

***In deze Noviteit van
juli/augustus 2009***

Clubkampioenschappen

Golden Three

Competitie verslag jun./ sen.

Verslag Mark en Carol

Bouwreis Guatemala

Barbecuen met Robin en Jolijn

Inhoudsopgave

Novabestuur _____	4
Jeugdcommissie _____	4
Trainers _____	4
Trainingstijden _____	4
Contributie _____	5
Belangrijke informatie _____	5
- Diverse commissies _____	5
- Van de redactie _____	5

Vaste Rubrieken

Redactioneel _____	6
Van de voorzitter _____	9
Rijpernieuwtes _____	10
Prietpraat _____	18
Ruud Doodeman _____	21
Jeugdportret _____	33
Verjaardagen _____	36
Evenementenkalender _____	42

Verder in deze Novakrant

Aankondiging Clubkampioenschappen _____	11
Bij de Tijd _____	12
Miss verkiezing _____	15
Reisverslag Guatemala _____	16
Aankondiging SPAR NK _____	19
Uitslag Coopertest 18 juni _____	23
Pupillen wedstrijdverslag _____	23
Aankondiging Nova Kompas wandeltocht _____	24
Diversen _____	26
Aankondiging Golden 3 _____	27
Voorjaarswandeling _____	28
Barbecue Robin en Jolijn _____	29
Verslag 2 ^{de} wedstrijd competitie _____	30
Verslag 3 ^{de} wedstrijd competitie _____	34
Gevonden Voorwerpen _____	35
Verslag Schadebergcircuit _____	39
Diversen Trainers _____	33
Uitnodiging SAW wedstrijd jeugd _____	41

Novabestuur

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>	
Jos de Groot	Kanaalweg 26	Warmenhuizen	0226 39 2405	Voorzitter
Sylvia Groen	Dergmeerweg 61	Warmenhuizen	0226 39 0290	Secretaris
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735	Penningmstr
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209	
Piet Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819	
René de Nijs	Fuik 21	Warmenhuizen	0226 39 3661	
Theo de Nijs	De Baan 33	Warmenhuizen	0226 39 1964	
Joop Nota	Dorpsstraat 71	Tuitjenhorn	0226 39 1602	
Piet Stuyt	De Kloet 3	Tuitjenhorn	0226 39 3177	
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577	
Theo Tesselaar	Rijperweg 25	Sint Maarten	0226 39 3492	
Novakantine	Oostwal 33	Warmenhuizen	0226 39 1082	

Jeugdcommissie

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

Trainers

<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>
Tonja Burger	0226 39 1291	René de Nijs	0226 39 3661
Martin Church	0226 39 0490	Ingmar Zondervan	0226-391994
Henry Hofmann	0226 39 4974	Peter/Marian Robert	0226 39 3338
Jan Karsten	0226 39 2029	Leo Suiker	0226 39 3058
Ilse Leegwater	0226 39 3537	Louis Suiker	0226 39 2577
Marian Leijen	0226 39 4493	Maaïke Tesselaar	0224 29 9884
Piet van der Welle	0226 39 2339	Ron Janssen	06-13634170
Jan Berkhout	0226 39 4278		

Trainingstijden

<i>Maandag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainer</i>
9.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Peter Robert
<i>Dinsdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Jan Berkhout, Piet v.d. Welle
<i>Woensdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
19.30 tot 21.00	Start to run	Ron Janssen
	Senioren/masters	
<i>Donderdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
16.00 tot 17.00	Mini pupillen	Henry Hofmann, Marian Leijen,
17.00 tot 18.00	Pupillen C	Henry Hofmann, Tonja Burger
18.00 tot 19.00	Pupillen B	Maaïke en Ilse
19.00 tot 21.00	Extra training Pup/Jun.	Maaïke en Ilse
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Peter Robert,
<i>Vrijdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
16.00 tot 17.00	Pupillen A1	Maaïke, Ilse Leegwater
17.00 tot 18.00	Pupillen A2	Maaïke, Ilse Leegwater
18.00 tot 19.00	Junioren C/ D	Maaïke, Ilse Leegwater en Martin Church
<i>Zaterdag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainers</i>
9.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Marian Robert, Ingmar Zondervan
15.00 tot 16.30	Nordic Walking (winter)	Louis Suiker, Leo Suiker, Jan Karsten
15.30 tot 17.00	Nordic Walking (zomer)	Louis Suiker, Leo Suiker, Jan Karsten.
<i>Zondag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	
9.00 tot 10.30	Start to run	Ron Janssen

Vanwege vakantie, trainingen en tijden zie blz 41 in deze krant

Contributie

Pupillen	€ 60,00 per jaar	
Junioren	€ 70,00 per jaar - Junioren A/B met wedstrijdlicentie	€ 82,00
Senioren/Masters	€ 85,00 per jaar - Senioren/masters met wedstrijdlicentie	€ 104,20
Sportief wandelen	€ 75,00 per jaar	
Steunend lid	€ 15,00 per jaar (inclusief Novakrant)	
Donateur	€ 5,00 per jaar	

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van één jaar en loopt vanaf het moment van inschrijving. Hierna van januari t/m december. Betaling van de contributie geschiedt bij aanvang van het jaar, een rekening wordt u toegezonden. Opzegging van het lidmaatschap, bij voorkeur schriftelijk, drie maanden van tevoren bij Sylvia Groen, Dergmeerweg 61, Warmenhuizen.

Diverse commissies:

Kantine commissie:

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819
Marijke Groot	Oostwal 33	Warmenhuizen	0226-39 3112
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577
Riet Pronk	Waelke 4	Warmenhuizen	0226-39 2420
Loes Tesselaar	Mosterdpot 20	Tuitjehorn	06-5511 8337

Materiaal- en baan commissie:

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

Baanwedstrijden commissie:

Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735
Matthijs de Groot	De Posten 20	Tuitjehorn	0226 72 2357
René Tijm	Mosterdpot 15	Tuitjehorn	0226 39 3035
Henry Hofmann	Zwanebloem 18	Tuitjehorn	0226 39 4974
Piet van der Welle	Sportlaan 20	Warmenhuizen	0226 39 2339
David van der Welle	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

Comité Verlichtingsloop:

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

Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

Op **woensdag** van 19.30 Uur tot 21.00 Uur: Start to run en senioren/masters. Trainer Ron Janssen. Degenen die op dinsdag of donderdag verhinderd zijn, kunnen nu ook op woensdag komen trainen, dus alle senioren, masters en ook de Start to runners van de vorige jaren zijn nu dus ook welkom op de woensdagavond van 19.30 tot 21.00 Uur.

Van de Redactie

Een verzoek aan iedereen die nieuwsberichten stuurt voor de Noviteit om het document in "WORD" te verzenden, we krijgen nu regelmatig post met DOCX. Deze bestanden kunnen niet worden gelezen door mijn computer. Ook willen wij de foto's apart opgestuurd krijgen of zelf via paint verkleinen. De bestanden worden anders veel te groot om te versturen naar de drukker.

