

***In deze Noviteit van
November/December 2008***

Gevonden!! Verloren!!

Uitslagen diverse wedstrijden

Nog enkele plaatsen voor de wintersport!!

Klaverjasdrive 22 november

Technische training op donderdagavond!!!

Oproep vrijwilligers voor kantine

Inhoudsopgave

Novabestuur _____	4
Jeugdcommissie _____	4
Trainers _____	4
Trainingstijden _____	4
Contributie _____	5
Belangrijke informatie _____	5
- Oproep voor kantinebeheer _____	5
- Wedstrijd licentie!!! _____	5
- Klaverjassen 22 november _____	5

Vaste Rubrieken

Redactioneel _____	6
Van de voorzitter _____	9
Rijpernieuwtsjes _____	10
Dick Smit _____	12
Ruud Doodeman _____	18
Jeugdportret _____	20 + 30
Verjaardagen _____	40
Prietpraat _____	43
Kinderpagina _____	44
Recept _____	45
Evenementenkalender _____	46

Verder in deze Novakrant

Technische training op donderdag _____	11
Matthijs "O.S. Beijing " _____	15
Uitslagen Verlichtingsloop Trimloop + Wedstrijd _____	16
Vacature Verlichtingsloop _____	17
Mathijs de Groot "Landelijke competitie " _____	19
Openingswedstrijd verslag _____	19
Uitslag clubkampioenschappen senioren _____	22
David v.d.Welle _____	24
Even voorstellen _____	24
Tussenstand WC _____	25
Nacht van Nova 26 sept _____	26
Gevonden/ Verloren _____	27
Bregje Dekker "verslag Suomi " _____	28
Verslag Clubkampioenschappen jeugd _____	28
Nova Weekend april 2009 _____	30
Verslag verlichtingsloop jeugd _____	33
Duursportief _____	32
Diversen Peter en Marian _____	38
Wintercompetitie jeugd _____	39

Novabestuur

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>	
Jos de Groot	Kanaalweg 26	Warmenhuizen	0226 39 2405	Voorzitter
Piet van der Welle	Sportlaan 20	Warmenhuizen	0226 39 2339	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>
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735
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	Jelmer Breur	0226 39 0490
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	Ingmar Zondervan	0226-391994

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>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, Ilse en Benno
19.00 tot 21.00	Extra training Pup/Jun.	Maaïke en Ilse
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Peter Robert, Jos Hoogeboom
	Start to run	Ron Janssen
<i>Vrijdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
16.00 tot 17.00	Pupillen A1	Maaïke, Ilse Leegwater en Jelmer
17.00 tot 18.00	Pupillen A2	Maaïke, Ilse Leegwater en Jelmer
18.00 tot 19.00	Junioren C/ D	Maaïke, Ilse Leegwater en Jelmer, 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

Contributie

Pupillen	€ 60,00 per jaar
Junioren	€ 70,00 per jaar
Senioren	€ 85,00 per jaar
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 Piet van der Welle, Sportlaan 20, Warmenhuizen.

Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

Trainingsavonden december

Hardlooptraining donderdagavond eind december.

De trainingen op donderdag 25 december en 1 januari gaan (uiteraard) niet door.

Peter en Jos

Wedstrijdlicentie

Het is bij de Atletiekunie zo geregeld dat de leden een wedstrijdlicentie moeten hebben om aan officiële wedstrijden mee te doen. Dit geldt niet voor trimlopen ook al worden deze door atletiekverenigingen georganiseerd. Voor deelname aan competitiewedstrijden, Nederlandse kampioenschappen e.d. is deze wedstrijdlicentie verplicht.

Om deelname aan belangrijke wedstrijden zoveel mogelijk te stimuleren werden hieraan verbonden kosten tot op heden steeds door de vereniging betaald.

Bijna alle atletiekverenigingen brengen zowel de normale bondscontributie als de wedstrijdlicentie afzonderlijk bij de leden in rekening. Dit naast de gewone contributie. Zover willen wij echter (nog) niet gaan.

Wel willen wij de wedstrijdlicentie voor de senioren en junioren A en B met ingang van 1 januari 2009 bij onze leden in rekening brengen. De kosten van deze licentie zijn voor 2008 voor junioren € 11,80 en voor senioren € 18,90.

De seniorleden en junioren A en B van onze vereniging die beschikken over een wedstrijdlicentie hebben hierover inmiddels bericht ontvangen met het verzoek om aan te geven of ze deze willen houden.

GEVRAAGD KANTINE MEDEWERKERS EN SCHOONMAKERS m/v

Taak: Kantine werkzaamheden tijdens wedstrijden en evenementen.

Taak: Kantinedienst tijdens trainingsavonden op dinsdag en donderdag.

Taak: Schoonmaken na wedstrijden en evenementen

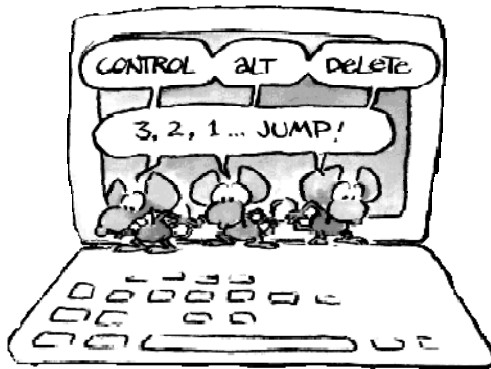
Naast actieve leden die kantinedienst kunnen combineren met een training, zijn uiteraard ook andere personen welkom zoals ouders, grootouders en andere mensen met een sporthart.

Je kunt je aanmelden bij: p-meijer01@planet.nl

Klaverjasdrive 22 november aanvang 19.30uur

Opgave bij Nel Meijer 39 0819 of Marian Robert, 393338, kosten € 15,00 inclusief drankjes, hapjes, prijzen. Of per email naar Novakrant@hotmail.com

Redactioneel



November 2008

Zo de laatste noviteit van het jaar 2008. Voor onze atletiek vereniging een bijzonder jaar om op terug te kijken met de opening van ons nieuwe sportcomplex. Dit feestelijke gebeuren was in het weekend van 11 en 12 oktober aan de orde, zonder meer een fantastische dag. Prachtig weer dus wat wilde we nog meer.

In deze Noviteit kunnen jullie meer lezen over dit weekend, aansluitend nog uitslagen van de instuifwedstrijd op 12 oktober.

Zoals in alle Noviteiten ontbreken onze vaste schrijvers niet in deze krant. Dick Smit, Theo Tesselaar, behoren zo langzamerhand tot onze vaste rubrieken. Leuk hoor. Bedankt maar weer. We zitten zelfs met een luxe

probleem, zoveel kopij dat we hebben moeten besluiten om de uitslagen van enkele jeugdwedstrijden niet te plaatsen omdat deze anders teveel ruimte innemen. De uitslagen staan op de Novasite www.avnova.nl.

De opening van de baan bleek een perfecte inspiratiebron om eens naar de toekomst te kijken. Nova kan vast met vertrouwen in de glazen bol kijken, zou je denken?

Naast het prachtige evenement van de opening van onze accommodatie waar zo keihard aan gewerkt is werd er ook nog deze zomer gesport in China. Verslag hiervan voor Nova doet Matthijs de Groot die persoonlijk naar Beijing is afgereisd en hier zijn ervaringen in een prachtig verslag met ons wilt delen. Tevens doen Matthijs de Groot en Rene Tijn een oproep aan de atleten die de puntjes op de "i" willen zetten, met betrekking op de technische onderdelen, dit vindt op de donderdagavond plaats. Lijkt het je leuk, kom dan op de training en doe mee.

Omdat het einde van het jaar zich alweer aandoet, zal je als atleet even moeten nadenken of je in het jaar 2009, een wedstrijdlicentie van de Atletiekunie wilt. Piet van der Welle schrijft hier meer over, verdere inlichtingen bij hem ook te verkrijgen. Er zijn ook al personen die schriftelijk bericht hebben gehad hierover. Heb je dit niet contact even met Piet van der Welle.

De herfstvakantie achter de rug, even lekker bijkomen en zo komt de maand december in het zicht met de komst van de goedheilig man. Spannend! Zal hij ook dit jaar een bezoekje brengen aan Warmenhuizen om een kijkje te nemen in de nieuwe accommodatie. We wachten het in spanning af. Wie weet wil de jeugd er een stukje over vertellen als hij op bezoek is geweest. Bregje Dekker, heeft dit keer een stukje over de pupillen competitie geschreven. Leuk hoor Bregje, wie weet de volgende keer iemand anders.

De volgende Noviteit wordt in elkaar gezet op woensdag 7 januari, de inzendingen zien we graag voor de kerst tegemoet. Via de mail worden jullie hieraan herinnerd. Een sportieve 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
Maaïke Groot	Surmerhuizerweg 8a	Eenigenburg	0226-39 0554
Ruud Doodeman	Pastoorsgroet 9	Warmenhuizen	0226-39 4353

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



Van de voorzitter

Wat een grandioze opening van ons nieuwe complex. Wat een belangstelling en wat zat het weer mee. Allemaal factoren die zo'n dag doen slagen. Ik kan jullie wel vertellen dat we de buurtverenigingen er flink de ogen mee uitgestoken hebben. We hebben alom complimenten ontvangen. Zoals ik met de opening al zei: dit is uniek in Nederland. Waar wordt nog met zoveel zelfwerkzaamheid zo'n project uitgevoerd. Dat vind je nergens. Gelukkig kregen ook de trouwste bestuursleden waar ze recht op hebben. De waarderingsspel van de atletiekunie.

Adjunct directeur Frank Komen kwam ze uitreiken en tevens onze accommodatie bewonderen. Hij gaf aan dat we in de toekomst eventueel het Nederlands Kampioenschap op de baan zouden kunnen organiseren. Iets wat we natuurlijk buitengewoon goed in onze oren hebben geknoopt. Wij komen daar zeker op terug.

De volgende dag hadden we de openingswedstrijden. Deze waren buitengewoon goed geslaagd. Hoewel we nog te maken hadden met het slechte weer van de week er voor. Door dat slechte weer werden er links en rechts clubkampioenschappen met een week verplaatst. Daardoor hadden we minder deelnemers dan er oorspronkelijk hadden toegezegd.

Naast de wedstrijden hielden we ook open dag. Vele mensen uit Warmenhuizen en Tuitjenhorn maakten hier gebruik van, zodat het gezellig druk bleef op het complex. Geweldig leuk al die belangstelling.

Crosscompetitie

Op zaterdag 1 november ontvangen we jeugdleden uit buurtverenigingen voor de crosscompetitie. Dan kunnen velen weer meedoen en gelijk genieten van de nieuwe baan.

Een groot gedeelte van het parcours loopt trouwens over de ijsbaan. We hopen natuurlijk op mooi weer. Dat scheelt alles voor de vele vrijwilligers die we weer nodig hebben zo'n dag.

Vezet boerenkoolloop

Zondag 2 november staan we weer klaar voor de Vezet boerenkoolloop. Met start en finish op de baan van NOVA. Door die start en finish kunnen we de kwart marathon niet meer lopen en is dat parcours veranderd in een 11 kilometer. Sommige zaken hebben consequenties, maar als dit het ergste is, dan komen we er over heen. Natuurlijk is de finish bij het nieuwe gebouw en hopen we dat het voor de kantine de nodige opbrengsten geeft. Daar deden we het toch allemaal voor.

Wintercompetitie

Natuurlijk maakt de boerenkoolloop onderdeel uit van de wintercompetitie. Net als de 3000 meter bij de opening en de afgelopen loop in Abbekerk. Ik was toen een weekendje naar Limburg. Anneke klaagde over de geringe deelname. Jullie laten ons natuurlijk niet voor een paar man het slechte weer op de koop toe nemen. Laat Anneke en Jos niet in de kou staan. Ik hoop zoveel mogelijk mensen bij deze wedstrijden te zien. Loop ze

Jos

Rijpernieuwtsjes

Ik ben met Erik en Jan Smit, trainer bij Hera, naar Den Haag geweest. Bij de av Sparta vond de landelijke finale plaats van de C-junioren competitie Tweede Divisie. Met onze navigator, ingesteld op het adres van av Sparta, reed onze Peugeot vlekkeloos op Den Haag aan. Zij vertelde ons de afslag naar Scheveningen te nemen. Dat kan oké zijn, maar het was het bepaald niet. Op een gegeven moment, drukke straat en stoplicht, zegt de navigator "Bestemming bereikt". Nou, dat vonden wij drieën toch wat vreemd. En daar sta je dan. Wat moet je doen? Auto aan de kant en de weg vragen. Probeer dat maar eens in een stad. Waar is de atletiekvereniging Sparta? Bijna honderd procent kijkt je aan, of je naar Pluto wilt. Toevallig weten wij dat de av Sparta in het Zuiderpark is naast het oude stadion van ADO. En dat weten ze in Den Haag weer wel. Dus na veel gevraagd en gerij komen wij op het juiste adres. De gebrekkige navigator is een goede indicatie voor het verloop van de verdere dag. Bij de estafette valt bij de wissel van loper 2 naar loper 3 het stokje. De werpnummers gaan zeer moeizaam en uiteindelijk heeft ook Erik zijn dag niet. Hij gaat prima tot 600 meter, maar dan wil het niet meer. Waar vorig jaar een derde plaats een mooie uitschieter was, wordt nu een tiende plaats bereikt. Tiende van Nederland, het is niet niks. Maar ik denk, dat er op meer gerekend was.

