

***In deze Noviteit van  
Maart April***

***Clubcross 24 maart***

***25 maart Jaarvergadering***

***Wandelvierdaagse 15 t/m 19 april***

***Tom Hoogeboom 3<sup>de</sup> NK Indoor***

***Dartel het voorjaar in***



## Inhoudsopgave

Novabestuur	4
Jeugdcommissie	4
Trainers	4
Trainingstijden	4
Contributie	5
Belangrijke informatie	5
- Diverse commissies	5
- Van de redactie	5
- Categorieën en leeftijden	5

## Vaste Rubrieken

Redactioneel	6
Van de voorzitter	9
Rijpernieuwtes	10
Gevonden voorwerpen	11
Dick Smit "Vulpus Vulpus"	12
Pietpraat	13
Kantinenieuws	14
Geschiedenisles Jos	17
Ruud Doodeman "Dartel de lente in"	18
Verjaardagen	34
Jeugdportret	35
Evenementenkalender	42

## Verder in deze Novakrant

Wandel4daagse	14
Uitslag Bosloop + WC informatie	19
Uitnodiging Ledenvergadering	20
Notulen ledenvergadering.	21
Uitslagen Wintercompetitie tussenklassement	24
Tom Hoogeboom 3 <sup>de</sup> NK Indoor	26
Ontbijtloop en Vrijdagavondwedstrijden	27
Uitnodiging pupillencompetitie	28
Clubcross	31
Uitslagen Groet , scholierenloop	32
Info Peter en Marian	36
Wintersport Italië	39
Bevrijdingsloop	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 390290	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	
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	

## Trainers

<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>
Ingmar Zondervan	0226-39 1994	Jan Berkhout	0226 39 4278
Henry Hofmann	0226 39 4974	Peter/Marian Robert	0226 39 3338
Jan Karsten	0226 39 2029	Rob Duvivier	0226 39 5543
Ilse Leegwater	0226 39 3537	Louis Suiker	0226 39 2577
Maaïke Tesselaar	06 22217397	Louis van der Berg	0226 39 2501
Piet van der Welle	0226 39 2339	Ron Janssen	06- 13634170

## Trainingstijden

<i>Maandag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	<i>Trainer</i>
9.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Peter Robert
	<i>Novabaan</i>	
18.00 tot 19.00	Junioren D 2001-2001	Ilse, Rick en Davina
18.00 tot 19.00	Pupillen A2 2002	Carol en Deni,
19.00 tot 20.30	Junioren A 1995-1994	Ilse
<i>Dinsdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Jan Berkhout,
<i>Woensdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
19.00 tot 20.00	junioren looptraining optioneel	Ilse
19.30 tot 21.00	Start to run	Ron Janssen
	Senioren/masters	
<i>Donderdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
17.00 tot 18.00	Mini- + C pupillen 2005 en jonger	Rick en Kiki,
17.00 tot 18.00	Pupillen B 2004	Louis en Lonneke
18.00 tot 19.00	Pupillen A1 2003	Rick, Kiki
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Peter van Buitene,
17:00 tot 18:00	G-Atletiek	Maaïke, Jesse en Lars
<i>Vrijdag</i>	<i>Novabaan</i>	<i>Trainers</i>
17.00 tot 18.15	Junioren C 1999-1998	Lars en Kiki
18.15 tot 19.15	Junioren B 1997-1996	Lars en Kiki
<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, Rob Duvivier, Jan Karsten
15.30 tot 17.00	Nordic Walking (zomer)	Louis Suiker, Rob Duvivier, Jan Karsten.
<i>Zondag</i>	<i>Vertrek bij Zandspoor</i>	
9.00 tot 10.30	Start to run	Ron Janssen

## Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

### Contributie

Pupillen	€ 75,00 per jaar	
Junioren	€ 85,00 per jaar - Junioren A/B met wedstrijdlicentie	€ 100,00
Senioren/Masters	€ 100,00 per jaar - Senioren/masters met wedstrijdlicentie	€ 120,00
Sportief wandelen	€ 75,00 per jaar	
Steunend lid	€ 15,00 per jaar (inclusief Novakrant)	
Donateur	€ 5,00 per jaar (zonder krant)	