Redactioneel

Wij van de redactie mogen weer trots en dankbaar zijn op alle inzendingen en prachtige stukjes die er weer bij zitten. Dat men ondanks de lange zomeravonden, die trouwens nog niet erg zwoel zijn, even de moeite heeft genomen, om achter de computer te kruipen en z'n inspiraties even de vrije loop hebben gekregen over het toetsenbord.

Zo zijn er veel schrijvers(sters) tot leuke stukjes gekomen, ook waren er vele inzendingen met foto's. **Meteen daarop inhakend, verzoeken wij om de foto's apart te verzenden, omdat anders de bestanden veel te groot worden, en ook kunnen wij ze dusdanig veranderen dat het beter uitkomt. En ook geen DOXC documenten versturen, dat kan onze computer niet lezen!!!!**



Al onze vaste rubriek schrijvers, zijn ons dit keer wederom niet vergeten. Piet Praat, Rijpernieuwtes, Ruud Doodeman. Piet Stuyt heeft een stukje over "de klok". door de redactie van deze krant aangeboden aan de vereniging t.g.v. de opening van het nieuwe clubgebouw. Piet en Nel over hun ervaring met het bouwen van eenvoudige huisjes in Guatemala voor de lokale bewoners.

Een sportieve wandelaarster die meedeed aan de Miss verkiezing, hoe dat is verlopen kunnen jullie lezen, wie weet wordt haar naam nog wel onthuld.

Bram Berkhout heeft uitslagen en een stukje van de tweede competitie in Zeist en René Tijn over de derde competitie in Huizen. Geen finaleplek voor jullie, maar met veel plezier hebben jullie daar aan meegedaan. En je weet hoe de Olympische gedachte is, meedoen is belangrijker dan winnen!! Ook de pupillen hebben hun best gedaan, Marc m.b.v. Carol, bedankt. De junioren hebben nog een barbecue avond gehad. Robin en Jolijn schrijven hier iets over. Volgens ons was het een zeer geslaagde avond. Bedankt allemaal maar weer.

De meeste van ons zullen nog op zomervakantie gaan, per fiets, auto, vliegtuig enz. en Peter en Marian hebben de datum alweer bekend gemaakt van het volgende weekend uit met de Nova-familie. 16-18 april 2010. Een accommodatie die al eens eerder is bezocht. Maar goed u kunt het verder wel lezen.

Even de aandacht voor de clubkampioenschap meerkamp Senioren en Masters. Programma en datums in de Noviteit. De verlichtingsloop op 5 september, voor jong en oud. Allemaal uitgerust van een welverdiende vakantie, de draad weer opgepakt en op zaterdag 5 september in het Novablaauw op weg naar de start en wie weet een nieuwe pr. Houdt deze datum dus vrij.

Wij van de redactie wil een ieder alvast een hele fijne vakantie toewensen. Er is voldoende tijd om een vakantieverhaal te mailen. Vind je het leuk om te vertellen over je vakantiebelevissen en wil je deze delen met onze Novamensen. Mail je stukje dan voor 23 augustus. Onze vaste mensen worden er via de mail nog even extra op geattendeerd. Veel leesplezier.

De redactie wil Matthijs en Marleen en natuurlijk ook onze voorzitter feliciteren met hun zoon en kleinzoon. Heel veel geluk met dit kleine wonder.

Een zonnige groet van de redactie.

De Novaredactie: novakrant@hotmail.com

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226-39 0819
Margret de Boer	Dergmeerweg 41	Warmenhuizen	0226-39 3709
Kirsti Ootjers	Vliedlaan 42	Schagen	0224-72 2046
Maaik Groot	Surmerhuizerweg 8a	Eenigenburg	0226-39 0554
Ruud Doodeman	Pastoorsgroet 9	Warmenhuizen	0226-39 4353

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



23-06-09

Van de voorzitter,

Drukke dagen voor een wethouder RZ. Zodoende dat ik weer te laat ben met mijn stukje. Toch maar even een stukje. Al was het alleen maar om **Willem Schoone** te feliciteren met zijn Nederlands Kampioenschap verspringen. Wij hadden wel gekeken naar de 100 meter in 12,92, concurrent in 12,90, waarbij wij vreesden dat Willem zijn Nederlands Record kwijt zou zijn, maar nee Willem en zijn concurrent hadden te veel rugwind. Nou is ook een tweede plaats altijd nog een felicitatie waard, want wie doet het je na. Echter op het onderdeel verspringen hadden wij niet gelet. Daar wel de titel EN een Nederlands Record met ruim 5 meter. Grote klasse om met een bekend sportverslaggever te spreken.

Schadenberg Circuit

Naast de openingswedstrijd, de tweede "grote" wedstrijd die Nova organiseerden. Mooi weer, wel fris, alles uit de kast gerukt om er een knappe wedstrijd van te maken, is er een tegenvaller. De deelname. Als je met zoveel personen in touw bent om een wedstrijd te organiseren, hoop je op een forse deelname, vooral van eigen leden, maar helaas, de deelnemers van eigen vereniging "die er wel waren niet te na gesproken", viel dat toch tegen.

Piet v.d.Welle houdt de baanrecords bij en d'r staan er nog wel een paar open. Heeft nou niemand behalve Peter Robert zin om op de lijst te komen. Je kans om je onsterfelijk te maken voorbij laten gaan. Ik maak me toch sterk wanneer wij volgend jaar weer meedoen aan dit evenement dat we op een grotere deelname mogen rekenen.

Natuurlijk wil ik wel graag al die mensen bedanken die meegeholpen hebben, zonder jullie beginnen we niks en mede door jullie verliep het programma prima.

Vrijdagavondwedstrijden

Wat wel goed loopt zijn de vrijdagavondwedstrijden. Steeds een forse deelname en onze nieuwe juryleden kunnen steeds getest worden op hun kunnen. Ik moet zeggen dat dit laatste voortreffelijk gaat. Geen onvertogen woord.

Ik heb het al vaker gezegd, het bulkt van het talent bij NOVA. Neem nou de laatste horden wedstrijd. Er komen zomaar talenten boven drijven van wie wij wel een vermoeden hadden, maar van wie wij het niet zeker wisten. Neem nou **Rick Groen en dat leuke meisje van Pronk**, (Marijn noot v.d redactie) wat aan de Helling woont. Sorry, ik kan even niet op haar voornaam komen. Gingen die even over de horden, schitterend. Jullie hebben je onderdeel gevonden. Waarschijnlijk kunnen deze twee ook goed dansen, want voor horden moet je ritmegevoel hebben. In ieder geval een openbaring. Prachtig zo'n nieuwe accommodatie kan je ook andere onderdelen wat meer benutten.