Het is nu midden oktober. Ik heb gisteren vanuit De Vork in Heerhugowaard een rondje gewandeld van 10 km. door Veenhuizen en Heerhugowaard-Noord. Buiten dat ik mijn dagelijkse zonden overdacht, keek ik terug op een fantastisch NOVA-weekend. Wat hadden we mooi weer en wat was het een prachtig feest. Zaterdag hebben wij de accommodatie en het clubgebouw geopend. Wat kunnen wij er met zijn allen trots op zijn. Maar misschien wel een tikkie extra geldt dit voor de bouwers en al diegenen, die jarenlang gestreden hebben om dit voor elkaar te krijgen. Ik heb voor al deze mensen zeer veel respect!

Ik heb enorm gezellig gestaan met een hapje en een drankje in het zonnetje. Ik werd gefeliciteerd en gezoend, ik voelde me koning Titus. De zondag zagen we bij het opbouwen voor de eerste officiële wedstrijd, dat er in ons voorraadhok nog wel het een en ander mist. We houden nog wat te wensen over. Afstandsmarkeringen bij discus, speer en balwerpen bijv. Ook de zandbak moet weer bijgevuld worden. Om halfelf begon de eerste echte wedstrijd op onze baan. De pupillen beten het spits af. Ik mocht als commissaris van vertrek bij de loopnummers fungeren. Dat lijkt gemakkelijk, maar het blijkt dat je gemakkelijk iets vergeet. Iedereen in de goede baan, nummer goed (borst of rug) enz. enz. Ik heb wel wat foutjes gemaakt en heb daarvan weer geleerd. De atleten waren erg enthousiast en na afloop hebben we op dit succesvolle weekend nog even een biertje genomen in de kantine van het clubgebouw.

Luuk kwam zo trots als een pauw thuis. Hij had op de 1000 m een tweede prijs gewonnen in een tijd vlak onder de 4 minuten. Dit was voor hem een enorme verbetering van zijn PR. Voetballen blijft voor hem nummer een, maar atletiek begint hem ook wel te bekoren.

Wij gaan in de herfstvakantie een weekje naar Turkije (waar doen ze het van, vraagt mijn familie zich af). Frank, onze oudste zoon, was deze zomer niet mee. Wij wilden nog graag een keer met zijn vijven op vakantie. Vandaar.

Ina en ik missen hierbij wel de vrijwilligersavond. Jammer, maar helaas fetakaas.

Ik wens jullie allemaal veel atletiekplezier op onze prachtige accommodatie. Geniet ervan!!



De mazzel

Theo Tesselaar.

Voor iedereen die ook eens een technisch onderdeel wil trainen

Heb je zin om eens een speer, kogel of discus op te pakken of om eens in het zand of in de lucht te springen of om eens te testen hoe lastig het is om een estafettestokje door te geven? Doe dan mee met de technische training op donderdag!

U heeft het niet kunnen missen, maar de nieuwe Nova-accommodatie is geopend. Deze nieuwe accommodatie heeft een ontzettend mooi clubhuis maar ook een fantastische kunststof baan met alles erop en eraan!

De jeugd maakt ondertussen al goed gebruik van alle mogelijkheden om technische onderdelen te trainen. Maar het zou natuurlijk ook ontzettend leuk zijn als de oudere junioren, de senioren en ook de masters af en toe een technisch onderdeel zouden trainen.

Naast de huidige leden zijn er wellicht ook nieuwe leden die wel interesse hebben in andere facetten van de atletiek. Dit is de kans om eens te kijken of er verborgen talenten in je schuilen en om voor de afwisseling eens iets anders te doen dan heel hard om het middenterrein heen rennen.

Verder zijn er gloednieuwe materialen die vanuit het materialenhok roepen om gebruikt te worden. Maar je kunt het natuurlijk ook zien als vroege voorbereiding op de clubkampioenschappen of voor die wedstrijd tegen zoon of dochter.

Om de mensen die interesse hebben in het trainen van technische onderdelen de kans te geven, willen wij om de week tijdens de donderdag training een technisch nummer gaan beoefenen. Na de gezamenlijke warming-up zullen we met een groepje geïnteresseerden de beginselen van een technisch onderdeel behandelen. Voor de duidelijkheid hebben we een schema gemaakt voor de komende 3 maanden. Als je interesse hebt mag je altijd meedoen!

- Donderdag	13	November	Speerwerpen
- Donderdag	27	November	Verspringen
- Donderdag	11	December	Kogelstoten
- Dinsdag	23	December	Hoogspringen
- Donderdag	8	Januari	Discuswerpen
- Donderdag	22	Januari	Sprint/Estafette

Iedereen kan en mag meedoen: van stijf tot soepel, van inactief tot overactief, van B-junioren tot Masters en van recreatief atleet tot fanatiekeling!

De training zal in principe gehouden worden op de donderdagavond na de gezamenlijke warming-up en zal zo'n 30 tot 45 minuten duren. De training van donderdag 25 december is verplaatst naar dinsdag 23 december, omdat er voor deze donderdag al vele afmeldingen zijn binnengekomen (en omdat Matthijs dan bij zijn schoonmoeder moet eten).

Het zou erg leuk zijn als je meedoet, dus tot ziens op donderdag!

Matthijs de Groot en René Tijm



TAXEN

Februari 2079, de voorbereidingen van het 100-jarig bestaan van AV Nova zijn in volle gang. Het complex ligt er nog steeds prachtig bij en ook het clubgebouw heeft de tand des tijds glansrijk doorstaan, mede door en dankzij een scala aan vrijwilligers waar Nova altijd zoveel aan te danken heeft gehad. Het is donderdagavond, de feestcommissie zit in vergadering en buiten buldert een fikse storm, zodanig dat de trainers besluiten om iedereen bliksemsnel naar huis te sturen. De windstoten zijn van een ongekende kracht en bereiken windsnelheden die zelfs door het KNMI onmeetbaar blijken te zijn.

Huizenhoge golven beuken op de kust, de kerf tussen Bergen en Schoorl liep eindelijk weer eens vol, wat tot groot enthousiasme leidde bij Rijkswaterstaat en Staatsbosbeheer. Maar al gauw bleek dat er iets heel ernstigs aan de hand was. De combinatie van springvloed en een superstorm bleek fataal voor onze duinen en dijken. De Hondsbossche zeekering begaf het als eerste waarna de duinenrij al snel volgde. Alarmfase 3 trad in werking, wat inhield dat iedereen geëvacueerd werd met achterlating van al zijn bezittingen en goederen. Een complete Apocalyps dus. Het water was niet meer te stuiten. Nederland, België en de lagere delen van Duitsland en Frankrijk kwamen onder water te staan, het zeeniveau was met meters omhoog gegaan en bleef enkel nog maar stijgen.

Terugkeer op termijn bleek onmogelijk. Dat betekende dat de getroffen bevolking elders een nieuw bestaan moest opbouwen. Het overgrote deel vestigde zich in de Noord-Afrikaanse landen, maar sommigen zagen dit niet zo zitten en gingen door naar Australië. Hollanders zijn inventief en na vele tientallen jaren werd er in het rode stof van Alice Springs weer met de inzet van vrijwilligers een atletiekbaantje gerealiseerd. De aanjager van dit gebeuren had zijn roots in Noord Holland liggen. Naast atletiek was duiken naar verzonken objecten zijn grote passie. De grote droom was dan ook om ooit nog eens te gaan duiken op de plek waar zijn voorouders moesten vluchten voor het natuurgeweld.

Na vele jaren hard werken kwam de beloning en zo gebeurde het dat hij op een heldere zomerdag met een ervaren duiker de diepte opzocht van het verzonken Noord-Hollandse land. Een onvergetelijke belevenis die uitmondde in een sensationele en zeer kostbare vondst. Onder de blubber en puin ontdekten zij de fundering van een gebouw en een grote ovale baan, verder vonden zij nog diverse voorwerpen, zoals roestige kogels, een paar rvs speerpunten en een rubberen oefendiscus van ong. 1000 gram, met als klap op de vuurpijl een hardstenen tegel met inscriptie. Wat een ongelooflijk toeval, ze hadden de locatie van Nova ontdekt. De hardstenen tegel werd nauwkeurig onderzocht waarbij aan het licht kwam dat deze nog een geheim bevatte,

Aan de achterkant zat namelijk een ronde uitsparing waarin een schijfje verborgen zat. Het bleek een DVD te zijn, samengesteld door John Vader en Peter Robért, waarop de hele geschiedenis vanaf het allereerste begin op de oude baan tot en met de opening van het nieuwe complex te zien was. Onder andere een overzicht van diverse evenementen en ook het juryboekje met het hanteren van de toenmalig geldende regels, die zeer consequent gehanteerd werden in die tijd. Tot slot de onthulling van de herinneringstegel door een ontroerde Taxen die net als prinses Maxima even de zakdoek nodig had. Maar ook de duiker uit Australië had het niet meer bij het zien van die historische beelden. Alles werd hem toen duidelijk. Zijn naamTaxen.

Dick Smit





Olympische spelen in Beijing 2008

Op 14 augustus vertrokken we met z'n tweeën naar Beijing China, om wat van de olympische spelen en het land te zien. We hadden ons op drukte en cultuurschok voorbereid, de drukte was er, maar de cultuurschok viel mee. Chinezen zijn er vriendelijk en helpen je waar mogelijk al maakt het taalverschil dat niet altijd makkelijk. Beijing is een mooie stad, met hoge gebouwen en een keizerlijke geschiedenis (zoals heel China). Alle dynastieën zijn bij mij niet blijven hangen, maar ze hebben heel wat mooie gebouwen en parken achtergelaten.

De spelen waren al in volle gang toen we nog in Nederland zaten en het verschil in beleving was al snel duidelijk. De sporten waar je bij zit krijg je goed mee, maar de prestaties van de Nederlanders worden er natuurlijk niet voorgekauwd door een Studio Sport.

Wij hadden kaarten voor de atletiek (3 dagen) en de rest van onze dagen vol gepland met tripjes naar de bezienswaardigheden. Het stadion zag er immens uit van de binnen en buitenkant, maar op een of andere manier kwam je met speels gemak met de trap bij de bovenste ring waar onze plaatsen natuurlijk waren. Een chinees meisje wees ons naar onze plaatsen en zij was er tevens ook om aan te geven wanneer we moesten klappen. Dan heb je voor een vak Nederlanders niet veel eer van je werk. Wij klaptten voor Laurien en Yolanda die onder onze neus het verspringen van de meerkamp aan het afwerken waren. Alles was gelikt georganiseerd, iedereen liep in de maat en zelfs het in de baan zetten van de steeplebalk was een voorstelling op zich. Van verschillende onderdelen hebben we voorrondes en finales gezien.



- Kwalificatie discus, Rutger had onze oranje shirts gezien en zwaaide even naar het handje vol tussen de 90.000 mensen.
- 200m sprint mannen met Usain Bolt, heel indrukwekkend
- 3000m steeple finale dames met wereldrecord
- 100m sprint finale dames, 1,2,3 Jamaica. Alle chinezen wilden met de Jamaicaanse supporters voor ons op de foto.
- 10.000m manen met o.a. Kenenisa Bekele, wat lopen die mannen hard.

Maar de topper kwam op de (voor ons) laatste dag in het stadion. Aan het eind van de ochtendsessie na een lange zit, kwalificatie 110m horden. Eerst plaatste Gregory zich na een valse start voor de volgende ronde. Maar toen de lopers van de laatste serie binnen kwamen gebeurde het. Het hele stadion 90.000 man, waarvan de meeste chinees werd wild. Xiang Liu kwam het stadion binnen. Al 4 jaar (sinds Athene 2004) had hij een zware last op zijn schouders, hij moest het boegbeeld van de atletiek op de spelen worden voor China. Zijn naam ging door de speakers (iedereen joelen) even later Marcel v.d Westen door de speakers (ik joelen). Heel het vak naar mij kijken. Start, valse start, Xiang Liu hinkt, trekt zijn nummer af en strompelt het stadion uit. Pas als het op het scherm is, is iedereen stil. 80.000 man loopt met gebogen hoofd naar de uitgang. HEEL indrukwekkend, maar het hoort bij de sport helaas.

Als met chinees commentaar (net zo goed als geen commentaar) een paar dagen later op onze hotelkamer open-water-zwemmen op TV is realiseer ik me maar half dat Maarten van der Weijden mee doet. Enkele seconden duurt het fragment maar er is geen touw aan vast te knopen zonder hulp van Mart Smeets. Tot een kale kop met daar op NED het water uit stijgt. De Chinese Studio Sport schakelt al weer over naar pingpong als ik een van mijn vele kippenvelmomenten op de spelen beleef. Na een week Spelen en Beijing hebben we nog 2 weken rond gereisd en nog veel meer leuke dingen beleefd, maar dit moest ik even kwijt bij de sportliefhebbers.

