het atletiekblad. Dit blad lijkt elke atleet thuis te ontvangen. Daniël wil meedoen aan de Olympische Spelen in 2016. Sven en Sid doen het ook prima bij het verspringen en Sven overtreft zich zelf door in totaal op een podiumplaats te komen (vierde!) Davina gaat naar huis met de herinnering aan een plezierige dag, waarop ze een goede driekamp heeft gedraaid. Erik moet nog hoogspringen. Ze blijven na 1 m 35 met z'n drieën over, maar 1.40 is te hoog voor hen. Erik staat dan na 2 onderdelen op de eerste plaats. Hij sprint in de laatste serie en weet dat 9.1 sec hem op een prachtige eerste plaats brengt. Maar, helaas, het wordt 9.2 sec en dat brengt hem in totaal op de derde plaats met 10 en 6 punten verschil met plaats een en twee. Het einde van een mooie dag voor NOVA. Ga maar na (ik heb dit niet bedacht). Vier deelnemers en 50% op het podium. Tonja maakte nog foto's van alle deelnemers. Bedankt Tonja!

Zondag 25 september was de beroemde wandelzondag van NOVA en Kompas. Geweldig geregeld allemaal en een fantastische route. Wij liepen dit jaar de 25 km. Dat is toch wel een eindje wandelen, merkten wij. Trainen doen we eigenlijk niet bewust. We wandelen ter ontspanning af en toe, maar nooit langer dan ongeveer 5 km. Dan is 5 x zo lang een grote opgave voor de spieren. En ook blaren krijgen dan lachend hun kans. Chapeau voor de organisatie en als bestuurslid van één van de goede doelen bedoel ik dan eigenlijk "Dubbel gaaf". U ziet wel, ik ga met de tijd mee.

De maand oktober is een rustige atletiekmaand. De voetbal steekt nu zijn neus om de hoek en dat is, als afwisseling, ook wel weer aangenaam. Mid oktober is, tijdens de gezellige kermis van Petten, de hardlooprunde in deze plaats. Het is de eerste wedstrijd van de jeugdwintercompetitie. Veel NOVA leden zijn aanwezig om zich hier in het zweet te werken. In de verloting worden door ons ook nog wat prijzen huiswaarts meegenomen. De volgende wedstrijd is onze eigen Boerenkoolloop in november. Daar zien we elkaar weer! Tot dan!

De mazzel

Theo Tesselaar

WINTERCOMPETITIE JEUGD 2005/2006

Ook het komende winterseizoen willen we voor de pupillen en junioren weer een wintercompetitie organiseren. Hiervoor zijn een aantal wedstrijd- c.q. trimlopen uitgezocht in de omgeving aangevuld met een 2-tal crossen op en rond onze eigen accommodatie. Het is de bedoeling dat onze leden zelf naar de plaats van de betreffende loop gaan. Daar is altijd iemand van de jeugdcommissie aanwezig om de resultaten van de betreffende loop te noteren voor een klassement.

Lopen wintercompetitie jeugd

16 oktober 2005	Petten, kermisloop	1 km 5 km	11.05 uur 11.00
6 november	Nova Boerenkoolloop	4 of 1,5 km	11.05 uur
27 november	Dokev, de Graaf keukencross	1,2 km 2,5 km 5,5/9,5 km	10.15 uur 10.30 11.00
18 december	Nova bosloop in Schoorl	1,5 en 4,5 km	10.35 uur
15 januari 2006	Nova bosloop in Schoorl	1,5 en 4,5 km	10.35 uur
29 januari	Rondje Novabaan	1 en 1,5 km	10.30 uur
12 februari	Groet uit Schoorl Run	scholierenloop	
5 maart	Rondje Novabaan	1 en 1,5 km	10.30 uur
9 april	Nova clubcross	div.afstanden	10.30 uur

Niet iedereen zal in de gelegenheid zijn aan alle lopen mee te doen. Dat hoeft ook niet. Maar degenen die aan tenminste **5 lopen** heeft meegedaan wacht een verrassing tijdens de clubcross.

Doe bij elke wedstrijd wel je Nova-shirt aan want anders is het onmogelijk om aan de finish te zien wie Novalid is (Tijdens de scholierenloop heb je natuurlijk het shirt van je school aan).

Eventuele nadere informatie over starttijden en de plaats bij Irene Glas (0226-395169) of Mirjam van der Welle (0226-393991).

NB

De data voor de crosscompetitie

pupillen en junioren zijn:

zaterdag 12 november 2005

21 januari 2006

11 februari 2006

Clubkampioenschap a.v. NOVA 2005

Einduitslag Heren / Dames en Masters

PL:	NAAM	9 / 21 juni		10-sep						loop-nummers				techn.-nummers					loop / techn.	loop / techn.	TOTAAL 6- kamp
		400m.	1500m. 3000m	(n.v.t.) 100m.	800m.	hoog	ver	kogel	speer	discus	pnt. 400	pnt. 1500	pnt. 3000	pnt. 800	pnt. hoog	pnt. ver	pnt. kogel	pnt. speer	pnt. discus	PUNTEN TOTAAL	
Heren																					
1																				0	
2																				0	
3																				0	
Her-Masters																					
1	Aad Vader		11.10.4		2.38.0	1,30m	3,95m	7,26m	24,30m	18,22m	0	372	249	188	99	244	226	172	1550	99	1451 p.
2	Jan Berkhout				2.29.7	1,30m	3,56m	8,43m	22,05m	22,74m	0	0	337	188	1	341	181	297	1345	1	1344 p.
3	Piet Stuyt		13.00.6		3.00.7	1,30m		7,15m	25,62m	22,19m	0	146	52	188	0	234	251	282	1153	0	1153 p.
4	Arie Kossen	1.08.3	11.34.1		2.52.0	1,25m	3,85m	6,76m	19,81m	17,18m	202	317	121	134	72	200	135	141	1322	193	1129 p.
5	Bart Schalkwijk				2.58.0	1,50m	4,23m	7,35m		19,34m	0	0	73	394	175	252	0	205	1099	0	1099 p.
6	Henry Hofmann				2.33.8	1,40m	3,96m	6,15m	17,47m	16,4m	0	0	293	293	102	145	83	120	1036	83	953 p.
7	Theo Tesselaar		10.28.9								0	478	0	0	0	0	0	0	478	0	478 p.
8	Rene de Nijs	1.06.8									239	0	0	0	0	0	0	0	239	0	239 p.
9	Peter Robert	1.14.8									60	0	0	0	0	0	0	0	60	0	60 p.
10	Ingmar Zondervan	1.15.3									50	0	0	0	0	0	0	0	50	0	50 p.
11	Wim v. Altena	1.15.5									46	0	0	0	0	0	0	0	46	0	46 p.
12	Frans Kauffman		14.38.4								0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1 p.
12	Piet v.d. Welle		15.00.6								0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1 p.
Dam-Masters																					
1	Nelina Bruin				2.40.2	1,40m	3,75m	7,15m	16,58m	20,62m	0	0	567	615	354	380	321	334	2571	321	2250 p.
2	Tonja Burger		6.56.9		3.40.7	1,10m	2,67m	6,12m	13,60m	13,12m	0	155	140	206	29	294	245	127	1196	29	1167 p.
2	Betsie Groen		6.59.6								0	147	0	0	0	0	0	0	147	0	147 p.
4	Linda Blommaart		7.50.4								0	4	0	0	0	0	0	0	4	0	4 p.
																			0		
																			0		



De jarigen van september en oktober zijn:

November

01 Greetje	Jonker
03 Ronald	Koppes
04 Glenn	Pronk
04 Ans	Blekkendorst
08 Bart	Schalkwijk
08 Maartje	de Boer
09 Laurence	Aubrun
10 Kiki	Klaver
12 Marian	Robert-Schenk
12 Niek	Barsingerhorn
12 Ineke	Bas
14 Juliët	Tinebra
15 Noortje	Kruijer
16 Jitse	Dekker
17 Theo	de Nijs
17 Lisanne	Buiter
21 Rina	Smit
21 Demi	Buiter
22 Madelon	Kemper
23 Ellen	Marnette-Bij
23 Jim	Zutt
25 Jolijn	Prins
25 Daphne	Verkamman
27 Liz	van den Berg

December

01 Rob	Berger
05 Els	Rijkeboer
09 Maarten	Mosch
11 Ida	Dekker-Smit
13 Lia	Nieuwland
15 Julie	Kuiper
16 Louis	Suiker
16 René	de Groot
16 Feije	van Rijn
18 Niels	Goudsblom
18 Dennis	Kroonenberg
18 Mitchell	Groen
19 Hanny	Blankendaal-Dekker
20 Ingrid	Tesselaar
22 Stephane	Poingt
27 Ria	Henselmans

hartelijk gefeliciteerd

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

Karin	Dekker	T.	Henselmans	Anne	de Nijs
Papijn	Perge	Rina	Smit	Nikki	Pancras
Dennis	Cock	Tilly	Wessel	Franca	Tinebra
Jeroen	Groenveld	A.W.J.	Smits	Marc	Rademakers
Marja	Nannes	M.	Smits-van de Gevel	Peter	Brakenhoff
Ria	Duin	Ronald	Koppes	Thea	Keijzer
				Trudy	Munter-van Kampen

AGENDA

6 nov.	Allen	Nova-Boerenkoolloop (wintercompetitie jeugd en senioren)
12 nov.	Jun/pup.	1 ^e wedstrijd crosscompetitie bij A.V. Nova
20 nov.	Jun/pup.	Extra training deelnemers crosscompetitie 9.30 uur Zandspoor
27 nov.	Allen	De Graaf Keukencross Dokev A. Paulowna (wintercompetitie Jeugd en senioren)
18 dec.	Allen	Nova Bosloop te Schoorl (wintercompetitie jeugd)
8 jan.	Liefhebbers	Halve marathon Egmond
15 jan.	Allen	Nova Bosloop Schoorl (wintercompetitie jeugd en senioren)
21 jan.	Jun/pup.	2 ^e wedstrijd crosscompetitie bij ARO'88 te Obdam
29 jan.	Senioren	Strandloop Bergen aan Zee (wintercompetitie senioren)
29 jan.	Jeugd	Rondje Novabaan (wintercompetitie jeugd)
11 febr.	Jun/pup.	3 ^e wedstrijd crosscompetitie bij Tas'82 te Schagen
12 febr.	Allen	Groet uit Schoorl Run (wintercompetitie jeugd en senioren gaan voor bonuspunten)
26 febr.	Senioren	Aro Polderloop te Obdam (wintercompetitie senioren)
5 mrt.	Jeugd	Rondje Novabaan (wintercompetitie jeugd)
5 mrt.	Senioren	Den Helder – Schagen
11 mrt.	Jun/pup	finale crosscompetitie bij Triatlon te Amersfoort
9 apr.	Allen	Clubcross (tevens afsluiting wintercompetitie)

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