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, drie maanden van te voren bij Sylvia Groen, Dergmeerweg 61, Warmenhuizen. bij voorkeur per email [sylvia.groen@quicknet.nl](mailto:sylvia.groen@quicknet.nl)

### Uitleg over leeftijden en categorieën vanaf 1-11-2012 tot 31-10-2013

Categorie	Geboortejaar	Categorie	Geboortejaar
Mini Pupil	2006 en later	Junior C	1998-1999
Pupil C	2005	Junior B	1996-1997
Pupil B	2004	Junior A	1994-1995
Pupil A1	2003	Senioren	<35 jaar
Pupil A2	2002	Masters 35	35-39 jaar
Junior D	2000-2001	Masters 40	30-44 jaar

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

### Diverse commissies:

#### Jeugdcommissie

Naam	Adres	Woonplaats	Telefoon
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
Mark Dekker	Oudewal 29a	Warmenhuizen	0226 39 5238
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

#### Kantine commissie:

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577
Riet Pronk	Waelke 4	Warmenhuizen	0226-39 2440
Rina Krom	Spanakker 9	Warmenhuizen	0226-39 3732

#### Materiaal- en baan commissie:

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

#### Baanwedstrijden commissie:

Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735
Henry Hofmann	Zwanebloem 18	Tuitjenhorn	0226 39 4974
Piet van der Welle	Sportlaan 20	Warmenhuizen	0226 39 2339
David van der Welle	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

#### Emailadressen jeugdtrainers:

Maaik Tesselar	<a href="mailto:maaiketesselaar@hotmail.com">maaiketesselaar@hotmail.com</a>
Ilse Leegwater	<a href="mailto:ilseleegwater@hotmail.com">ilseleegwater@hotmail.com</a>
Kiki Klaver	<a href="mailto:kiki_klaver95@hotmail.com">kiki_klaver95@hotmail.com</a>
Rick Groen	<a href="mailto:rick.groen@quicknet.nl">rick.groen@quicknet.nl</a>
Lars Dignum	<a href="mailto:lars_dignum@hotmail.com">lars_dignum@hotmail.com</a>
Carol Rademakers	<a href="mailto:carolrademakers@quicknet.nl">carolrademakers@quicknet.nl</a>
Deni van Schagen	<a href="mailto:denipenie@msn.com">denipenie@msn.com</a>

## REDACTIONEEL 3 januari 2013

Zo langzamerhand zijn we met z'n allen wel toe aan een lekker voorjaarszonnetje. Het blijft toch fris en de wind kan soms zo verrekt koud zijn. Je kunt jezelf er tegen kleden maar toch. De sneeuwkllokjes zijn in aantocht en een bos tulpen op de keuken tafel zorgt ervoor dat het voorjaar in aantocht is. Nog eventjes wachten dan maar. De Nova familie gaat eerst nog met een record aantal deelnemers naar de Italiaanse Dolomieten, als jullie de krant in de brievenbus krijgen is deze wintersport reis alweer achter de rug en gaan ze uitkijken naar het Nova weekend in april. Het kan niet op met de uitjes en de gezellige evenementen allemaal. Maar er zijn natuurlijk ook voldoende wedstrijden die gelopen kunnen worden. Zo is de wedstrijdkalender voor het baanseizoen bekend en worden straks de laatste wedstrijden gelopen ter afsluiting van de wintercompetitie. Een tussenstand van de wintercompetitie is vermeld in de Noviteit.



Net zoals de scholierenloop, die gehouden is op 10 februari in Schoorl. Atleten bedankt voor jullie deelname. Er worden voor jullie weer vrijdagavond wedstrijden georganiseerd, uitleg hierover te lezen in de Noviteit. Het is leuk voor de vrijwilligers als er voldoende jeugd zich aanmeldt. Ook leuk voor jezelf om misschien een p.r. te verbeteren. Dus doe gezellig mee.