Matthijs

Verlichtingsloop 6 sept 2008 Trimloop, 4 Engelse mijlen

PI Naam	TijdLftd	M/V	Woonplaats	PI Naam	TijdLftd	M/V	Woonplaats
1 Jordi Baars	21,39	16	m Aalsmeer	10 Rooier de Wit	32,23	34	m Warmenhuizen
2 Jeffrey van der Park	22,22	17	m Anna Paulowna	11 Ingrid Prins	33,51	41	v Warmenhuizen
3 Carlo Struik	23,00	16	m Purmerend	12 Nel Meijer	34,45	54	v Warmenhuizen
4 Lisanne Wever	24,46	16	v Kwadijk	13 Marieke Brakkee	37,50	47	v Tuitjenhorn
5 Jim Kruiver	25,02	16	m Tuitjenhorn	14 Pauline Ooijevaar	41,09	45	v Zuid Scharwoude
6 Bart Wamelink	25,32	19	m Heiloo	15 Nancy Ruiten	41,54	32	v Alkmaar
7 Maaike Zuiderwijk	27,21	18	v Heemskerk	16 Roy Wever	44,19	13	m Warmenhuizen
8 Hugo Vader	28,27	14	m Warmenhuizen	17 Ron Wever	44,20	43	m Warmenhuizen
9 Paul Glas	31,07	17	m Warmenhuizen				

Trimloop 6 Engelse mijlen

PI Naam	TijdLftd	M/V	Woonplaats	PI Naam	TijdLftd	M/V	Woonplaats
1 Fred Smit	35,25	46	m Waarland	25 Willem Daman	44,39	60	m B.O.L.
2 Frank van der Wart	37,25	41	m Amsterdam	26 Klaas Jan Dekker	45,36	45	m Warmenhuizen
3 Her Tesselaar	37,27	54	m Heerhugowaard	27 Peter van der Hurk	45,37	48	m Nrd Scharwoude
4 Jean Paul Aubrun	38,13	48	m Eenigenburg	28 Jan Kuijs	45,44	55	m Castricum
5 Rob van Andel	38,14	32	m Schoorl	29 A. Hoogland	46,03	36	m Alkmaar
6 Nico Stammes	39,52	43	m Warmenhuizen	30 B. de Wilde	46,31	38	m Alkmaar
7 Wilfred van Baar	40,16	38	m Warmenhuizen	31 Riet Tas	47,15	60	v Groote Keeten
8 Martin Klaver	40,31	46	m Warmenhuizen	32 Jan de Nijs	48,06	49	m Warmenhuizen
9 Jos Doodeman	42,15	42	m 't Veld	33 Co van der Vliet	48,10	42	m Sint Maarten
10 Arie Kossen	42,22	49	m Tuitjenhorn	34 Wiebe Bijker	48,13	46	m De Knipe
11 Wim van Altena	42,29	37	m Warmenhuizen	35 Tannes Kruijer	48,27	52	v Tuitjenhorn
12 Ron Janssen	42,52	59	m Tuitjenhorn	36 Erik Mooij	49,11	40	m Warmenhuizen
13 Theo Tas	43,00	60	m 't Zand	37 Joop Bijlsma	50,31	44	m Warmenhuizen
14 Joop van Wonderen	43,09	49	m Warmenhuizen	38 Ronald Veeker	50,38	41	m Warmenhuizen
15 W. van der Stoop	43,11	41	m Tuitjenhorn	39 Jacco Ijsselstein	50,49	39	m Tuitjenhorn
16 Ton Hof	43,23	59	m Tuitjenhorn	40 Evelien v.der Wijk	50,53	23	v Heerhugowaard
17 Klaas Tillema	43,27	59	m Schoorl	41 Jan de Roo	51,20	55	m Alkmaar
18 Laura Hak	43,45	27	v Heerhugowaard	42 Ruth Rozendaal	52,37	40	v Amsterdam
19 Peter van Veen	44,02	59	m Heerhugowaard	43 Mirjam Swart	52,42	46	v Koedijk
20 Vincent Frans	44,13	22	m Beverly Hills	44 John Verberne	61,05	72	m Heerhugowaard
21 Paul Valkering	44,17	53	m Warmenhuizen	Patrick Blokker	dnf	36	m Warmenhuizen
22 Simon Verwer	44,21	23	m Sint Job in 't Goor	Carol Rademakers	dnf	40	v Tuitjenhorn
23 Mats Tiebie	44,27	51	m Tuitjenhorn	Cora Klaver	dnf	21	v Obdam
24 Gerrie Masteling	44,30	39	m Schoorl				



Verlichtingsloop 6 sept 2008, Wedstrijd 6 Engelse mijlen, Heren

Pl	Tijd	Naam	Lftd	cat	Vereniging	Pl	Tijd	Naam	Lftd	cat	Vereniging
1	30,18	Ronald Schroër	23	S	Hera	22	35,49	Jaap Broers	47	M III	Hera
2	30,28	Chris de Lie	32	S	Castricum	23	36,21	Ivar Rood	29	S	AV '34
3	30,32	Pip Tesselaar	39	M I	Hera	24	36,57	Theo Tesselaar	52	M IV	Nova
4	30,42	Yennick Wolthuizen	23	S	Dokev	25	37,08	Cees Meijer	56	M IV	SAV
5	30,44	Peter Res	30	S	Castricum	26	37,47	Remco Verveer	20	S	Hera
6	31,11	Michiel de Ruiters	22	S	Hera	27	38,04	Vincent Rasch	41	M II	Hera
7	31,24	Ferdij van der Heide	22	S	Hera	28	38,27	Jos Koning	53	M IV	ARO '88
8	31,39	Marten Korfage	20	S	Hera	29	38,39	Jamel Achour	19	S	geen lid
9	31,48	Alwin Groen	19	S	Nova	30	38,41	Piet de Waard	52	M IV	Nova
10	32,01	Harmen Korfage	20	S	Hera	31	38,48	Gert Mulder	43	M II	geen lid
11	32,23	Eric van der Linden	34	S	Hera	32	39,13	René van den Berg	44	M II	Hera
12	33,14	Toine Groot	33	S	SAV	33	39,34	Mark Wester	38	M I	ARO '88
13	33,21	Jürgen Ratelband	35	M I	Hera	34	41,34	Adrie van der Wijk	54	M IV	Hera
14	33,26	Tom Bellord	21	S	AV Hylas	35	41,38	Marco Hoedjes	41	M II	ARO '88
15	33,38	Gideon Kor	22	S	Hera	36	42,19	Piet Lutten	57	M IV	ARO '88
16	33,45	Arjen Hart	21	S	Hera	37	43,37	Harry de Jong	51	M IV	ARO '88
17	34,15	Björn Nat	30	S	Hera	38	45,22	Adrie Smal	54	M IV	ARO '88
18	34,29	Ruud Doodeman	42	M II	Nova	39	50,19	Cor Groot	57	M IV	ARO '88
19	34,51	Hans Baader	43	M II	LG PK		dnf	Matthijs de Groot	29	S	Nova
20	35,14	René Korpershoek	45	M III	Hera		dnf	R van Hove	33	S	Trias
21	35,29	Ron Alderden	46	M III	Hera						

Vacature bij de Verlichtingsloop!

De Verlichtingsloop wordt ieder jaar georganiseerd door een apart comité, met uiteraard hulp van vele Nova-leden. Een deel van de opbrengst komt ook ten goede aan de clubkas van Nova. Jos Schalkwijk, onze penningmeester/secretaris heeft aangegeven dat hij stopt. Nu zijn we op zoek naar iemand die deze taak van hem over wil nemen. We vergaderen ongeveer 4 keer per jaar en op de dag van de loop is het prettig dat je beschikbaar bent. De Verlichtingsloop is altijd de 1^e zaterdag van september!

Wie wil ons helpen?

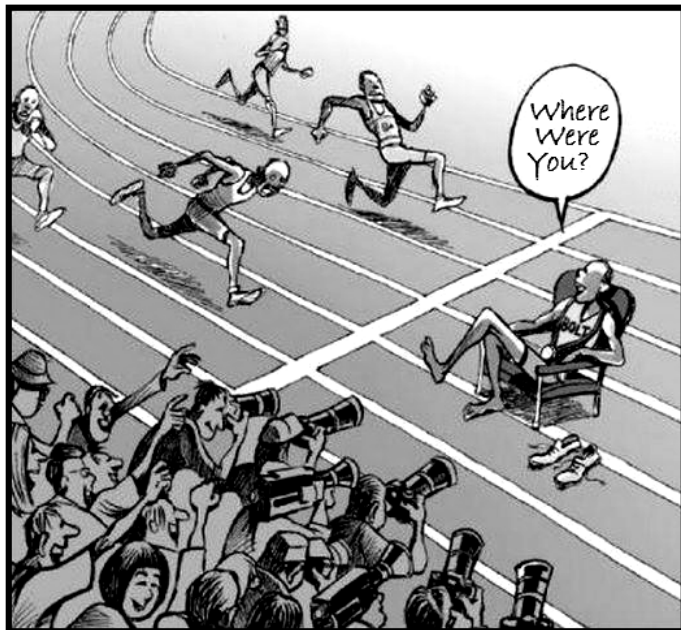
Wil je meer informatie dan kan je bellen of mailen met David van der Welle of Nelina Bruin.
(0226-392209 of d.v.d.welle@kpnplanet.nl)

Vini Vidi Vici

Wat gaat de tijd snel. Nog niet zo lang geleden verzamelde we ons in een uniek, monumentaal clubgebouw en draafden we over een hobbelig schelpenpad op een dijkje. En nu, iets later, flits je over een tartanbaan met superdrainage en is er een hyperhip clubhonk. Nog even en daar sta je dan met je geïntegreerde display in je kunststoftransplantatielenzen met gps-navigatie en Tom-tom. Heb je een ingebouwde hartritmeregulatiesysteem en een superdeluxe lactaatsnormalisatiepomp, waarbij je de hematocrietoptimalisatiemodule er voor de halve prijs bij kreeg. Extern heb je aanvullend nog de multifunctionele hartslag- annex lactaatmeter. Natuurlijk gaat in dit geval dan niet om jouw eigen digitale medische info. Je voelt toch zeker zelf wel hoe ver je er inzet? Nee, beste lezer, het gaat om het monitoren van de cruciale gegevens van je concurrenten. Daar heb je veel meer aan. Zo weet je dus precies wanneer een versnelling het gewenste effect zal bereiken. Kennis van het terrein, het weer of je tegenstanders hoef je niet meer te hebben. Dat is alleen maar lastig. Uiteraard heb je via jouw oortje direct contact met je trainer Jaap, wiens stem via de stemtransformator desgewenst veranderd kan worden in die van Ton Boot, Youp van het Hek, Jacco Verharen, Willem van Hanegem, Louis van Gaal, Hans Teeuwen, Sacha de Boer en Yolante Cabau van Kasbergen.

Nu is het jouw dag. WK veldloop, Riftvalley Kenia. Laatste ronde, einde van de race. Op je navigatielensdisplay zie je dat er een haakse bocht volgt op het glibberige bospad en dat het steil omhoog gaat. Je zit in een kopgroep met zijn drieën. Op de medische meelopersmeter zie je dat de ene loper, Keniasa, een hartslag van 191 heeft en dat zijn omslagpunt 186 is. De andere, Haile, is wat ouder en scoort 166 met een omslagpunt van 170. Je weet echter dat het een echte diesel is, maar dat hij niet zo explosief meer is. Een gps-melding geeft over een kilometer een helling aan van 126 meter met een gemiddelde stijging van 24%. Je switcht voor de laatste fase van de wedstrijd van Ton Boot naar Louis van Gaal. 'Louis' zelf houdt je op het scherm via een webcam vanaf Eurosat met mega-telescoop in de gaten. "Je zwaait te veel met je linkerarm, maak een meer rollende beweging!" Brult hij met zijn typische enthousiasme. "Achter Haile blijven!" Kreet hij. "Pas op de bocht".

Met je tweede adem je aan bij die dekselse Haile en Keniasa. Zwaar hijgend, weet je het ineens: 'Nu gaan!' Met alles wat je in je hebt demarkeer je net voor die scherpe bocht. Haile reageert te laat en Keniasa's hartslag schiet naar de 205. Die is gezien; Keniasa laat een meter, Haile kan er nog niet omheen. Keniasa probeert toch aan te zetten, terwijl Haile langszij wil, maar de knieën laten voelen dat het steil is, ook bij jou. Dan laat Keniasa lopen en probeert hij achter Haile aan te haken. Nu heb je ineens 11 meter hoor je van Louis. 'Hou je positie!' Een veelvoud van bochten en klimmetjes en modderige dalen volgt. Vooral naar beneden gaat het met een noodgang en elke spiervezel staat maximaal gespannen in de benen. Kramp ligt op de loer, je longen exploderen, je hebt pijn in de zij, het hoofd geeft aan dat het lijf het nu welletjes vindt, maar de finish nadert en zonder om te kijken hoor je via je oortje dat je moet doortrekken omdat Haile intussen Keniasa op achterstand gelopen heeft en op 33 meter zit. Dan klinkt de verlossende Tom-tom: "na 500 meter bestemming bereikt". Een kleine rechte klim door het grasveld en dan door het stadion de atletiekbaan op.