Rest mij nog iedereen een mooie vakantie toe te wensen en ook om alle geslaagden te feliciteren.

Jos

Rijpernieuwtjes

Het is momenteel midden mei. Het Hollandse weer is wisselvallig, zoals het hoort in ons landje. Afgelopen week hadden wij onze jaarlijkse sportdag in Waarland (samen met basisschool Sint Jan). De hele week beloofde het mooi weer te zijn op de bewuste dag. Maar tot mijn verbazing regende het pijpensteeltjes. Je weet het gewoon niet en dat is ook wel weer charmant aan ons stukje wereld.

Nu ben ik in Den Helder bij AV Noordkop. Onderweg hiernaar toe hebben we de boordnavigator ingeschakeld, voor de zekerheid. Ik ben nl. nog nooit bij AV Noordkop geweest en dat is toch vreemd na ruim 8 jaar atletiekbezigheden. Het zit ook op een plek, die ik niet zo snel verwacht had. De meeste sportverenigingen zitten richting duin en ziekenhuis. Maar dit complex heeft wat met de marine te maken en dan is de plek weer logisch. De tweede wedstrijd van de C-junioren competitie Tweede Divisie is hier samen met wat andere competities. Mooi sportweer en leuke contacten, want die heb je zeker ook bij atletiek. David v.d. Welle begeleidde de springwedstrijden en NOVA was vertegenwoordigd met veel atleten en begeleiders.

Zaterdag 13 juni hebben wij gefietst met 10 personen om € 300,00 binnen te halen. Een uitstekend initiatief van de Rabobank om mensen in beweging te krijgen en op deze manier sponsorgelden uit te delen. De fietstocht is prima geregeld en voor jong en iets minder jong doenbaar. Wij hebben in ieder geval heerlijk gefietst en waren binnen 3 uur weer thuis om daar wat klusjes op te pakken.

Momenteel (maandag 15 juni) zit ik bij een kampeerboerderij op Texel. In het mooie plaatsje Den Hoorn komen wij al 20 jaar op schoolkamp. De fietstocht naar Texel toe is steeds mijn grootste zorg. Met 60 kinderen en 6 begeleiders is het een enorme klus om iedereen veilig op Texel te krijgen. Goed rechts fietsen, maar weer niet te. Bij sommige wegen loopt het talud aan de binnenkant van de weg enorm af. En dat is dan ook weer gevaarlijk. Genoeg afstand tussen de fietsers maar weer niet teveel. Als je het opschrijft klinkt het al moeilijk. Laat staan als je moet fietsen in een groep. Er gaat ook nog een busje en aanhanger mee voor de spullen van de kinderen.



Maandagmiddag gaan wij dan met de garnalenkotter op vaart. Deze mannen op de boot weten iedereen te boeien met verhalen over vissen, krabben en garnalen. In steenkool Duits worden ook onze oosterburen vermaakt. Om te weten hoe leuk het wel niet is, zou je zelf zo'n tochtje moeten maken (TX 10). De dinsdag gaan wij naar Ecomare (zeehondjes voedertijd) en 's middags naar het subtropisch zwembad bij De Koog. 's Avonds hebben wij dan na een gezamenlijke maaltijd de bonte avond. Iedereen doet een stukje en ook wij doen dan mee naast onze presentatie. Na twee nachtjes ernstig afzien, gaan wij op de woensdag naar het Juttersmuseum in Oudeschild en dan nog helemaal naar

huis fietsen. Jullie begrijpen dat iedereen dan wel erg vermoeid is. Maar het is elk jaar weer een prachtig feest, dat ik graag mag meemaken.

Aad en ik zijn aan het oefenen voor de Vierdaagse van Nijmegen. De bollentocht van 30 km in de Zijpe was onze eerste serieuze oefening. Een prachtige wandeling, die door de ondergrond van zand wel redelijk zwaar is. Daarna zie ik buur Aad wel zeer vaak oefenen. Hij heeft het wandelvirus wel zwaar te pakken. Ik heb wat last van mijn knie, dus ik doe het rustig aan.

Erik is begin mei op trainingskamp geweest in Italië. Bij de Middellandse Zee werd er elke dag gesport, maar bovenal toch wel vakantie gevierd. Een prachtige ervaring voor Erik, die misschien volgend jaar een vervolg krijgt. Als zijn portemonnee tenminste dik genoeg is.

Zaterdag is de districtsfinale van de juniorencompetitie in Purmerend en Heerhugowaard. Het zal voor het team van Erik moeilijk worden zich te plaatsten voor de landelijke finale. De tegenstand heeft niet liggen rusten. We zien wel hoe het loopt!

Ik wens jullie allemaal een plezierige vakantie toe. Rust goed uit om uitgerust een nieuwe start te maken.

De mazzel

Theo Tesselaar

CLUBKAMPIOENSCHAP 2009

Voor: Senioren, Masters en Junioren A + B.



Programma :

- **Donderdag 27 augustus, (aanvang 19.30 uur)**
Dames en Heren: - 400m.
- **Dinsdag 01 september, (aanvang 19.30 uur)**
Dames: - 1500m.
Heren: - 3000m.

Op verzoek mag je op een avond ook beide afstanden lopen,
Elke afstand mag echter slechts **een keer** gelopen worden!

- **Zaterdag 12 september !!!! (aanvang 13.00 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.
Voor vragen: Piet Stuyt, tel: 0226-393177 mail: p.stuyt@quicknet.nl.



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

A.V. NOVA bij de tijd !!!!

Van het voorjaar, op de dag van de ledenvergadering is de nieuwe Nova accommodatie verrijkt met een buitenklok.

Deze klok welke geheel gefinancierd is door een batig saldo van de Novakrant, moet gezien worden als een geschenk van de enthousiaste en creatieve redactieleden van de Noviteit aan de vereniging, i.v.m. het realiseren van het nieuwe clubgebouw.

De robuuste, weerbestendige klok met een diameter van 60cm. wordt radiografisch aangestuurd, waardoor de juiste tijd altijd gegarandeerd is. Zomertijd of wintertijd, deze klok zal zich dus nooit verslapen!

Zoals u zult begrijpen is het bestuur van Nova de redactie zeer erkentelijk voor dit prachtige tijdsobject welke prominent op de gevel van het wedstrijdsecretariaat prijkt.

(zie foto's)

De klok is door zijn afmeting ook vanaf de gehele atletiekbaan te zien, zodat iedereen, atleet, trainer, jurylid, vrijwilliger of gewoon toeschouwer altijd bij de tijd is!!!