Om nog even in de jeugdrubriek te blijven willen wij namens de redactie Tom Hoogeboom van harte feliciteren met z'n derde plaats op de NK- indoor atletiek te Apeldoorn. Hij heeft een derde plaats behaald met de 1000 meter en tevens zijn p.r. record verbeterd. Toppie Tom. Ga zo door.

Zoals in elke Noviteit hebben we onze vaste rubriek schrijvers die elke keer met veel enthousiasme een bijdrage leveren aan onze krant. Het blijft gewoon leuk om ze weer even persoonlijk bij naam te benoemen. Piet van der Welle, Dick Smit, Rijpernieuws, Ruud Doodeman, onze voorzitter Jos en Peter en Marian niet te vergeten. Het blijft ook leuk voor ons als andere personen iets te vertellen hebben. Dus schroom niet .....en wie weet lees je jezelf de volgende keer wel terug in de Noviteit.

Wat ook nog even onder de aandacht behoort is de wandel 4-daagse. Georganiseerd door onze eigen vereniging en wel van 15 t/m 19 april. Leuk om met een groepje van school te wandelen en al kletsend een aantal kilometers af te leggen. Gezellig en sportief. We hebben mooi weer besteld.

Onze volgende Noviteit wordt uitgebracht begin mei. Ook dan hopen we weer op veel ingezonden stukjes. Onze vaste schrijvers krijgen via de mail bericht. Houdt u er even rekening mee mocht u op vakantie gaan in mei vakantie. Graag voor die tijd voor uw bijdrage.

Een noot van de redactie als er foto's bij een artikel worden geplaatst deze dan of dusdanig bewerken met paint zodat het geen megabestand wordt en het geheel in het document past, of de foto's origineel versturen als bijlage. Bij voorbaat dank

**De redactie wenst iedereen veel leesplezier.**

### De Novaredactie:

Nel Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226-39 0819
Margret de Boer	Dergmeerweg 41	Warmenhuizen	0226-39 3304
Kirsti Ootjers	Vliedlaan 42	Schagen	0224-72 2046
Maaïke Groot	Surmerhuizerweg 8a	Eenigenburg	0226-39 0554
Ruud Doodeman	Zigt 33	Warmenhuizen	0226-39 4353

[novakrant@hotmail.com](mailto:novakrant@hotmail.com)

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









## Van de voorzitter

22-2-2013

Het jaar 2013 is alweer volop op streek. Inmiddels zijn de eerste evenementen alweer achter de rug. Zo hebben een fors aantal NOVA-medewerkers acte de préséance gegeven bij de Halve van Egmond. Ik had mezelf ook opgegeven, maar er kwam een feestje tussendoor, waar ik niet weg kon blijven.

Met een hele groep hebben we ook de startnummers voor de GroetuitSchoorlRun ingepakt. Best een gezellige ochtend. Vervolgens hebben we de GUSR mee mogen beleven. Een geweldige dag, mede door het droge maar

frisse weer. Van de dames op de verversingsposten hoorde ik dat er zeer veel gedronken werd. Mijn vriendin zag 's nachts nog handen op haar af komen van dorstige deelnemers. Ik heb daar geen schade van ondervonden. Eerst hebben we met Piet en Guus, met hulp van diverse ouders, de scholierenloop verwerkt en daarna heb ik bij de finish de lopers zover mogelijk doorgestuurd. Dat is altijd een klus, want sommigen blijven direct na de finish staan uit te hijgen. Het finishgebied is betrekkelijk krap. Je kunt daar niet veel volk herbergen. Geprobeerd hebben we begrip te vragen voor de situatie, omdat we alle lopers hardlopend over de finish willen hebben. Een enkeling doet net of hij niks met je te maken heeft, maar de meesten zijn vol begrip. Een kort tijdje was het precair, mede vanwege het mooie weer.

Bij de jeugd waren twee prijsuitreikingen. Een voor de scholierenloop, die was in de kerk en een voor de 1K Runaway, die was buiten. Zo kon het gebeuren dat er kinderen met 2 bekens rondliepen. Dan vult de prijzenkast tenminste een beetje snel.