Juichend ga je door het lint, de honderdduizenden Kenianen verstommen. Er staat een nieuwe waterstofflymobiel voor je klaar. Via de wenkbrauw navigatie schakel je over naar Yolante Cabau van Kasbergen, die nu nog uitbundiger is dan anders. Vanzelfsprekend zie je de mond van je uitgelaten trainer Jaap synchroon bewegen. Het kwijl hangt om je mond en achter het tentje van de verzorging gooi je de maaginhoud eruit, maar dan herpak je je weer met een Hans Teeuwenmomentje. Even fris water over je kop en je bent weer het mannetje. Dan kom je weer naar buiten en lacht bescheiden naar het publiek net zoals Haile het gedaan zou hebben. R.D.

Nova Competitieteam 27e landelijk

Het begon allemaal alweer een jaar geleden, want ruim tevoren moest Nova zich opgeven voor de senioren competitie. Omdat Nova niet echt een baanatletieksectie heeft koste het wat telefoontjes en rondvragen voor het team compleet was. Allrounders Jorg en Martin waren bereid hun steentje bij te dragen. Junioren Max en Jelmer en master Willem wilden wel sprinten en springen. René vestigde zich weer in Tuitjenhorn en kickt nog altijd op de combinatie van hoogspringen en verzuren op een 400m. Jeroen begon een derde Novaleven. De middellange afstand was met Léon en Alwin sterk bezet. Ad won het kogelstoten op de clubkampioenschappen (2007) en had de smaak te pakken. Peter en Rob namen de lange afstand voor hun rekening. Dat wat over was mocht in zelf invullen.



De wedstrijd op 27 april ging fantastisch, helaas de wedstrijd van 18 mei iets minder, er ontstonden wat blessures en dan merk je snel dat de selectie niet zo breed is. Voor de laatste wedstrijd van 8 juni werd alles uit de kast gehaald. Daan, Jan en Bram werden extra opgetrommeld. Bram toonde karakter door op zijn eerste 800m bij de senioren er hard in te knallen. Léon pakte op dit onderdeel de 2e plek. Jorg zorgde voor twee 4e

plaatsen bij kogel en discus. Rob ging hard van start op de 5000m met als gevolg dat hij Daan lanceerde naar een knappe 18:44. Martin deed de speer omdat hij nog last had van zijn springblessure. Max sprong bijna 6 meter ver. René pakte de meeste punten van het team met hoog en 400m. Willem kroop steeds dicht naar het NR voor masters (dat hij inmiddels heeft).

Op veel onderdelen deden we niet onder voor de teams die wonnen, de bovenste 30 teams zaten dicht bij elkaar. Toen na enkele weken de eindstand bekend werd waren we 27e landelijk (van de 75), niet slecht voor een eerste keer. De lat ligt voor volgend jaar weer hoger.

Matthijs

Uitslagen Openingswedstrijd 12-10-2008

12 oktober 2008 mochten we eindelijk onze openingswedstrijd houden. Speciaal hiervoor kwam er elektronische tijdwaarneming. Alle juryleden werden gepolst of zij konden helpen. Ook nu lukte het weer om op alle onderdelen een goed jurykorps in te zetten. Want niet alleen onze eigen atleten deden mee, ook atleten van andere verenigingen waren uitgenodigd. De druk wordt daardoor groter. Tevens was het ook een open dag en konden belangstellenden ons clubgebouw en baan bewonderen. Ze konden meteen meegenieten van de strijd op de baan. De weergoden waren ons goed gezind. En daardoor waren er ook veel mensen uit Harenkarspel die even kwamen kijken. Doordat het weer zondag 5 oktober erg slecht was, waren er bij veel buurtverenigingen de clubkampioenschappen verzet naar 12 oktober. Hierdoor misten we wel wat deelnemers van onder andere Hollandia Hoorn en Noordkop uit Den Helder. Daarentegen stonden er om 9.00 uur al negen deelnemers van AV Texel bij de inschrijving. Marian Robert was onze wedstrijdleider en met Jos de Groot en Peter van der Star als scheidsrechter en Theo de Nijs als starter hadden we een top topjury. De wedstrijd verliep vlotjes en goed met leuke resultaten.

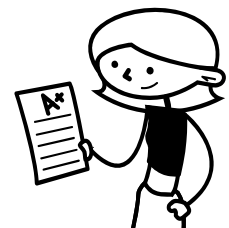
Bij de jongens minipupillen won Pieter Dekker de meerkamp. Tweede werd Aris Beers en derde Carlo Zutt. Op de 600 meter ging Aris Beers als eerste over de streep. Tweede werd Tom Hoogeboom en derde Pieter Dekker. Bij de meisjes won Linda Schipper. Tweede werd Sanne Fleur van Rijn en derde werd Tessa Stammes. Sanne Fleur van Rijn won de 600 meter voor Linda Schipper en derde werd Tessa Stammes. De overige uitslagen zijn te vinden op de Novasite.

Alle medewerkers heel erg bedankt voor jullie hulp!!!



Portret van een Nova-lid

1. Hoe heet je?
Denise Sibbel
2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren?
Ik ben 8 jaar oud en geboren in Alkmaar
3. Op welke school zit je?
obs Torenven
4. Wat wil je later worden?
Juf
5. Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?
Ik zit er nu zo'n 2 jaar op en ik vindt het leuk , omdat ik dan harder leer rennen.
6. Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?
Hendry, omdat hij altijd zo blij is
7. Wat is jouw favoriete onderdeel?
Hoog springen
8. Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?
???????
9. Wie vind je erg goed op atletiekgebied?
Teun
10. Wat is jouw favoriete tv-programma?
huis Anubis
11. Wat is je mooiste CD?
kinderen voor kinderen
12. Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?
Sinterklaas en het geheim van het grote boek
13. Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?
Floortje op jazz ballet, omdat het een mooi verhaal was
14. Heb je nog meer hobby's?
Ja, tekenen en tennis lijkt mij leuk
15. Waar heb je een grote hekel aan?
opruimen en ruzie maken
16. En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?
Eefje



Clubkampioenschap a.v. NOVA 2008

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

PL:	NAAM	4 en 9 september		Zaterdag 13 september					
		400m.	1500m. 3000m	800m.	hoog	ver	kogel	speer	discus
Heren									
1	Rene Tijm	54.7	11.03.5	2.08.5	1.75	5.69	8.73	27.26	23.07
2	Mathijs de Groot	57.0	11.27.4	2.09.8	1.70	5.81	7.84	28.74	25.08
Jong.- jun.B									
1	Hugo Vader j.C	1.01.3	11.22.5		1.70	4.94	7.22	22.71	20.00
2	Jim Kruiver j.B	1.01.7	10.57.7						
3	Bram Berkhout j.B	1.06.8	DNF						
Her-Masters									
1	Martin Church	1.03.7		2.48.0	1.55	5.61	8.35	30.05	21.49
2	Willem Schoone	1.03.2		2.53.2	1.30	5.16	8.58	23.41	28.28
3	Jan Berkhout	1.05.5		2.26.5	1.25	4.07	8.59	22.59	22.67
4	Jean-Paul Aubrun	1.04.8	11.10.5	2.34.9	1.40	4.19	6.28	21.76	18.10
5	Aad Vader	1.12.4	12.19.7	2.41.6	1.20	3.57	7.73	20.86	22.26
6	Arie Kossen	1.10.4	12.01.9	2.45.5	1.20		7.84	19.21	14.90
7	Andre Oudhuis	1.14.8	13.48.5	2.54.1	1.30	3.60	7.06	24.48	16.38
8	Piet Stuijt						7.43	26.84	25.22
9	John Vader	1.19.3	15.48.2	3.20.9	1.35	3.84	7.46	14.92	22.19
10	Jos de Groot						8.41	17.45	26.33
11	Piet de Waard	1.12.2							
12	Arie Smit		13.53.7						
Dam-Masters									
1	Marion Church	1.31.3		4.04.8	1.20	3.49	7.25	17.54	15.69
2	Joke Kramer		7.09.0	3.33.6	1.10	3.01	5.07	12.01	15.04
3	Carol Rademakers	1.14.6							
4	Erna Doodeman	1.26.9							
5	Marieke Brakkee	1.30.2	7.50.2						
6	Yvonne Louter		7.06.5						
7	Margret de Boer	1.32.6							
8	Nel Meijer	1.38.0							

NAAM	punten loop-nummers				punten technische-nummers					loop / techn.	loop / techn.	TOT.6- kamp
	pnt. 400	pnt. 1500	pnt. 3000	pnt. 800	pnt. hoog	pnt. ver	pnt. kogel	pnt. speer	pnt. discus	PNTN TOT.	pntn aftrek	
Heren												
Rene Tijm	608		388	611	634	535	364	281	306	3727	-669	3058
Mathijs de Groot	525		332	592	587	562	293	308	357	3556	-625	2931
Jong.- jun.B												
Hugo Vader j.C	388		343		587	357	240	194	223	2332	-194	2138
Jim Kruiver j.B	376		403							779		
Bram Berkhout j.B	239									239		
Her-Masters												
Martin Church	320			157	444	516	334	331	264	2366	-264	2102
Willem Schoone	334			112	188	410	352	208	434	2038	-188	1850
Jan Berkhout	272			373	134	132	353	194	295	1753	-132	1621
Jean-Paul Aubrun	290		371	281	293	164	157	175	169	1900	-438	1462
Aad Vader	109		221	215	79	1	284	157	285	1351	-110	1241
Arie Kossen	153		257	178	79		293	122	70	1152	-153	999
Andre Oudhuis	60		65	105	188	1	227	229	117	992	-61	931
Piet Stuijt							258	274	360	892		892
John Vader	1		1	1	241	69	261	23	282	879	-24	855
Jos de Groot							339	82	388	809		809
Piet de Waard	114									114		
Arie Smit			57							57		
Dam-Masters												
Marion Church	137			34	348	281	388	344	203	1735	-203	1532
Joke Kramer		118		181	206	137	198	201	185	1226	-137	1089
Carol Rademakers	410									410		
Erna Doodeman	199									199		
Marieke Brakkee	152	4								156		
Yvonne Louter		125								125		
Margret de Boer	120									120		
Nel Meijer	53									53		

Marathon Amsterdam, Dam tot Dam loop, Clubkampioenschappen, Verlichtingsloop, Halve marathon Texel, Seniorencompetitie

Wat hebben bovenstaande evenementen met elkaar te maken? Helemaal niets zou je op het eerste gezicht zeggen. Toch wel, want bij al deze wedstrijden was een wedstrijdleader of scheidsrechter van Nova aanwezig. Zoals sommigen wel weten ben ik in mijn vrije tijd ook scheidsrechter en wedstrijdleader voor de Atletiekunie. Dat is geen betaalde baan, alleen af en toe een reiskostenvergoeding. Voor de wegwedstrijden ben ik inmiddels nationaal scheidsrechter, zodat ik bij grote wedstrijden mag opdraven. Omdat de gemiddelde leeftijd van de nationale scheidsrechters en wedstrijdleaders boven de 60 ligt is doorstroming van jongeren wel belangrijk.

Wat doet een scheidsrechter of wedstrijdleader bij atletiek?

Dat hangt af van de wedstrijd; is het een baan of een wegwedstrijd? Bij een baanwedstrijd is een scheidsrechter er verantwoordelijk voor dat alles volgens de spelregels van de atletiek verloopt. De wedstrijdleader, volgens Marian Robert een makkelijke job, zorgt er voor dat het organisatorisch allemaal goed loopt.

Bij de wegwedstrijden is het wat anders. Daar is de wedstrijdleader al in een vroeg stadium betrokken bij de wedstrijd. Hij is namelijk medeverantwoordelijk voor de veiligheid en de inrichting van het parcours. Wie kent niet de beelden van de marathon bij de Olympische spelen van Athene? De koploper werd omvergelopen door een gestoorde priester! Het zal je maar gebeuren als wedstrijdleader, dan kan je de rest van je carrière wel vergeten! Bij de marathon van Amsterdam was ik assistent wedstrijdleader, dus reed ik samen met de wedstrijdleader met de fiets voor of vlak achter de koplopers. Geen vervelende job, want je ziet alles vanaf de eerste rang. Wellicht dat ik over een paar jaar zelf nog eens wedstrijdleader word van een grote wedstrijd. Afgelopen jaar ben ik wedstrijdleader geweest bij de Zandvoort Circuitrun met 9000 deelnemers. Het begin is er.... Eerst maar een wedstrijd in Nederland. Nog even voor de volledigheid; de scheidsrechter bij een wegwedstrijd controleert of er bijvoorbeeld niet afgesneden wordt, of dat een loper niet bevoordeeld wordt doordat een fietser hem uit de wind houdt. Bij topatleten wil dat nog wel eens gebeuren, zodat je dan moet optreden. Na afloop controleert de scheidsrechter de uitslag nog. De chips werken niet altijd, dus controle is altijd nog nodig.