En als de avonden weer wat korter worden, (nog even niet aan denken) dan is er nog geen nood, want de veldverlichting zet de klok dan keurig in het zonnetje.

namens het bestuur, Piet Stuyt



Miss – verkiezing West-Friese markt Schagen

Voor de eerste keer doe ik mee met de Missverkiezing in Schagen. Het gaat erom wie de mooiste kleding, sieraden, kap en kralen tas heeft. Het gaat om het totaalplaatje. Het is bij mij eigenlijk begonnen, doordat ik al 2 jaar mee loop met de Westfriese Markt in Schagen. Ik raakte in contact met iemand uit Grootebroek die wel een patroon voor mij wilde tekenen. Op naar Grootebroek met de auto. Daarna ben ik met mijn maatje van de Westfriese markt en 2 kennissen uit Enkhuizen naar de Albert Cuyp gereden om stof uit te zoeken. We hebben wat afgelopen en uiteindelijk ben ik geslaagd voor blauwe zijde. 7 meter had ik nodig voor de rok en het jak (jasje) en ook voor de onderrokken moesten we nog stof uitzoeken. Heb een ruiten lap en een strepenlap gekocht voor de onderrokken.



In oktober zijn we begonnen met het knippen van de rok. We hebben de rok geknipt op het biljart in Waarland, want daar woont mijn naaister en die vond het wel handig om het op het biljart te leggen voor de ruimte. Ik moet je zeggen dat het perfect werkte. We hebben maanden achter elkaar genaaid en geplooid om het maar zo mooi mogelijk te maken. Ook heb ik een kralentasje met een ijzeren beugel gekocht van die kennis uit Enkhuizen. Maar ik wilde ook heel graag een kap voor op mijn hoofd. Ik kwam op een verjaardag van mijn zus uit Langedijk in gesprek met de schoonmoeder van mijn zus en die vertelde dat ze het een en ander wilde verkopen i.v.m. de verhuizing die komen gaat. Eventjes gebeld en op naar Langedijk want daar woonde ze. Prachtige kap had ze liggen en heb die gepast en gekocht. Nu nog de schoenen. Dat zal een probleem worden want ik heb grote voeten, wel maat 42! Vaak op de Westfriese site gekeken maar nooit zat mijn maat er tussen. Wat nu? Doordat ik op maandagmorgen met de sportieve wandeling van Peter Robert mee hobbel en in contact kwam met iemand, die mij de raad gaf om Hans van Wilgenburg van de radio te mailen. Zo gezegd zo gedaan, laten

ze mij nu bellen om rechtstreeks in de uitzending te komen en om mijn verhaal te vertellen. Er belde een vrouwtje uit Obdam die een paar schoenen van vroeger had en ook nog maat 42. Ik weer naar Obdam gereden en inderdaad, het is mij gelukt. Ik heb nu ook de schoenen. Volop aan het naaien geslagen. Het lukte maar niet met het jak, vandaar dat we 2 weken voor de verkiezing nog naar Grootebroek gereden zijn om raad te vragen. Nadat ze alles bekeek en ons vertelde dat er nog veel werk aan zat, had ze besloten om 2 dagen voor de verkiezing nog mee te helpen naaien. Met zijn drieën de hele dag en de dag van de verkiezing aan het naaien geweest. Maar het resultaat mag er dan ook wezen. Op naar Markt 15. Daar werd de kap opgezet en heb ik mijn pak aangetrokken. Om 20:00 uur begon de verkiezing. Ik was nummer 1 van de 17 missen en mocht als eerste de catwalk op. Aan de arm van presentator Jos van Leeuwen werden we over de catwalk aan de jury en aan het publiek getoond. Nadat alle 17 kandidaten geweest waren, moest ik nog 1 keer over de catwalk lopen en vertelde de Ladyspeaker het een en ander over mij en de andere kandidaten. Toen een half uurtje pauze en werden de mooiste 6 uitgekozen. Ik zat er niet bij maar er waren ook zulke prachtige kostuums bij. Uiteindelijk werd het de miss uit Enkhuizen, die ik zelf ook had gekozen. Ze zag er dan ook als een plaatje uit. Ik vond het prachtig om mee te doen en had het voor geen prijs willen missen.

EEN SPORTIEVE WANDELAARSTER.

Bouwreis naar Guatemala

Op vrijdag 17 april vertrokken wij met 20 personen naar Guatemala voor een bouwreis georganiseerd door Habitat. Na een lange vlucht Amsterdam- Houston- tussenstop van 6 uur + nog eens 6 uur vertraging kwamen wij na ongeveer 30 reisure in Guatemala-stad aan. De groep bestond uit mensen allen afkomstig uit de regio Alkmaar en sommigen kenden elkaar, 4 van hen had al eens eerder in Guatemala een bouwreis gedaan.

In Guatemala is Spaans de officiële taal, maar veel inwoners spreken een inheemse taal, meer dan 20 soorten Maya-talen zijn er, communicatie onderling is dan ook erg moeilijk. De infrastructuur is er niet ontwikkeld en daarom zie je traditionele Maya-Indianen met een mobiele telefoon wat een apart beeld geeft. Het land heeft 13 miljoen inwoners en 12 miljoen mobieltjes.

Het eten is eenvoudig veel maïs en bonen. De mensen zijn ontzettend vriendelijk hebben wij ervaren, en als je lacht en vriendelijk bent, kan je zelfs zonder paspoort met een binnenlandse vlucht mee. Ook de "gevaarlijke bagage" die je vergeten bent in je koffer te doen, neemt het personeel voor je mee in het vliegtuig.

De volgende morgen vertrekken wij met een bus richting Panajachel, onze eerste kennismaking met het land. Veel bedrijvigheid onderweg, een vierbaansweg wordt aangelegd, bussen die met een busboy als richtingwijzer gevaarlijke inhaalacties ondernemen. Mensen langs de kant van de weg, die het een en ander verkopen, maar ook lopend met een vracht bagage op hun rug of hoofd torsend op weg naar hun bestemming. Een groot reclamebord van Bejo op een huis geschilderd, dat is wel bijzonder als je zo ver van huis bent en je ziet dat staan.

In Panajachel aangekomen, maken we kennis met de medewerkers van Habitat, en krijgen we uitleg over de stichting en de bouw van de huizen. De mensen waar we voor bouwen, moeten werk hebben en eigen grond, ze krijgen een renteloze lening, deze moeten ze wel terugbetalen in 10 à 12 jaar. Een huis kost ongeveer € 5.000,00. Habitat is nu ook bezig om gronden aan te kopen, zodat er ook voor mensen gebouwd kan worden die geen eigen grond bezitten. De familie waarvoor wordt gebouwd moet zelf ook meehelpen.

Zondag maakten we kennis met de bewoners en enkele van ons hadden 's morgens de bouwplaatsen bezocht waar we aan het werk zouden gaan. Er zijn 3 bouwplekken, op elke plek zijn ook lokale mensen aan het werk. Het huisje waar wij ingedeeld worden vergt enige fysieke krachten, het huisje staat nl. zo'n 8 minuten lopen van de openbare weg af en over een smal en heuvelachtig pad moeten we elke morgen deze wandeling maken. Maar ook al het bouw materiaal moet met de hand naar de bouwput worden gebracht. Wij waren met 3 vrouwen en 4 mannen + een medewerker van Habitat en 2 Guatemalteken.