Tussendoor hadden we nog een bosloop. Dachten we verleden jaar dat daar de sjeu een beetje uit was, de afgelopen winter verliep dat allemaal prima en hielden we nog centjes over aan deze evenementen. Ik moet wel zeggen dat de laatste bosloop stervens koud was. Het duurde een hele middag om mijn kin en voetzolen weer ontdooit te krijgen.

### Jaarvergadering

We naderen eind maart. Gebruikelijk is dat we dan de jaarvergadering houden. Het zal mijn laatste zijn als voorzitter. Na 22 jaar bestuur wordt het tijd dat een ander de scepter gaat zwaaien. 2013 is het jaar waarin ik de pensioengerechtigde leeftijd bereik en omdat ik aftredend ben, vind ik dat gelijk een goed moment om te passen. Vanuit de jeugd stellen we in ieder geval voor Bas Takens in het bestuur te kiezen. Als ik vertrek en hij komt, scheelt dat gelijk 45 jaar. AV NOVA heeft relatief veel en goede jeugd, dat komt mede doordat we hele enthousiaste trainers en trainsters hebben. Deze jeugd wordt met Uw goed vinden weer vertegenwoordigd in het bestuur. Het afgelopen jaar heeft het bestuur samen met het kader een beleidsplan opgesteld, waar het bestuur in de komende jaren inhoud gaat proberen te geven. Een van de punten ging over het gebruik van de social media. Vooral de jeugd zit op Facebook en Twitter. Daar gaan we optimaal gebruik van proberen te maken. Een ander punt is het realiseren van een krachthonk. Dit wordt financieel gezien een hardere kluit, maar het hoeft natuurlijk ook niet allemaal gelijk. U bent natuurlijk van harte welkom op de jaarvergadering, waarin de diverse commissies ook verslag zullen doen.

Ben ik na de jaarvergadering van de aardbodem verdwenen? Ik dacht van niet. Ik blijf actief als scheidsrechter, tijdwaarnemer enz. en voor het bijhouden van de accommodatie. Het voorjaar komt er aan, lekker trainen dus. Ik zie jullie,

**Jos**



## Rijpernieuwtjes

Bij de beide boslopen van AV NOVA sta ik al een aantal jaren in de Hargerhoek. Eerst was mijn plek in de beschutting van het duin en kreeg de wind weinig vat op mij. De lopers moesten bij mijn post vandaan door het rulle zand richting het bos. Omdat het pad niet duidelijk zichtbaar was, verdwaalde er nog weleens een loper. Dat is vervelend voor atleet en organisatie. Vandaar dat de regelaars van beide lopen voor een andere route hebben gekozen. Ik ben, als post, opgeschoven richting het bos van Groet en dan is het pad voor de lopers beter zichtbaar. In december van het vorig jaar kwamen Gerben en David op de mountainbike als voorfietsers voorbij. Gerben is onze vaste voorfietsers en David fietste mee op weg naar zijn post. Niets aan de hand hoor ik jullie denken. Nee, meestal niet, maar nu wel. De boswachters zijn momenteel heel scherp op fietsers, die buiten de paden fietsen. Vooral toen het mountainbikeparcours erg slecht was, waren er veel mensen in overtreding. Er stond zo'n boswachter bij mij op post en die meldde mij al het een en ander. En vervolgens kwamen Gerben en David voorbij en waren de poppen aan het dansen. Hij fietste er achteraan en heeft beide mannen een waarschuwing gegeven. Of nee, hij heeft AV NOVA een waarschuwing gegeven. Hij kwam nog op mijn post terug om het uit te leggen. Net op dat moment komt er een fietser uit het bos. Hij ontving een pittige bekeuring. In januari stond ik wederom op mijn plekje. Het was er verschrikkelijk koud, want ik sta er vol op de wind. Er deden, net als in december, veel atleten mee en die hadden geen last van de kou. Maar ik was blij toen Peter Robert, als achterloper, langskwam. Dit met de mooie mededeling "Je mag naar huis".