Misschien dat er over een aantal jaren nog eens een echte grote wedstrijd in zit: Olympische Spelen???

David van der Welle

Even voorstellen de kantinecommissie:

Vanwege de nieuwe accommodatie is er behoefte gekomen aan een commissie die o.a. het gebouw schoonmaken, de kantine bevoorraden, zorgen dat er voldoende mensen zijn bij evenementen etc.

Annelies heeft de bevoorrading en zorg voor voldoende mankracht een aantal jaren gedaan, maar heeft aangegeven dat zij vanwege een nieuwe uitdaging in haar baan, dit niet meer kan combineren. Wel blijft zij altijd beschikbaar om te helpen. Dus moest er een nieuw team gevormd worden.

Dit zijn geworden: Louis Suiker, Riet Pronk, Marijke Groot, Loes Tesselaar en Nel Meijer.

Veel mensen hebben al kennisgemaakt met dit team tijdens de opening, we werden meteen voor de leeuwen gegood, want allerlei evenementen volgden elkaar snel op. De open dag, de vrijwilligersavond, de cross en de boerenkoolloop. Met hulp van vele vrijwilligers is dit alles goed verlopen. Hierbij roepen wij iedereen op om hulp, voor de bovengenoemde werkzaamheden. Vele handen maken licht werk!!! "Aanmelden kan op Novakrant@hotmail.com "

Klaverjasdrive 22 november

Op 22 november is de jaarlijkse klaverjasdrive, opgave van tevoren dit i.v.m. de boodschappen die hiervoor moeten worden gedaan. Kosten € 15,00 p.p. je hoeft niet perse met 2 personen inschrijven, we kaarten nl. niet met een vaste maat. Inschrijfformulier in de hal v.d. kantine of mail naar Novakrant@hotmail.com

Wintercompetitie hardlopen 2008 – 2009.

1^e wedstrijd: op de Novabaan.

Dames 3 km	leeftijd	pnt	tijd
Sylvia Kruijer	34	96,03	10.22.30
Petra Rol	40	90,86	12.44.27
Carol Rademakers	40	90,27	12.57.43
Joke Kramer	49	88,13	14.43.43
Ingrid Prins	40	84,92	14.54.29
Margret de Boer	43	81,95	15.59.51

Dames StR 2 km	leeftijd	pnt	tijd
Erna Doodeman			10.03.99
Esther Ligthart			10.06.21
Mirjam vd Welle			10.42.62
Jolanda Dekker			10.42.64

Heren 3 km	leeftijd	pnt	tijd
Ruud Doodeman	42	94,00	9.56.72
Jos Hoogeboom	39	93,52	9.45.59
Theo Tesselaar	52	93,32	10.42.43
Piet de Waard	52	92,58	11.01.93
Jean Paul Aubrun	48	92,13	11.03.86
Matthijs de Groot	29	91,53	10.43.47
Rob van Andel	33	91,32	10.49.68
Arie Kossen	50	90,62	11.51.72
Aad Vader	54	89,99	12.07.69
Peter Robert	59	89,52	12.33.82
Peter Kruijer	54	89,01	12.32.01
Joop Kooij	54	86,77	13.29.03
Ton Bos	50	86,70	13.31.04
Dick Smit	65	86,07	14.31.49
John Vader	51	83,91	14.42.17
Piet vd Welle	69	82,63	15.32.38

2^e wedstrijd: cross in Abbekerk:

Dames 8 km	leeftijd	punten	tijd
1 Carol Rademakers	40	90,91	36,23
2 Petra Rol	40	88,03	37,26
3 Ingrid Prins	40	75,78	41,54
4 Joke Kramer	49	70,78	43,59
5 Marieke Brakkee	47	56,38	49,06

StR 4 km	leeftijd	punten	tijd
1 Hugo Vader	14		25,50
2 Esther Ligthart			25,60
3 Miriam vd Welle			25,70
4 Jolanda Dekker			26,12

Heren 8 km	leeftijd	pnt	tijd
1 Jean Paul Aubrun	48	91,90	31,55
2 Dick Smit	65	91,37	38,17
3 Arie Kossen	50	87,68	34,12
4 Aad Vader	54	84,62	35,30
5 Joop Kooij	54	82,97	36,12
6 Peter Kruijer	54	82,03	36,36
7 Peter Robert	59	81,62	37,44
8 Rob van Andel	33	80,86	31,48
9 John Vader	51	64,98	43,51

Uitslagen Nacht van Nova 26 september 2008:

Mini pupillen (geboren 2001 en later):

Naam	40 meter	verspringen	balwerpen	600 meter
Sanne van Rijn	8.5	1.97	13.90	2.41.6
Lisa Church	9.2	2.17	8.20	3.06.3
Manon de Geus	9.2	2.35	9.78	3.04.6
Jens Barsingerhorn	9.4	2.13	7.20	2.52.1
Aris Beers	8.4	2.44	9.54	2.26.5
Carlo Klaver	7.9	2.38	20.21	2.36.1
Jens Pronk	8.8	2.30	10.67	2.58.8
Carlo Zutt	8.8	2.13	18.68	2.49.9
Linda Schipper	8.3	2.74	10.50	2.47.5

Pupillen C (geboren in 2000):

Naam	40 meter	verspringen	balwerpen	600 meter
Bregje Dekker	7.2	3.22	22.46	2.24.3
Bastiaan Church	7.2	3.22	29.86	2.13.9
Julián Karsten	7.4	3.22	24.81	2.15.0
Sven de Geus	8.2	2.75	17.28	2.41.9
Teun Beers	7.7	2.88	19.30	2.10.5
Kirsti Nannes	8.2	2.31	8.00	2.55.5
Steven de Moel	8.0	2.51	11.95	2.22.2
Robin Zutt	7.4	2.96	20.95	2.41.1
Thomas Prins	8.9	2.47	16.00	2.55.1

Pupillen B (geboren in 1999):

Naam:	40 meter	verspringen	kogel 2 kg	1000 meter
Mark Rademakers	6.8	3.62	4.65	3.53.8
Tim Roozendaal	8.4	2.61	5.15	5.02.4
Kaya Hijsburg	7.7	3.30	4.93	4.47.6
Carlien Wabeke	7.1	3.35	4.95	3.46.0
Tom de Goede	7.7	2.94	4.48	4.15.1
Martijn Kroes	6.9	3.78	6.25	
Amber Hurkmans	7.9	3.01	4.74	5.09.8
Luuk Tesselaar	7.1	3.13	4.89	4.10.4

Pupillen A1 (geboren in 1998):

Naam	60 meter	verspringen	kogel 2kg	1000 meter
Mike Weaver	11.6	3.19	4.83	
Joerie Church	9.2	4.01	7.89	
Jens van Schagen	11.7	2.54	4.10	4.10.5
Donavan Mengers	12.3	3.36	5.17	
Karin Kramer	10.7	2.91	4.77	4.35.0
Jesper Zutt	11.5	2.90	5.34	
Lies Beers	12.1	2.50	2.37	4.26.2
Sam de Nijs	10.9	3.32	5.98	4.09.5
Daphne Verkamman	13.2	2.40	4.64	

Pupillen A2 (geboren in 1997):

Naam	60 meter	verspringen	kogel 2kg	1000 meter
Jos Wiering	9.4	3.83	6.49	3.47.0
Marco Schaap	10.1	3.41	7.67	4.48.3
Tristan Miezenbeek	10.1	3.49	4.66	3.53.8
Jeroen Swinkels	9.5	3.66	5.84	3.13.8
Claudia Boerdijk	11.3	3.14	6.21	

Jasper Kroes	10.4	3.45	6.04	4.17.6
Mitchell Groen	11.4	2.96	4.59	4.26.6
Hester de Goede	10.6	3.38	5.79	
Kirsten Blom	9.5	3.87	6.31	3.40.1
Linda Hurkmans	10.8	3.28	5.12	5.06.4
Laura Boekel	9.9	3.32	5.23	4.00.1

Junioren D (geboren in 1996 en 1995):

				1000
Naam	60 meter	verspringen	kogel 2kg	meter
Jolijn Prins	9.1	3.52	5.76	3.44.5
Maaïke Ruijter	10.0	3.32	6.14	4.04.7
Kiki Klaver	9.6	3.39	8.26	4.00.4
Lynn Glas	11.1	2.94	4.97	4.55.6
Laurance Aubrun	11.0	3.11	6.27	4.28.8
Jeanine van Baar	10.4	3.22	5.86	4.32.2
Marijn Pronk	9.9	3.25	5.55	4.54.5
Eva Rozendaal	9.5	3.30	7.33	3.42.6
Robin Tesselaar	9.9	3.75	9.28	3.45.0

				1000
Naam	80 meter	verspringen	kogel 3kg	meter
Jitse Dekker	14.2	3.10	4.22	4.39.7
Timon Meulemans	13.2	3.40	7.33	3.57.3
Rick Groen	13.7	3.16	5.04	4.13.6
Deni van Schagen	12.0	3.68	5.79	3.38.6
Thijs Tesselaar	14.3	2.60	4.93	4.31.4
Menno Broekmans	13.7	2.89	5.08	4.46.2
Korneel Nannes	13.1	3.52	5.93	
Jos Meeuwssen	13.6	3.32	4.41	4.01.3
Lars Verkamman	12.7	3.30	6.72	4.18.2

Junioren C (geboren in 1994 en 1993):

				1000
Naam	80 meter	verspringen	speer 600	meter
Sara Prins	13.6	3.22	11.93	4.13.1
	100 meter			
Tijs Hofmann	14.7	3.82	20.32	
Hugo Vader	13.3	4.87	25.78	3.11.1
Tiemen Smit	13.8	4.09	21.43	4.09.6
Erik Tesselaar	13.9	4.35	37.99	3.06.5

Verloren!!! Gevonden!!!Verloren!!! Gevonden!!!Verloren!!

In de kleedkamer is blijven liggen:

- Zwarte trainingsbroek merk Kappa maat 128
- Wit Jack merk Puma maat M
- Zandkleurige jas met capuchon maat 134/140
- Wit met blauw en rood jack merk speedtrap maat 4/5

Deze kleding blijft bewaard tot 2 maanden na vermelding in de Noviteit, daarna gaat het in de kledingzak voor Humanitas.

De finale wedstrijd van de pupillencompetitie bij Atletiek vereniging Suomi in Velsen.

Britt en ik gingen samen heen. Bastiaan, Luuk, Wout, Marc, Martijn en Youri waren al eerder weg om mee te lopen in de vlaggen parade.

Britt en ik begonnen met bal werpen. Britt gooide heel ver met wel 24 meter. Zij werd hiermee eerste. Ik was tweede. Daarna moesten we 40 meter sprint. Dit ging goed. Er deden wel heel veel meisjes mee en we gingen in twee groepen. Als laatste moesten we verspringen. Dit vind ik altijd leuk om te doen. Het ging ook heel goed. Ik sprong 3.33 en werd tweede hiermee. Britt sprong 2 keer fout maar de laatste sprong was gelukkig goed.

Iedereen die er was heeft het goed gedaan en we waren wel heel blij dat we mee mochten doen. We hadden ook niet verwacht dat we prijzen zouden winnen. Youri werd derde en Martijn werd vierde. Ik was zelf al naar huis gegaan maar gelukkig heeft Youri mijn prijs mee genomen ik werd eerste. Het was heel leuk om mee te doen. Bregje Dekker.



Uitslagen Clubkampioenschappen jeugd 31 augustus 2008

Zondag 31 augustus werden de clubkampioenschappen voor de jeugd georganiseerd. Het weer was bijzonder mooi. Misschien wel iets te warm. Toch wisten veel Nova-atleten de weg naar de baan te vinden en bleven ze niet steken bij onze burens. De wedstrijd verliep erg voorspoedig. Dankzij de jurycursus van afgelopen mei/juni hebben we veel juryleden die weten wat ze moeten doen. Ook waren er weer een aantal ouders bereid om ons te helpen. Klasse!!! Onder leiding van Annelies draaide de kantine ook en werden we goed verzorgd. De hamburgers van Sid horen zo langzamerhand ook echt bij deze wedstrijd. Bedankt.

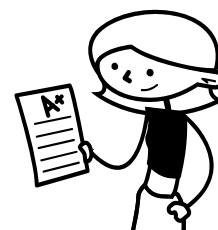
De uitslagen van de mini pupillen staan tussen de pupillen C. Bij de jongens stond Aris Beers met 615 punten met de meerkamp (verspringen, balwerpen en de 40 meter) op het hoogste podium. Tweede werd Jens Pronk en derde Carlo Zutt. Voor de 600 meter wisselde Carlo en Jens van plek.

Bij de meisjes werd Linda Schipper met 698 punten clubkampioen en hadden we een gedeelde tweede plaats voor Sanne Fleur van Rijn en Esmey Minkema. Voor de 600 meter mocht Sanne Fleur het hoogste podium betreden. Tweede werd Linda Schipper en derde Esmee Binnekamp.