Maandag is onze eerste werkdag, 's morgens om 7.00 uur ontbijt, 7.30 uur in de taxibus gewapend met een lunchpakket en een jerrycan van 25 liter water. Daar gingen we als echte bouwvakkers, werkpak- en schoenen aan, een rugzakje met werkhandschoenen en wat eenvoudig gereedschap. Ongeveer een 30 minuten waren we onderweg, uitstappen



en wandelen naar onze bouwput. Wat opvalt is dat het op weg naar de werkplek ontzettend smerig is en het stinkt, er is geen vuilnisophalendienst, iedereen gooit het naar beneden in de rivier, deze neemt het wel mee als het regenseizoen begint. Men ruimt het alleen op als men eigen grond heeft, dan heeft men er baat bij, de rivier is van niemand, dan hoef je het ook niet op te ruimen. Daar valt nog veel te verbeteren.

De fundering moet nog worden uitgegraven, en ik vraag me af wat wij kunnen doen. Na enig overleg met Mario onze Guatemalteekse opperhoofd, gaan de 4 mannen spitten en gaan wij de 3 vrouwen de wapening maken. Dit houdt in dat we met een plooiijzer beugels moeten maken, deze moeten eerst op maat worden geknipt, en daarna moeten we deze met ijzerdraad aan de 2 ijzeren staven aan elkaar verbinden. In totaal moeten er 21 worden gemaakt en hiermee zijn we 2 dagen zoet. De mannen beginnen te spitten en al snel ligt er een enorme kei op de plek waar de fundering moet worden uitgegraven. Cor en Jos bijten zich erin vast, maar moeten het onderspit delven. De kei laat zich niet loswroeten, hij weegt minstens 100kg. Op het eind van de dag is de fundering uitgegraven en kunnen we de volgende dag betonstorten. Rond 16.00 uur zit onze werkdag erop, en gaan we weer met de taxi naar het hotel. Daar aangekomen zit er al een groep aan de borrel en worden de sterke verhalen verteld. (Dit bouwbiertje werd elke dag genoten)

De volgende dag aangekomen bij de openbare weg waar onze taxi stopte, stond er een berg stenen om nog naar de bouwput te worden gebracht. Ieder van ons nam een steen mee van 10 kg. Wij vrouwen vonden dit best wel heftig, maar de vrouwelijke lokale bewoners namen er 2 of 3 mee op hun hoofd. Zelfs opa van 74 had 3 stenen op zijn rug. Eén sjouwer is hiermee 3 dagen bezig geweest, deze had zelfs 4 stenen mee. Onze taxichauffeur die meeliep naar de bouwplaats, maar de hele dag zat te lezen, heb ik op een gegeven moment aan het werk gekregen, eerst wilde hij niet en zei: "Momento" maar hij zat al 3 dagen te niksen, aandringen en blijven lachen. En waarachtig hij gaf stenen aan, daarna bleef hij bij zijn taxi en hebben we hem niet meer gezien op de bouwplek.



Dinsdag kon de eerste laag worden gemetseld en daarin werd de wapening gelegd, die door ons was gemaakt. Vervolgens moest dit met beton volgestort worden, het gaat allemaal erg primitief. Zand, grind, cement en water, op de grond omscheppen en hup met een emmertje wordt er weer een gat gevuld. Na 5 dagen werken, waren we op steigerhoogte. In de hoek van de bouwplaats lag ongebluste kalk voor de specie, als Bartola daar in begon te scheppen was het één grote stofwolk.

De bewoners zijn ontzettend aardig, Hilde is erg verlegen, wij spreken geen Spaans en zij geen Engels. Maar met behulp van een woordenboekje en gebarentaal kunnen we toch nog wat communiceren. Een fototoestel doet ook wonderen, Hilde wil er absoluut niet op maar als ik een van haar kinderen of schoonmoeder fotografeer, dan moeten ze erg lachen. De kippen lopen in en om huis en binnen is het roetzwart van de stookplaats, en de rookwolken komen je 's morgens tegemoet als wij

onze lunchpakketten in een hokje (waarschijnlijk slaapkamer) van het huis leggen. De wasplaats is een overdekte ruimte, en opa en oma hebben een aparte zit-slaapkamer.

Hilde en haar gezin slapen en wonen in een en dezelfde ruimte, ze heeft een aparte stookplaats, maar dit is wel verstopt achter lappen en doeken. Buiten is er nog een aparte ruimte met een kruipgat waar een vuur kan worden gestookt dat is een soort badruimte. Op vrijdag lagen er kruidachtige planten en werd de ruimte warm gestookt.

Vrijdag is ook de overdracht een ceremoniële gebeurtenis waar wij "de bouwers" worden bedankt en symbolisch de woning overdragen aan de bewoners. Onderweg naar een gemeenschappelijke plaats begint het te spoelen, de straat lijkt wel een kolkende rivier. Al het vuil wat langs de kant van de weg ligt, verstopt de rioolgaten, het is een grote bende. Het feest moet enigszins worden aangepast vanwege de regen, maar bij een van de huisjes is een grote ruimte waar we met zijn allen in kunnen. Taart en ranja maken het compleet.

In de week die volgt gaan we met bijna alle bouwers nog een weekje een rondreis maken, we bezoeken Chichicastenango, waar 2 dagen per week een lokale markt is waar de Indianen uit de bergen komen om hun spullen te kopen en verkopen. Een bijzonder kleurrijk schouwspel, varkens, kippen, kleding, groenten, vis, vlees alles wordt gekocht en verkocht. Sommigen verkopers komen de avond ervoor en slapen en eten bij hun verkoopwaar.

Antigua is een koloniale Spaanse stad, waar veel geschiedenis en cultuur te zien is. We hebben een Amerikaanse stadsgids, een archeologe, die al 30 jaar in Guatemala woont. We bezoeken een prachtig museum, waar een rijke verzamelaar van antieke voorwerpen opdracht heeft gegeven aan glaskunstenaars om een vergelijkbaar kunstwerk te maken. Deze stonden naast elkaar in een vitrine. Een koffieplantage hebben we bezocht, en een museum waar we allerlei muziekinstrumenten zagen die door de Maya's werden gebruikt, gemaakt van natuurlijke materialen

Via een binnenlandse vlucht gaan we naar Flores, in Tikal overnachten we in de jungle, de apen gaan dierbaar te keer. Het is aardedonker we hebben geen stroom van 22.00 uur tot aan 6.00 uur. De volgende morgen gaan we met een gids op pad die ons veel vertelt over de Mayacultuur, de flora en fauna de politiek en de economie. Ontzettend interessant en een zeer bevlogen gids die begaan is met zijn land en er vertrouwen in heeft dat het bergopwaarts zal gaan met Guatemala.

En dan is het weer tijd om naar huis te gaan, we hebben een geweldige tijd gehad, en vliegen deze keer zonder vertraging naar Amsterdam, waar we nog een actie meemaken t.g.v. de Mexicaanse groep. We gaan met Schipholtaxi naar huis, en medereizigers naar Warmenhuizen komend uit Mexico moeten van de chauffeur een mondkapje omdoen.

Piet en Nel

Pietpraat

De computer opgestart en een seintje gekregen van de redactie om weer tijdig kopie in te leveren voor de volgende uitgave van Noviteit. Dus maar weer eens kijken wat er zoal uit de duim te voorschijn kan komen. Nog een laatste woord over mijn afscheid als secretaris van Nova. Door het missertje tijdens de jaarvergadering heeft dit onderwerp nogal wat aandacht gekregen. In verschillende bijdragen in de vorige Noviteit kwam dit naar voren. Bedankt voor alle reacties. Inmiddels hebben Agaath en ik tijdens een gezellig etentje bij “de Bolle” afscheid genomen van het bestuur. We kregen ook nog een cadeau aangeboden in de vorm van drie overnachtingen in een hotel in de mooie stad Gouda. Het hotel was in een oud gerestaureerd monument in het centrum van de stad. We hebben het bijzonder naar ons zin gehad en lekker wat rond gefietst in het mooie “groene hart”. Mooie en gezellige plaatsen als Schoonhoven, Oudewater, Woerden, Bodegraven, Haastrecht zijn zeker het bekijken waard en het is prachtig fietsen langs grote rivieren als de Lek, maar ook langs de Hollandsche IJssel, de Vlist, Kromme Rijn, Lange Linschoten en de Gouwe.

Inmiddels is ook mijn verjaardag achter de rug, de directe aanleiding voor het aftreden als bestuurslid. Van Agaath kreeg ik een prachtig cadeau. Een enkele reis met de fietsbus naar midden Frankrijk. De terugtocht, uiteraard per fiets, mag ik zelf regelen. De datum van vertrek is geregeld, 21 augustus, maar de datum van thuiskomst niet. Het zal zeker niet zo gaan als met de postduiven: lossen en zo snel mogelijk naar huis. Dus maar kalm aan doen, en af en toe een van mijn bekende ommetjes maken. Jullie zullen me dan dus wel een tijdje niet zien. Uiteraard lezen jullie t.z.t. mijn ervaringen wel. Voor Nova blijft er natuurlijk veel werk te doen. De nieuwe accommodatie vraagt ook zijn onderhoud en eens in de 14 dagen wordt er op dinsdagmorgen geschoffeld en andere voorkomende werkzaamheden gedaan.

Verder is er op zaterdag 29 augustus een grote sportdag voor de leerlingen van de groepen 5 t/m 8 van alle basisscholen in de gemeente Harenkarspel. Deze dag wordt gehouden op onze accommodatie en het S.I.S. terrein. De organisatie is in handen van Sportservice Schagen in samenwerking met de Rotary Harenkarspel. Thema is bewegen en voeding. Uiteraard zal ook onze vereniging medewerking verlenen aan deze dag. De voorbereiding is al in gang gezet. Prachtig dat je dit soort evenementen op zo'n mooie accommodatie kunt organiseren.

Dit bleek overigens ook bij de onderdeel atletiek van de sportweek in Warmenhuizen. Heel veel belangstelling en de kantine draaide voor het eerst op volle toeren. Gelet op de instelling van de meeste atletiek liefhebbers zal dit echter wel tot de uitzonderingen behoren.

De Rabobank stelde ons weer in de gelegenheid om mee te doen aan een fietstocht. Meestal moet je voor een dergelijk evenement inschrijfgeld betalen, maar de rollen waren nu omgekeerd. Voor een team van 10 personen kreeg de deelnemende vereniging een mooi bedrag van € 300,- voor de kas. Het was dan ook een hele drukte bij de bank en onderweg. Nova had een team snelle jongens. De Stichting Sportaccommodatie Nova deed het wat rustiger aan maar waren wel snel binnen. Geen koffiestop want ze hadden niet gezien dat er aan de stempelkaart ook een consumptiebon zat. Voor het comité dat de Verlichtingsloop organiseert was er ook een ploeg samen gesteld. Het kwam zo uit dat kleinzoon Thomas 4 snelle jeugdige jongens had verzameld en Kiki Klaver had 5 familieleden opgetrommeld. Zij zelf, haar moeder, oma en nog 2 tantes. We hebben de ploeg in tweeën gesplitst en ik heb het er maar op gewaagd om met de “jonge honden” mee te gaan. Nu dat lukte nog vrij aardig vond ik zelf.

Vrijdagavond de vuurdoop van een echte grote wedstrijd. De zesde wedstrijd van het Schadenberg-Circuit. Jammer dat het aantal deelnemers wat tegen viel, maar verder verliep alles naar wens. Mooi dat we inmiddels een aantal gediplomeerde juryleden hebben. Op deze manier is het verantwoord om je voor dit soort wedstrijden aan te melden. Natuurlijk hopen we dat dit circuit ook volgend jaar doorgang zal vinden. Bij meer bekendheid hopen we dan ook meer Nova-atleten aan de start te zien. Trainen is goed en ook leuk, maar je af en toe eens meten met andere atleten is ook mooi.

Het sluitingsuur is in zicht en houdt tevens in dat het bedtijd wordt, dus snaveltjes toe en oogjes dicht.

Piet van der Welle



NIEUW! Verenigingsarrangement SPAR NK Atletiek

Nieuw dit jaar tijdens de SPAR NK Atletiek is het verenigingsarrangement voor alle aangesloten verenigingen van de Atletiekunie. Kom op de finaledag (zondag 2 augustus) met jouw vereniging naar het Olympisch Stadion voor een unieke experience. Kom clubgenoten aanmoedigen, beleef de geweldige ambiance en geniet!

Een verenigingsarrangement bestaat uit:
Toegangskarten voor de gehele groep (mogen leden en niet leden zijn)
Gereserveerde plekken ter hoogte van de finishlijn
Lunchpakketten en een goodiebag met hierin oa. het programmaboekje

Om gebruik te maken van het arrangement moet de groep uit ten minste 10 personen bestaan. De kosten bedragen € 5,- per persoon. Aanmelden kan tot 13 juli.

Meer informatie of het direct aanmelden kan door een e-mail te sturen naar Judith Veldman (Judith.Veldman@atletiekunie.nl) of Justin Kröder (Justin.Kroder@atletiekunie.nl). Kijk ook op de website www.nkatletiek.nl.



Kom dus zondag 2 augustus met jouw vereniging naar het Olympisch Stadion in Amsterdam en beleef de SPAR NK Atletiek vanaf de beste plek in het stadion!