Vanwege ruimtegebrek worden de overige uitslagen niet vermeld in de Noviteit, maar deze kunnen worden gevonden op de "Novasite" www.avnova.nl

Portret van een Nova-lid

17. Hoe heet je?
Lisa Church
18. Hoe oud ben je en waar ben je geboren?
6 jaar in warmehuizen
19. Op welke school zit je?
Torenven
20. Wat wil je later worden?
Paardrij ster
21. Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?
Ik ben al 3 keer geweest - rennen en spelletjes doen
22. Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?
Henry en Marianne ze zijn lief
23. Wat is jouw favoriete onderdeel?
een rondje en een half rondje
24. Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?
weet ik niet
25. Wie vind je erg goed op atletiekgebied?
pappa
26. Wat is jouw favoriete tv-programma?
Sponge Bob
27. Wat is je mooiste CD?
chipz en die ene country roads take me home
28. Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?
Wall-E
29. Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?
Mijn eerste leesboek daar staan veel verschillende verhalen in
30. Heb je nog meer hobby's?
Paardrijden-dansen-zingen-gymen
31. Waar heb je een grote hekel aan?
uitgelachen worden en pesten
32. En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?
Henry die ons les geeft



WEEKEND 'UIT' met AV NOVA naar Orvelte !

We gaan van vrijdagavond 24 t/m zondagmiddag 26 april 2009
naar Groepsaccomodatie De Veldhoeve, Orvelte.

Wil je nu al meer informatie over de groepsaccomodatie kijk dan op de website:

www.veldhoeve.nl

Alle senior/masters NOVA-leden mogen mee, zowel de hardlopers als Start/to/runners als de Sportief-en Nordic wandelaars als de donateurs.

De kosten zijn € 75,00 per persoon.

Inbegrepen:

- 2 overnachtingen
- 2x ontbijt / brunch
- diner op zaterdag
- soep en broodjes op zondag
- koffie, thee (en de rest...., zoals bier, wijn, fris.)
- tussendoortjes
- koffie met gebak onderweg (tijdens de fietstocht)
- bijdrage in de reiskosten



Programma:

De atleten trainen zowel op zaterdag- als op zondagmorgen. Voor de sportief- en nordic-wandelaars is een apart programma gemaakt (ook voor de zaterdag- en zondagmorgen) Op zaterdagmiddag maken we een fietstocht. De zaterdagavond-activiteit wordt verzorgd door de winnaars van vorig jaar. Zondagmiddag rondwandeling door het museumdorp Orvelte.

Als je mee wilt, geef je dan bij ons op.

Peter en Marian Robert, Beuninge 80, 1749 BR Warmenhuizen (tel. 0226-393338) ;
e-mail-adres: peter_marian_robert@planet.nl (Bankrekening 3585.61.000)

✂

Anmeldingsformulier Weekend 'Uit' met AV NOVA van 24 t/m 26 april 2008 naar Orvelte

Naam / Namen _____

Telefoonnummer _____ E-mail-adres _____

gaat / gaan mee.

Op de fiets naar Orvelte? Ja / Nee

Wil-kan naar Orvelte rijden? Ja / Nee

DUURSPORTDAG MET OLYMPISCH KAMPIOEN MAARTEN VAN DER WEIJDEN!

Op zaterdag 22 november organiseert Duursportief een actieve Duursportdag bij de Sportlagune in Heerhugowaard. Deze dag zal in het teken staan van de start van Duursportief. Olympisch kampioen Maarten van der Weijden zal de dag starten met een inspirerend begin van de dag. Daarna kan iedereen aan de slag met een actieve workshop in het park van Luna.

De duursportdag dag is de officiële start van de activiteiten van Duursportief. Duursportief is een fonkelnieuw initiatief wat puur gericht is op de duursport. In dit, door NOC*NSF gesubsidieerde, vierjarige sportstimuleringsproject wordt door vier duursportverenigingen uit de regio samengewerkt: Toerclub Le Champion (Heiloo), Atletiekvereniging Hylas (Alkmaar), Alkmaarsche IJclub en Dutch Triathlon College (Heerhugowaard). We zullen op deze dag het activiteitenprogramma voor 2009 bekendmaken. De workshops op de Duursportdag zullen dan ook aansluiten op de activiteiten van het programma voor 2009. Deze activiteiten bestaan uit het aanbieden van trainingen, een duursportchallenge en diverse instapcursussen. Daarnaast zullen we ook in 2009 een Duursportdag organiseren.

Iedereen is welkom op de Duursportdag! Of je nu actief sporter bent of altijd al hebt willen beginnen met sporten, je bent van harte welkom. Neem je vriend, vriendin, buurman of buurvrouw ook mee. Je kan actief meedoen aan diverse clinics zoals mountainbiken, nordic walking, skeeleren en het gebruik van GPS. Daarnaast is er een informerende en adviserende workshop over voeding en sport met medewerking van Maarten van der Weijden. Alle onderdelen worden begeleid door ervaren trainers en begeleiders. De dag start om 10.00 uur en wordt afgesloten met een gezamenlijke lunch rond 12.45 uur. De kosten zijn € 5,00 per persoon inclusief lunch. Zet 22 november dus in je agenda en geef je op via www.duursportief.nl. Wees op tijd want voor de workshops geldt een beperkt aantal plekken per workshop.

Heb je vragen of wil je meer informatie? Dan kan je contact opnemen met projectleider David van der Welle, 06-50885730 of dvanderwelle@sportservicenoordholland.nl. of kijk natuurlijk op onze website www.duursportief.nl.



Uitslagen Verlichtingsloop 6 september Jeugd

Jongens 5 - 6 jaar							
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats
1	Tom Hoogeboom	6	Kalverdijk	2,32	27	Jonathan Blom	5 Koedijk
2	Aris Beers	6	Tuitjenhorn	2,33	28	Seb Pronk	6 Warmenhuizen
3	Sven Dekker	6	Warmenhuizen	2,46	29	Jan Kuilboer	5 Tuitjenhorn
4	Bas Hoogeboom	5	Kalverdijk	2,47	30	Nick Vriendjes	6 Warmenhuizen
5	Daan Emmeneel	5	Tuitjenhorn	2,48	31	Daan Hellenkamp	5 Warmenhuizen
6	Carlo Zutt	6	Warmenhuizen		32	Kjell Kuilboer	6 Kalverdijk
7	Sam Goudsblom	6	Warmenhuizen		33	Erik Rademakers	5 Tuitjenhorn
8	Florian van den Berg	5	Warmenhuizen		34	Dark Tesselaar	5 Warmenhuizen
9	Bob Barsingerhorn	6	Warmenhuizen		35	Tim Borst	5 Warmenhuizen
10	Arie Blom	6	Eenigenburg		36	Mees Pronk	5 Warmenhuizen
11	Ids Burger	6	Tuitjenhorn		37	Mike van Altena	6 Warmenhuizen
12	Jens Barsingerhorn	6	Warmenhuizen		38	Joey Korshuizen	6 Tuitjenhorn
13	Max van der Kruk	5	Warmenhuizen		39	Storm Beem.boer	5 Warmenhuizen
14	Jesper Sintenie	6	Warmenhuizen		40	Daan v.der Stoop	5 Tuitjenhorn
15	Lance Goudsblom	6	Warmenhuizen		41	Joost Emmaneel	3 Tuitjenhorn
16	Carl de Geus	5	Warmenhuizen			Brett	
17	Bart Zomerdijk	6	Warmenhuizen		42	Barsingerhorn	4 Warmenhuizen
18	Jeff Tesselaar	5	Heerhugowaard		43	Bram Zijlstra	5 Warmenhuizen
19	Martijn Volkerijk	6	Warmenhuizen		44	Ramon Bonte	5 Warmenhuizen
20	Lars van Donselaar	4	Warmenhuizen		45	Jonathan Jonk	5 Warmenhuizen
21	Vince Boersen	6	Warmenhuizen		46	Jeroen Volkerijk	5 Warmenhuizen
22	Mees van Baar	6	Warmenhuizen		47	Kjel Bader	5 Warmenhuizen
23	Janno Danenberg	6	Warmenhuizen		48	Luka Bijker	5 De Knipe
24	Tim Pronk	6	Warmenhuizen		49	Tijn van Baar	4 Warmenhuizen
25	Tommey Ooyevaar	5	Warmenhuizen		50	Jan Dekker	5 Warmenhuizen
26	Nino Gena	5	Heerhugowaard		51	Brian Swan	5 Warmenhuizen
Meisjes 5-6 jaar							
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats
1	Linda Schipper	6	Warmenhuizen	2,51	18	Zoe Bruin	5 Warmenhuizen
2	Lisette Dodeman	6	Warmenhuizen	2,57	19	Isa van der Kruk	5 Warmenhuizen
3	Sammy Boekel	6	Warmenhuizen	2,58	20	Sam Berkhout	6 Warmenhuizen
4	Kim van Baar	5	Warmenhuizen	2,59	21	Sunni Pronk	4 Warmenhuizen
5	Robin Blankendaal	6	Warmenhuizen	3,01	22	Pleun vd Berg	6 Warmenhuizen
6	Imme Kuijs	6	Warmenhuizen		23	Zus Poland	6 Warmenhuizen
7	Manon de Geus	6	Warmenhuizen		24	Femke Wabeke	4 Warmenhuizen
8	Lois Barsingerhorn	6	Warmenhuizen		25	Tess van Baar	3 Warmenhuizen
9	Lotte Dekkers	6	Warmenhuizen		26	Lotte Stammis	4 Dirkshorn
10	Julia Huibers	6	Tuitjenhorn		27	Kjersti Kuilboer	5 Kalverdijk
11	Tessa Stammis	6	Dirkshorn		28	Donna Pronk	5 Warmenhuizen
12	Lisa Church	6	Warmenhuizen		29	Ruby Korshuizen	4 Tuitjenhorn
13	Esmee de Nijs	4	Warmenhuizen		30	Crista Bijlsma	5 Warmenhuizen
14	Demi van Baar	6	Warmenhuizen		31	Iris Kuijs	4 Warmenhuizen
15	Madelief Houben	5	Warmenhuizen		32	Sterre Kuijs	3 Warmenhuizen
16	Vera Schouten	6	Warmenhuizen		33	Ilse Ligthart	5 Warmenhuizen
17	Rosa Entius	5	Warmenhuizen				
Jongens 7-8 jaar							
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats
1	Lasse Botman	8	Warmenhuizen	4,18	15	Pieter Dekker	7 Warmenhuizen
2	Bas Church	8	Warmenhuizen	4,49	16	Max van der Oord	8 Warmenhuizen
3	Teun Beers	8	Tuitjenhorn	5,02	17	Chris Jonker	7 Warmenhuizen
4	Swen Dekker	8	Warmenhuizen	5,03	18	Mats Dekker	7 Warmenhuizen
5	Wout Kleibroek	8	Tuitjenhorn	5,04	19	Melle Borst	8 Tuitjenhorn
6	Wout Blom	8	Eenigenburg		20	Luuk Ijsselstein	8 Tuitjenhorn
7	Joris Berkhout	8	Warmenhuizen		21	Sven de Geus	8 Warmenhuizen
8	Steven de Moel	8	Warmenhuizen		22	Max Pronk	7 Warmenhuizen
9	Bryan Burger	7	Warmenhuizen		23	Jesse Zijlstra	7 Warmenhuizen

Jongens 7-8 jaar

PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft	Woonplaats
10	Dave Zutt	8	Warmenhuizen		24	Jeroen de Wolf	7	Alkmaar
11	Yourie Dekker	7	Warmenhuizen		25	Thomas Prins	8	Warmenhuizen
12	Yoeri de Nijs	8	Warmenhuizen		26	Justin v.d. Berg	8	Warmenhuizen
13	Miles Vork	10	Warmenhuizen	verk.gr	27	Robin Zutt	8	Warmenhuizen
14	Carlo Klaver	7	Warmenhuizen		28	Olly Burger	8	Warmenhuizen
						Maarten		
					29	Emmeneel	7	Tuitjenhorn

Meisjes 7-8 jaar

PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft	Woonplaats
1	Carlien Wabeke	8	Warmenhuizen	4,21	15	Kirsti Nannes	8	Warmenhuizen
2	Bregtje Dekker	8	Tuitjenhorn	4,22	16	Hannah de Waard	8	Tuitjenhorn
3	Britt Stammes	8	Warmenhuizen	4,26	17	Anne v/d Stoop	8	Tuitjenhorn
4	Jill van Baar	8	Warmenhuizen	4,38	18	Stijn Kruyer	7	Warmenhuizen
5	Iris Jongejan	8	Warmenhuizen	4,45	19	Roos Poland	8	Warmenhuizen
6	Sanne van Rijn	7	Warmenhuizen		20	Amber Kuijs	7	Warmenhuizen
7	Rosalie Bes	8	Warmenhuizen		21	Lotte Frans	8	Warmenhuizen
8	Amber Hurkmans	8	Tuitjenhorn		22	Manti Dekker	7	Warmenhuizen
						Romy van den		
9	Britt Rietveld	7	Tuitjenhorn		23	Berg	8	Warmenhuizen
10	Sanne Schipper	8	Warmenhuizen		24	Lisa Hendriks	7	Warmenhuizen
11	Liz van Baar	7	Warmenhuizen		25	Ruby Hellenkamp	7	Warmenhuizen
12	Lynn Ooyevaar	7	Warmenhuizen		26	Jet Pronk	7	Warmenhuizen
13	Nienke Bakker	8	Warmenhuizen		27	Maaïke Mosch	9	Warmenhuizen
14	Casey Rosendaal	7	Warmenhuizen		28	Danique Nannes	7	Warmenhuizen