Opgeven bij Nelina Bruin voor 13 juli
nelina@kpnplanet.nl

ra, ra, wie zijn dit van de sportief wandelaars!!



Vaartspel

Wanneer je het lopen analyseert, dan kan je verschillende facetten onderscheiden. Maar waarom zou dat zin hebben? Nou, het zit zo; als je het opdeelt in brokken dan kan je de lekkerste stukken eruit pakken. Er zijn op het eerste gezicht minder aantrekkelijk onderdelen aan de intensieve activiteit waarbij je na een tijdje toch waar voor je geïnvesteerde vermogen krijgt. Inzicht in de achtergrond van de oefening kan je helpen om de aantrekkelijke stukken eruit te halen. Aldus kan je er rekening mee houden en het plezier in het lopen een boost geven.



Sid's plan to promote running on casual-dress Friday goes awry.

Qua training kan je kiezen voor een korte of lange warming up, langzame duurloop, interval, loopscholing Keniaanse slag en zo nog meer varianten. Soms zitten er wat minder populaire kanten aan, zoals de voor sommigen te pittige inspanning, de weersomstandigheden en je belastbaarheid. Het vergt wat van je. De coopertest is bijvoorbeeld gevreesd, Toch heb je er recht op net als intervaltraining Interval is de steile weg naar de tempohardheid. Het brengt je van start-to-run naar het level hardloper 2.0. Maar och, wat kan het meedogenloos zijn. De benen lopen vol en je inwendige lijf schreeuwt om verlossing door rust. Het mooie is wel; op enig moment wen je eraan. Je wordt er alleen maar sterker van. Eigenlijk is de vrees voor het afzien het ergste.

Even terug naar de basis, toen ik jaren geleden besloot te gaan hardlopen, begin ik met een klein rondje, lekker anoniem buiten de bebouwde kom. Ik had respect voor de afstand. Vanlieverlee werd het echter een flinke tocht. Ik liep naderhand (zelf totaal niet verlicht) op onverlichte wegen en werd menigmaal verblind door tegenliggers met groot licht. Voor het goede gevoel deed ik aan het einde nog een sprintje, maar dat groeide uit tot een vlijmscherpe sprint van zo'n driehonderd meter van de dijk af naar beneden door de flauwe bocht tot ik met zwaar bonzen hart de ouderlijke boerderij bereikt had. Weinig mensen zullen het gezien hebben en ik zou er misschien niet over moeten beginnen omdat het trainingstechnisch nergens op rooide. Ware het niet dat ik die laatste meters voor mezelf tot de kern kwam. Vaart maken met jezelf zo hard als je kan. Wauw!,Dat gaf nog eens het meest pure gevoel van snelheid.



Later ging het lopen met sprongen vooruit door betere en dus gerichte intervaltraining. Gelukkig was er altijd ruimte om dat goede gevoel van snelheid op te roepen. Een van de leukere trainingsvormen hiervoor is de fartlek. Na rustig ingelopen te zijn kan je gewoon naar gevoel sneller of trager gaan. Zwevend door de vrije natuur is het genieten. Voor velen is het buitenelement, lekker in de open lucht zijn een voorwaarde. Bij Nova trekt in de natuur bezig zijn ook erg aan gezien het succes van de bostrainingen. Het ene stuk ren je verhard dan weer onverhard, langs het strand, heuvel op wandelen en af grote versnelling of beukend tegenwind en voor de wind even uitbollen. Het is een loopje met intervallen op willekeurige basis. Het grote voordeel is dat je op natuurlijke wijze leert wennen aan tempowisselingen.

Als je fartlek vaak genoeg doet dan pas je het als vanzelf toe bij wedstrijden en valt het onder de lekkere toetjes. Bij een halve marathon deed ik het laatst onbewust. Pas na afloop bedacht ik hoe het nou zou komen dat mijn lage verwachting door trainingsachterstand niet uitkwam. Ik liep in het begin met een aardig groepje. Iedereen deed zijn kopwerk naar vermogen. Maar toch als je dan weer eens voorop loopt dan is het toch ook wel lekker om iets te versnellen, ik kan gewoon slecht één tempo houden, gewoon te saai. En ondanks de inspanning versnelde ik weer. Eigenlijk zat de rest er niet op te wachten. Was ik even aan het vaartspelen geraakt. R.D.

Coopertest 2009

	18 juni 2009	afstand	afstand 17 maart
1	Matthijs de Groot	3.225	3.219
2	Henry Hofmann	3.000	
3	Arie Kossen	2.985	3.040
4	Corinne Ruyter	2.910	
5	Ron Janssen	2.900	2.959
6	Hans de Koning	2.860	
7	Tijs Hofmann	2.760	2.870
8	Willem Schoone	2.760	2.813
9	Margret de Boer	2.460	
10	Roland Broersen	2.260	
Groep van Maaïke en Ilse:			
1	Lars Dignum	3.040	
1	Joeri Church	3.040	
1	Jeroen Swinkels	3.040	
4	Jesse Smit	2.930	
5	Deni van Schagen	2.900	
6	Stan Rietveld	2.870	
7	Kirsten Blom	2.760	
8	Laura Boekel	2.730	
9	Jeroen Gruys	2.630	
10	Marc Rademakers	2.550	
11	Mick vd Velden	2.450	
12	Rick Groen	2.440	
12	Carlien Wabeke	2.440	
12	Bregje Dekker	2.440	
15	Robin Tesselaar	2.280	
15	Lisanne Schoone	2.280	
15	Kiki Klaver	2.280	
18	Lynn Glas	2.270	
19	Lonneke Rademaker	2.120	
20	Koen vd Velden	1.800	
21	Stan vd Velden	1.650	
21	Iris vd Velden	1.650	

Pupillencompetitie

9 mei was de eerste wedstrijd in Heiloo. We waren op vakantie in Limburg maar Marc wilde heel graag meedoen. De A1-pupillen hadden op de baan ook goed de estafette geoefend. Ik besloot om even heen en weer te rijden met Marc voor de wedstrijd. Opa kwam ook mee want die wilde de jongens wel eens zien sporten.

Ze begonnen met de estafette, daar werden ze 3^e.

Bij de meerkamp werd Martijn 2^e, Marc 6^e, Luuk 11^e en Wout 13^e. Goed gedaan mannen. Marc sprong een vet PR bij verspringen 3,93 meter.



Het was een mooie dag en opa had ook genoten van zijn kleinzoon. Moe maar voldaan vertrokken we weer naar Limburg want zondag hadden we nog een familie-feest.

De mannen hadden de smaak te pakken en gingen weer voluit trainen voor de 2^e wedstrijd. Deze keer zou Vincent het team komen versterken i.p.v. Wout. Ze hadden weer getraind voor de estafette. Dat zat wel goed.

Met zijn allen op naar Alkmaar (6 juni). Lekker dichtbij. Wel winderig op de baan. De estafette werd een eitje voor ze. Ze werden dik eerste ondanks een langzame wissel. Bij

de meerkamp werd Vincent 2^e, Martijn 5^e, Marc 6^e en Luuk 10^e. Dat was weer een topprestatie. Thuis gingen we kijken op de site van de atletiekcompetitie en zagen dat de A1-pupillen zich als groep geplaatst hebben voor de finale. De uitslag is nog niet definitief. Ze staan na 2 wedstrijden 3^e, dus het moet wel heel raar lopen willen ze zich niet geplaatst hebben.



Nu ze dit weten waren Martijn en Marc er gerust op



om naar Reusel te gaan. Dit valt namelijk samen met de 3^e wedstrijd. Dat wordt dus ons volgende avontuur. Met NOVA naar Reusel. Vooral voor mij (Carol) want ik kampeer nooit en zal er dus nu aan moeten geloven en in een tent moeten slapen. Er is een feestavond zag ik. Daar zal ik wel zo moe van worden dat ik vanzelf in slaap val.



Marc en Carol

Nova-Kompas wandeltocht op 27 september 2009

Ook dit jaar organiseert de sportief wandelafdeling van onze vereniging weer een wandeltocht in samenwerking met Kompas Outdoor World in Heerhugowaard. De wandeltocht wordt gehouden op zondag 27 september. Dit jaar zijn er geheel nieuwe routes bedacht. De afstanden die gelopen kunnen worden zijn 5, 10, 15, 20, en 25 kilometer. Voor elk wat wils dus.

Vooraf voor de 20 en 25 kilometer is dit jaar wat speciaals bedacht, namelijk een oversteek van het Noordhollands Kanaal bij Zijpersluis per boot. Door deze voorziening is het mogelijk dat de 25 kilometer door loopt naar de Hondsbossche Zeewering zodat ook nog een stukje langs de zee kan worden gelopen.

Natuurlijk verwachten wij veel Novaleden met familie en kennissen aan de start.

Inschrijven kan vanaf 8.30 uur in het clubhuis bij de atletiekbaan. Het inschrijfgeld bedraagt voor volwassenen € 3,50 en voor kinderen tot 16 jaar € 1,00. De opbrengst komt gedeeltelijk ten goede aan de afdelingen van de Zonnebloem in Tuitjenhorn en Warmenhuizen.

Hoewel het nog even duurt graag deze datum alvast in jullie agenda noteren en dus vrij houden.

De Wandelcommissie



Elf Novavrijwilligers geslaagd voor de jury tijd cursus

16 en 23 maart 2009 organiseerde Nova een jury tijd cursus. Voor deze cursus moet je eerst de jury algemeen cursus gevolgd hebben. Elf Nova vrijwilligers volgden de cursus tijd samen met nog negen andere mensen van Noordkop en Hylas. Voor het examen hadden we heel wat andere vrijwilligers nodig. Het was een echt praktijk examen. Theo de Nijs, onze starter, schoot meerdere series met Novajeugd weg. Ook vier ervaren Novaklokkers klokten mee om de geklokte tijden te controleren. Begin april kregen we het bericht dat iedereen het examen gehaald heeft. Novajeugd, starter en klokkers bedankt voor de hulp.

Theo Tesselaar, Matthijs de Groot, Jan Berkhout, Yvonne Dekker, Marjon Church, Sylvia Groen, Cor Wabeke, Carol Rademakers, Peter de Ruijter, Herma Hofmann en Joke Kramer GEFELICITEERD!!! Hopelijk kunnen jullie dit jaar vele pr klokken voor onze leden.

Jury leden bedankt voor jullie inzet!!!

Uitslagen:

De uitslagen van de trainingspakkenwedstrijd, vrijdagavondwedstrijden en ook het Schadenberg circuit staan op de website: www.avnova.nl.

Rabo fietssponsortocht

Zaterdag 13 juni was de tweede Rabo fietssponsortocht. Nova had zich hiervoor ingeschreven net als de Stichting sportaccommodatie Nova en het comité Verlichtingsloop. 30 mensen gingen voor ons op pad. Henry Hofmann, Annebeth Ligthart en Ramon, Marieke Pronk, Tannes en Peter Kruijer, Arie Kossen, Petra Rol, Carol Rademakers, Eef Suiker, Marian en Niek Nolten, Loes en Louis Suiker, Piet en Nel Meijer, Nico en Marijke Groot, Yvonne Boerdijk, Marieke Brakkee, Sandra Jansen, Ida Dekker, Kiki Klaver, Henny Klaver, Karin Dekker, Thomas Botman + 3 vrienden en Piet van der Welle. Per deelnemer krijgt de vereniging/ stichting/ comité 30 euro per persoon. Een mooi bedrag voor 30 km fietsen. Gelukkig zat het weer ook mee. Een mooi gezicht al die fietsende mensen met een oranje rugzakje op de rug. Ook jullie bedankt.

Kalender:

Hardlooprond Tuitjenhorn	8 aug.	jeugd/senioren	Tuitjenhorn
Kalvermijltje	21 aug.	jeugd/senioren	Kalverdijk
Clubkampioenschap jeugd	30 aug	Jeugd	thuis
Verlichtingsloop	5 sept.	jeugd/senioren	Warmenhuizen
Clubkampioenschap senioren	12 sept.	Senioren	thuis
Finale pup. Competitie	19 sept.	Pupillen	elders
Wandeltocht Nova	27 sept.	allen	thuis
Nacht van Nova	9 okt.	jeugd	thuis
Boerenkoolloop	1 nov.	jeugd/senioren	thuis
Bosloop	20 dec	jeugd/senioren	Schoorl

De eerste helft van 2009 is alweer voorbij. We begonnen al vroeg met de onze eerste baanwedstrijd, de trainingspakkenwedstrijd op 29 maart 2009. Daarna volgden de vrijdagavondwedstrijden, het atletiek onderdeel van de Sportweek op maandag 25 mei en de zesde wedstrijd van het Schadenberg circuit op vrijdag 19 juni. Voor deze wedstrijden heb je best veel juryleden nodig. Gelukkig hebben we een mooie lijst met vrijwilligers die altijd weer voor ons klaarstaan. Met of zonder jurydiploma.

Voor dit jaar hadden we een jury algemeen cursus gepland. 10 enthousiaste mensen wilden de cursus wel doen. Helaas waren dat volgens de AU twee personen te weinig. Volgend jaar willen we toch weer proberen om een cursus jury algemeen bij Nova te organiseren. Wie interesse heeft kan altijd bellen naar David en/of Nelina, of mailen naar nelina@kpnplanet.nl.

Via de Noviteit willen we alle juryleden/begeleiders/kantine mensen nogmaals bedanken voor hun inzet. Zonder jullie valt het niet mee om een wedstrijd te organiseren. Bedankt!!!!