Jongens 9-10 jaar

PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft	Woonplaats
1	Joeri Church	10	Warmenhuizen	4,01	14	Jens van Schagen	10	Warmenhuizen
2	Stan Rietveld	10	Tuitjenhorn	4,11	15	Sander Doodeman	9	Warmenhuizen
3	Wouter Leijen	9	Waarland	4,17	16	Valentijn Albers	9	Warmenhuizen
4	Bart Olthof	10	Warmenhuizen	4,18	17	Tom de Goede	9	Warmenhuizen
5	Matthijs Blom	9	Koedijk	4,37	18	Stijn Morren	10	Warmenhuizen
6	Wesley Vonk	10	Warmenhuizen		19	Boris de Nijs	10	Warmenhuizen
7	Mark Rademakers	9	Tuitjenhorn		20	Mathijs de Wolf	9	Alkmaar
8	Ted Ooijevaar	9	Warmenhuizen		21	Youri Danenberg	10	Warmenhuizen
9	Mike Wever	9	Tuitjenhorn		22	Mees Bruin	9	Warmenhuizen
10	Jasper Boekel	9	Tuitjenhorn		23	Nick Borst	10	Tuitjenhorn
11	Milan Duineveld	10	Warmenhuizen		24	Do Pronk	9	Warmenhuizen
12	Wietse Groot	10	Warmenhuizen		25	Bjarne Daneberg	10	Warmenhuizen
13	Rens Kleibroek	10	Tuitjenhorn		26	Ivar de Nijs	10	Warmenhuizen

Meisjes 9-10 jaar

PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft	Woonplaats
1	Laura Boekel	10	Tuitjenhorn	4,24	12	Amber Jongejan	9	Warmenhuizen
2	Eva Groenveld	10	Kalverdijk	4,37	13	Pleun Berkhout	9	Warmenhuizen
3	Sophie Aubrum	10	Enigenburg	4,38	14	Lynn Dekker	9	Warmenhuizen
4	Lies Beers	10	Tuitjenhorn	4,53	15	Brigit Dekker	9	Warmenhuizen
5	Roos Dekker	9	Warmenhuizen	5,07	16	Merel Stammes	10	Warmenhuizen
6	Rianne Holtes	9	Warmenhuizen		17	Pernilla Boersen	10	Warmenhuizen
7	Ruby Boekel	9	Warmenhuizen		18	Gelina de Vos	10	Egm.a/d Hoef
8	Kristen Beukers	9	Warmenhuizen		19	Rishilla de Vos	10	Egm.a/d Hoef
9	Britt Rosendaal	10	Warmenhuizen		20	Puk Vreeker	9	Warmenhuizen
10	Renske Meijer	9	Warmenhuizen		21	Ilona Dignum	10	Warmenhuizen
11	Juliette Frans	9	Warmenhuizen		22	Tamara Sanderse	9	Warmenhuizen

jongens 11-12 jaar							
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats
1	Jeroen Swinkels	11	Schoorl	3,56	7	Thomas Draaijer Mees van	11 Groet
2	Deni van Schagen	12	Warmenhuizen	4,10	8	Leeuwen	11 Warmenhuizen
3	Sil Schoorl	11	Eenigenburg	4,15	9	Jorick Bijlsma	11 Warmenhuizen
4	Kerre Dekker	12	Warmenhuizen	4,29	10	Thijs Tesselaar	12 Warmenhuizen
5	Bas van der Stoop	11	Tuitjenhorn	4,46	11	Guido Berkhout	11 Warmenhuizen
6	Timon Meulemans	12	Warmenhuizen				

Meisjes 11-12 jaar							
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats
1	Kirsten Blom	11	Enigenburg	4,22	7	Hester de Goede	11 Warmenhuizen
2	Eva Rozendaal	11	Warmenhuizen	4,24	8	Laurence Aubrun	11 Enigenburg
3	Robin Tesselaar	12	Warmenhuizen	4,30	9	Marijn Pronk	12 Warmenhuizen
4	Kiki Klaver	12	Warmenhuizen	4,31	10	Lian Jongejan	11 Warmenhuizen
5	Jolijn Prins	11	Warmenhuizen	4,42	11	Lynn Glas	11 Warmenhuizen
6	Lieke Dekker	12	Tuitjenhorn		12	Linda Hurkmans	11 Tuitjenhorn
					13	Sara Goudsblom	11 Warmenhuizen verk.gr

Jongens 13-15 jaar									
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats	Tijd	
1	Edwin de Vries	15	Almere	7,05	6	Martijn Leek	14 Sint Pancras	8,15	
2	Nino Kraaijer	14	Zaandijk	7,15	7	Tijs Hofmann	14 Tuitjenhorn	8,58	
3	Joran Klaver	14	Obdam	7,18	8	Sjoerd de Vries	13 Warmenhuizen	9,42	
4	Tim Koenis	14	Hensbroek	7,25	9	Michiel Tesselaar	13 Warmenhuizen	10,43	
5	Ewout Kraakman	15		7,36	10	Julius Tesselaar	13 Warmenhuizen	10,45	

Meisjes 13-15 jaar									
PI	Naam	Lft	Woonplaats	Tijd	PI	Naam	Lft Woonplaats	Tijd	
1	Shannon van der Gaag	15	Almere	8,31	6	Miloa Broersen Marloes	14 Tuitjenhorn	10,08	
2	Lyanne Rensen	14	Tuitjenhorn	9,18	7	Hooghiemstra	13 Tuitjenhorn	10,09	
3	Tineke Ruyter	13	Warmenhuizen	9,19	8	Lyn Braas	13 Tuitjenhorn	10,38	
4	Amy Groenveld	14	Kalverdijk	9,45	9	Sara Prins Beau van	14 Warmenhuizen	10,48	
5	José Leek	15	Sint Pancras	9,49	10	Leeuwen	13 Tuitjenhorn	11,30	



Wandeltest.

Op zaterdag 20 december wordt een wandeltest georganiseerd. Middels deze test wordt je conditie gemeten. Je loopt 2 km, de tijd die je er over doet, in relatie tot je hartslag, je gewicht en je leeftijd geeft de conditie weer. Na afloop krijg je een overzicht hoe het met je conditie is gesteld.

De test vindt plaats op de nieuwe accommodatie van Nova en wel op zaterdag 20 december, is tevens de afsluiting van het jaar 2008.

Om 9 uur verzamelen we, gevolgd door de warming-up. Om 9.30 uur wordt gestart, verwachting is dat we rond 10.30 uur klaar zijn.

Daarna nog lekker even nazitten in de kantine en de feestdagen kunnen beginnen!

In 2009 starten de trainingen weer op maandag 4 januari.

Onderscheiding.



Wat waren we verrast op 12 oktober tijdens de opening van ons fantastische clubgebouw toen we door de vice-voorzitter van de Atletiekunie naar voren werden gehaald en wij een onderscheiding kregen.

Het grootste compliment vonden wij toch wel dat men ons het cement van de vereniging vindt! En dat voelt heel goed!

Jammer dat de journalist van het NHD de onderscheiding toewijdt aan de organisatie van reisesjes..... Afijn volgens ons is het gewoon 26-jarig trainerschap; oprichten sportief wandelen en

nordic walking; wekelijks klaarstaan voor atleten en wandelaars. Oh ja en ook nog de trainingsweekenden en wintersport.....

Een woord van dank aan het bestuur van Nova, die de onderscheiding heeft aangevraagd.

Herfstwandeling

Zondag 19 oktober was een drukke dag voor Nova. Hardlopers vertrokken naar Abbekerk voor de wintercompetitie, de jeugd nam deel aan de wedstrijden in Petten en 24 wandelaars hebben deelgenomen aan een herfstwandeling vanuit Heiloo, lengte 20 km.

Eerst deels door het oude centrum van Heiloo, maar al snel liepen we door het Heilooër bos. Prachtig gekleurd, en in de buurt van de Kattenberg werden we vriendelijk verzocht te poseren, alleen weten we niet wie de foto heeft gemaakt en wat hij er mee gaat doen (in een krant?).

Via een fietspad, langs het water komen we uit in Alkmaar in de buurt van de molen van Piet. We zijn nog aan de vroege kant, dus nog maar een ommetje gemaakt via de vesting. Kees Bas, één van de deelnemers, wist nog een aardig verhaal te vertellen over de 'ijskelder' in de vesting. Vroeger, toen er nog geen koel- en vrieskasten waren, werd het ijs uit de Singel gehakt en opgeslagen in deze speciale kelder. In de zomer werd dit ijs uit de kelder gehaald en onder andere weer gebruikt door slagers en vissers. Via mooie straatjes kwamen we aan op het koffieadres 'De Buren', bij de zgn. visbanken. Lekker buiten zitten, met de verwarming aan. En, ook heel belangrijk, heerlijke koffie met dito gebak.

We vervolgden ons pad, langs het "Hof van Sonoy", via de Geestersingel naar de Nic.Beetskade. Na een rondje Berger Hof en Egmonder Hout kwamen we uit bij de ijsbaan De Meent. Via graskades kwamen we weer uit in Heiloo.

Een mooie, gevarieerde wandeling, een mooi gekleurd bos, de fraaie straatjes van Alkmaar en graskades. En dat met prachtig, zonnig weer, met wel wat veel wind. Met gezond rode gezichten gingen we rond 15.30 uur weer Warmenhuizenwaards.

Wintersport 2009

Er zijn nog enkele plaatsen beschikbaar voor de wintersport van 6 maart tot en met 15 maart naar Flachau in Oostenrijk interesse mail naar: peter_marian_robert@planet.nl

Peter en Marian

Wintercompetitie voor de jeugd seizoen 2008-2009



Zoals ieder jaar hebben we voor de komende winter weer een wintercompetitie samengesteld. De competitie bestaat uit 10 "wedstrijden". De meeste van deze wedstrijden worden door Nova georganiseerd en zijn dus in de buurt. Zoals ieder jaar is er een attentie voor degenen die minstens 6 van de onderstaande wedstrijden hebben meegedaan. Het gaat dus om het meedoen!

- | | |
|---------------|--|
| 19 okt. 2008 | Kermisloop in Petten, afstand ongeveer 1km. De start is om 11.05 uur. |
| 2 nov. 2008 | Boerenkoolloop bij AV NOVA: 4,3 km start om 11.05 uur en 1,5 km start om 11.10 uur. |
| 23 nov. 2008 | Schepers Keuken Cross bij AV DOKEV te Anna Paulowna. Afstand is 1,2 km en de start is om 10.15 uur. Ook is er een afstand van 2,5 km, waarvan de start om 10.30 uur is. |
| 7 dec. 2008 | Organiseert AV NOVA een rondje baan. Het rondje en de afstanden worden nog nader bepaald. Het startschot is om 10.30 uur voor de pupillen en aansluitend de junioren. |
| 21 dec. 2008 | De bosloop van AV NOVA bij het klimduin te Schoorl. Afstand 1,5 km en de start is om 10.40 uur. Ook is er een 5 km en die gaat om 10.35 uur van start. |
| 4 jan. 2009 | We houden weer een rondje Nova baan, dus lekker thuis. De afstand wordt nog nader bekend gemaakt, maar de start is wederom om 10.30 uur. |
| 18 jan. 2009 | Voor de 2 ^e maal de AV NOVA bosloop bij het klimduin te Schoorl. Afstand 1,5 km; start om 10.40 uur en de 5 km start om 10.35 uur. |
| 8 febr. 2009 | De Groet Uit Schoorl Scholierenloop. Je loopt met je school, maar toch telt hij mee voor de wintercompetitie. De afstand is 1,2 km en de start is om 10.20 uur. |
| 28 febr. 2009 | Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw Nieuw
We houden een ontbijtloop thuis op de Novabaan, alleen voor leden van AV NOVA. Aanvang van de loop is om 9.00 uur en daarna gaan we met z'n allen ontbijten (wel van te voren aanmelden svp). |
| 5 april 2009 | De AV NOVA Clubcross, op eigen terrein. De afstanden en aanvang worden nog nader bekend gemaakt. |

Let op!!!!

De deelnemers dienen zich voor de wedstrijd te melden bij de NOVA-jeugdcoördinator (te herkennen aan een Nova jas). Er moet ook in een Nova shirt gelopen worden. We hopen op een goede opkomst en wensen jullie alvast veel plezier en succes bij de wedstrijden.

De jeugdcommissie

De jarigen van November en December

November

02	Cristel Kütterink
03	Bryan Burger
04	Glenn Pronk
04	Ans Blekkenhorst
04	Laura Boekel
04	Bram Goudsblom
07	Deni van Schagen
07	Sanne Boersma
07	Luca Rustenhoven
08	Bas Groot
08	Raoul Bruijn
08	Eefje Dalenberg
09	Laurence Aubrun
10	Kiki Klaver
10	Ruud Dekker
11	Tom Nieuwenhuizen
12	Niek Barsingerhorn
12	Ineke Bas
12	Marian Robert
12	Karin Kramer
14	Richard Elzinga
16	Jitse Dekker
17	Theo de Nijs
18	Lola Pronk
20	Xavier Albers
20	Sunni Groot
21	Rina Smit
23	Ellen Marnette-Bij
23	Carla Moras
25	Jolijn Prins
25	Daphne Verkamman
26	Tessa Stammes
29	Corina Danenberg

December

01	Rob Berger
01	Willem Schoone
02	Hannah de Waard
03	Isa van Rijn
04	Jolanda Dekker
05	Els Rijkeboer
05	Amber Hurkmans
05	Jesper Zutt
06	Carol Rademakers
07	Chris Karsten
09	Rob Duvivier
10	Joep Bruin
11	Ida Dekker-Smit
11	Carlien Wabeke
13	Lia Nieuwland
16	Louis Suiker
16	Maria Bosch-Schut
18	Niels Goudsblom
18	Mitchell Groen
19	Hanny Blankendaal
19	Max Laane
27	Ria Henselmans
29	Bas van der Stoop
30	Nel de Jong

Nieuwe leden:

Hans de Jong
Mirjam van der Welle
Sylke Nannes
Evi Wijnker
Mette Olivier
Jens Barsingerhorn
Casey Rozendaal
Bram Goudsblom
Eefje Dalenberg
Ilse Barsingerhorn-de Geus
Kaja Trijsburg
Seb Pronk
Lola Pronk
Evelyn Schouten
Brünhilde Albers
Thomas Prins
Floor Vollebregt
Tristan Miezenbeek



Pietpraat

Helaas zag ik de vorige keer geen kans om op tijd de kopie in te leveren. Ook nu is het weer 5 over twaalf, maar ik probeer het toch nog maar. Misschien strijkt de redactie de hand over het hard en is er nog een stukje open in de nieuwe Noviteit.

Ik maak er deze keer geen verhaal over de vakantie van. Die ligt al een tijdje achter ons en is wat vervaagd door het vele werk dat is verricht, want dat Nova veel inspanning en tijd van de bestuursleden vraagt zal menig lid niet zijn ontgaan. Er ligt inmiddels een prachtige baan en het nieuwe clubhuis mag ook gezien worden. Een mooi staaltje hebben we met z'n allen geleverd. Het is al meerdere keren genoemd, maar ik doe het nog maar eens. Veel en heel goede sponsors, vrijwilligers en een prima organisatie. Zo kan je wat opbouwen is wel gebleken.

De opening was bijzonder geslaagd. Heerlijk vond ik het om met Lisa Church te strijden om de winst op de 400 meter, want de jeugd heeft toch de toekomst. Bij deze gelegenheid kregen Theo de Nijs, Joop Nota en Peter en Marian Robert en ik de waarderingsspeld van de Atletiekunie. Wij waren hier bijzonder blij mee. Een mooi moment was hiervoor uit gekozen en mede door het prachtige weer werd het een bijzondere middag. Ook de zondag erna natuurlijk. Zoveel belangstelling doet je goed, een teken dat Nova in de gemeenschap leeft.

Nu kunnen we ons weer richten op sportieve prestaties. Als deze Noviteit verschijnt is de eerste wedstrijd van de crosscompetitie voor de pupillen en junioren inmiddels achter de rug. Op dit moment ben ik bezig met inventariseren van de inschrijvingen van 18 verenigingen uit Noord-

Holland. Ik kom tot boven de 500 deelnemers. Niet gering om dat allemaal weer in goede banen te leiden. Dan is de dag erna de Boerenkoolloop. We wilden bij deze loop natuurlijk graag op de baan starten en finishen. Dat heeft wel wat meetwerk tot gevolg, want een halve marathon vraagt om een precieze afstand, n.l. 21.097,50 meter. Als we niet door de Dorpsstraat van Tuitjenhorn gaan, maar via de Bogtmanweg is dat 300 meter korter. Dat 2 ronden, dus 600 meter om de baan erbij te betrekken. Dat moet lukken. Alleen de kwart marathon geeft problemen en zal dan 11 kilometer moeten worden. Jullie begrijpen het al, na de bouw is het zeker niet stilzitten. Nog geen vakantie. Gelukkig kunnen we ook voor deze evenementen een beroep doen op veel enthousiaste leden en ouders. Er zijn dit jaar een aantal nieuwe juryleden bij gekomen zodat we bij het organiseren van wedstrijden deskundige mensen kunnen inschakelen bij de vele verschillende onderdelen die de atletieksport kent. Dat is bij de vrijdagavondwedstrijden en de opening al gebleken.

Zijn er leden of ouders van jeugdige leden die zich willen inzetten voor onze vereniging geef dit dan even door. Er zijn nu vrijwilligers die al sinds de oprichting van Nova bij evenementen helpen. Niet dat we daar geen beroep meer op kunnen doen, maar het is wel prettig als je ook eens anderen kunt inzetten bij de vele verenigingsactiviteiten.

Zo is mijn praatje zomaar overgegaan in een oproep om vrijwilligers. Een teken van datgene wat ons bezighoudt. Ik hoop op veel sportieve reacties.



Piet van der Welle

11 november is het Sint Maarten, een tweetal lampionnen hebben we gevonden die zeer eenvoudig zijn om te maken. Veel succes!!!

Dit heb je nodig:

- stevig papier
- vliegerpapier
- schaar
- prikpen en matje en/of schaar
- potlood
- lijm
- verf en penseel
- (nietmachine)

Neem twee vellen stevig papier en leg ze op elkaar. Het is handig als je ze aan elkaar vastniet zodat ze niet kunnen verschuiven.

Teken de omtrek van een regendruppel op het papier. Teken in deze vorm dezelfde vorm iets kleiner. Knip of prik eerst de binnenste vorm en daarna de buitenste vorm uit. Vervolgens plak je een vel (liefst doorzichtig) vliegerpapier op de vormen die

uitgeprik of -geknipt hebt. Om de delen aan elkaar te

bevestigen knip je een lange strook uit het karton. Maak plakranden door langs de randen driehoekjes uit te knippen en deze om te vouwen. Vouw de strook rond en plak deze tussen de druppels.



Dit heb je nodig:

- een leeg melkpak
- lijm
- schaar
- stevig gekleurd papier
- prikpen met matje
- vliegerpapier

Teken het gezicht op stevig papier en prik het uit. Knip de zijde waar het gezicht komt uit het melkpak. Prik het gezicht uit en plak het vliegerpapier er achter. Plak nu het papier met het gezicht om het melkpak heen. Maak het hengsel van een reep stevig papier. Met gekleurd papier kun je ook een steel en blaadjes maken.



Pittige boerenkoolstamppot



2 November is de boerenkoolloop gesponsord door de Vezet, iedereen die meedoet krijgt een heerlijke zak boerenkool met worst. Maar om dit eens op een andere wijze te maken volgt hieronder een pittig recept.

Ingrediënten

- 1 kg kruimige aardappels, geschild
- 4 eetlepels olijfolie
- 1 grote ui, fijngesnipperd
- 1 rode peper, zonder zaadjes en in ringetjes
- 2 zakken gesneden boerenkool (a 300 g)
- 100 g chorizoworst, in dobbelstenen
- 400 g kipfilet
- 2 eetlepels zoete chilisaus (flesje a 250 ml)

Bereiden

Kook de aardappels in een bodempje water met zout met de deksel op de pan in 20 minuten gaar. Verhit 2 eetlepels olijfolie in een braadpan en fruit hierin op middelhoog vuur de ui en rode peper tot de ui glazig ziet. Schep de boerenkool erbij. Smoor de boerenkool met de deksel op de pan op laag vuur in 10-15 minuten gaar. Bak in een pan met antiaanbaklaag op hoog vuur de chorizoblokjes tot ze lichtbruin kleuren. Snijd de kipfilets in acht stukken en schep deze met de chilisaus bij de chorizo. Bak de kip op middelhoog vuur in 10 minuten bruin en gaar. Stamp de aardappels met de rest van de olijfolie tot grove puree. Schep de boerenkool door de puree en breng op smaak met zout en peper. Serveer de stamppot met de kip en de chorizoblokjes.

Wijnadvies

Lichte, frisse, fruitige witte wijnen

Evenementenkalender

De bikkeltijd is begonnen. De agenda wordt overspoeld met crosslopen en bovendien werkt het weer ook vaak mee. Vooral West-Friesland spant de kroon. Veelal zijn crosslopen ook nog eens heel goed bezocht. In oktober begon het seizoen voor het Roele de Vries crosscircuit bij de Parkcross in Hoorn. Een van de mooiste wedstrijden is de cross in het Dijkgatbos over een prachtig bosgebied. Natuurlijk pakt menigeen ook de klassieke Kerscross in Opmeer mee. Een mooie en gezellige afsluiting van het loopjaar is altijd de "eindejaarsdijkenloop" van Aartswoud.

Let op de wedstrijden van de Nova wintercompetitie. Er is weer een mooie selectie wedstrijden uitgekozen met voor elk wat wils. Ook de kortere afstanden zijn erbij speciaal voor de start-to-runners. Goede reden om eens gezellig te sporten en op pad te gaan. Laat in elk geval de door Nova zelf georganiseerde wedstrijden zoals de Boerenkoolloop, de bosloop in Schoorl, de Groet uit Schoorlrun, de ontbijtloop en de clubcross niet schieten en ga voor een mooi klassement.

November

2 nov. Nova Boerenkoolloop, Nova accommodatie jeugd/senioren, 4,5 km, 10,5 km en halve marathon, ook voor wandelaars. Nova Wintercompetitie.

9 nov. Frits van der Werff Eenhoornloop. Hoorn. Afstanden 5 - 10 - 16,1 - 21,1 km Kidsrun 1,2 en 2,4 km.

9 nov. AVW Dijkgatboscross, Roele de Vries crosscircuit, Wieringerwerf, Parkeerplaats Noorderdijkweg 10:15 uur 1 km t/m 12 jaar 10:30 uur 2 Km 13 - 15 jaar 10:45 uur 3 km 16 - 18 jaar 10:15 uur 6 km. Vrouwen senioren + Trim 11:45 uur 10 km. Mannen Senioren + Trim

18 nov. Krommenie Lycurgusrun 10 km en 16,1 km Organisatie: AV Lycurgus. Start 10.30.

16 nov. Trimloop STG Bergen, Bergen

23 nov. Keukencross Anna Paulowna, Dokev, 5,5 en 9,5 km Nova Wintercompetitie

December

7 dec. Beverwijk DEM Duinloop, 10 km DEM Duinloop, Beverwijk. Organisatie: AV DEM. Start 10.30 uur. Info: 06 42241982

13 dec. Egmond-Binnen Le Champion Midwinterduinloop start 10:30 uur. 4, 7,6 of 16,8 km Nova Wintercompetitie

14 dec. 't Veld Groetpolderloop en 10 km. Start 10.30 uur bij sportpark De Kogge.

14 dec. Texel 5e Bos en Duincross Bos en Duincross, Bos en Duin Bakkenweg 16 Texel. Organisatie AV Texel. Start 11.15 uur. 1-2.9-5.8-8.7 km.

21 dec. Schoorl Nova Bosloop jeugd/senioren, Schoorl

26 dec. Spanbroek AV Hera Kerstcross Opmeer www.kerstcross.nl

26 dec. Bergen Stg. Bergen Kerstloop in Bergerbos www.stgbergen.nl

28 dec. Zaandam vv RCZ RCZ-Sylvesterloop www.vvrcz.nl

28 dec. Texel Winterbosloop www.avtexel.net

31 dec. Aartswoud AGSV Oudejaars Dijkenloop: 4+8km (11.00u) uitslag: www.spierdijkatletiek.nl

31 dec. Den Helder SV Noordkop Oudejaarsloop www.noordkopatletiek.nl

Januari en later

18 jan. Bosloop Schoorl. Nova. Start 10:30 uur info: 0226-392339 5 en 11,7 km. Nova wintercompetitie

8 feb. Safari Groet uit Schoorlrun Nova. 10 en 21 km. Nova wintercompetitie

1 mrt. Nova wintercompetitie verrassingsloop

22 mrt. Ontbijtloop Warmenhuizen organisatie WC-commissie start 09:00 5, en 9,2 km uur. Na afloop ontbijten. Nova wintercompetitie

25 mrt. Op woensdag 25 maart 2009 zal het NK veldloop voor gemeente ambtenaren gehouden worden in de mooie gemeente Ede.

5 apr. Nova Clubcross. Afstanden 6, en 9 km Nova wintercompetitie.

NEDERLANDS KAMPIOENSCHAP VELDLOOP VOOR AMBTEAREN