Ik heb jullie al eens verteld, dat ik ook een klusje heb bij de burens van de SIS. Wij geven op een twaalfde zaterdag schaatsles aan kinderen van 7 tot 12 jaar. Als het vriest en de ijsbaan in Warmenhuizen is open, dan geven wij daar les. Dat is dichterbij dan Alkmaar en het is bovendien veel ruimer, wij kunnen veel meer ijs gebruiken. Dan kunnen wij naast alle beginnende technieken ook aandacht besteden aan bijv. het doorkomen van een bocht (hoekenstappen). Verder is de catering ook beter geregeld (chocomel en een koek). De eerste keer in januari waren Aad en ik al vroeg present om het ijs te inspecteren. Ik ging het ijs op en het viel me op, dat het wel erg kraakte bij opkomst. Verder op het ijs ging het wel. Ik besloot om ergens anders van het ijs af te gaan, voor de zekerheid. Verkeerde beslissing. Ik ging met een been tot halverwege de knie door het ijs en ik moest naar huis om van kleding te wisselen. Het vroom immers behoorlijk. Toen ik terugkwam hoorde ik, dat ik een eretitel rijker ben "De wakkenrapper van de SIS".

De laatste tijd is het onderwerp 'pesten', jammer genoeg, weer hot news. Begin februari zag ik een programma over pesters, meelopers en mensen, die gepest worden of gepest zijn. Het was een programma, waar ik met tranen in mijn ogen naar gekeken heb. Zoveel leed, zoveel ellende, die mensen elkaar kunnen aandoen. Ik weet, dat dit een moeilijk onderwerp is om te bespreken. Maar ik mag toch wel het volgende stellen. Zeg niet alleen dat pesten niet kan, maar doe er ook wat aan. Je kunt wel een leuk bandje om je pols dragen, maar neem dan ook actief stelling tegen pesten. Doe niet mee, help de gepeste medemens en neem stelling tegen pesters. Je hoort ook in zo'n programma, dat dit voor kinderen toch wel moeilijk is. Het erbij horen is zo vreselijk belangrijk, Blijf jezelf, blijf uniek! Vervolgens lieten ze een Amerikaanse documentaire zien. Daarbij had ik sterk het gevoel, dat ouders en kinderen, min of meer, aan hun lot werden overgelaten. Ik weet, dat dit een eigen interpretatie is, maar waar was bijv. de toezicht in de schoolbus. Die jongen werd daar op een ongelooflijke manier behandeld en op een gegeven moment vond hij dit zelfs normaal. Echt, ik zat met stomme verbazing te kijken.

In februari was ik in Schoorl bij de Groet uit Schoorl. Piet van der Welle regelt daar, met anderen natuurlijk, de Scholierenloop. Dit evenement loopt al jaren als een gesmeerde trein. Genoeg mensen, die willen helpen en gelukkig ook nog veel kinderen, die willen lopen. Al wordt dat ieder jaar iets minder. Er waren veel ereplaatsen voor atleten van AV NOVA. Gefeliciteerd met jullie prestatie. En een pluim voor de organisatie.

In maart hebben wij op woensdag de 13e het jaarlijkse atletiekgala. De aanmelding verloopt hier ook wat strammig. Op het moment van schrijven hebben zich nog maar 4 teams opgegeven. Ik denk, dat het wel goed komt. Maar het is toch een beetje traag tegenwoordig en je moet lang wachten. Dat is niet leuk, als organisatie. Je wilt graag, dat mensen enthousiast zijn en zich gelijk aanmelden. Het aflasten van dit soort evenementen, vind ik zelf een matig alternatief. Het atletiekgala is in de Harenkarspelhal en start om 14.00 uur. U bent van harte welkom!

Vrijdag 22 februari gaan wij met de bus naar Italië om daar van witte hellingen af te roetsen. Ik heb er enorm veel zin in en kom daar in de volgende Noviteit nog wel op terug.

En denkt u nog even aan het volgende. De Avondvierdaagse van 2013 is van maandag 15 april t/m vrijdag 19 april. Houd deze week vrij voor vier of vijf prachtige wandelingen van 5 of 10 km.

De mazzel,

Theo Tesselaar.



### **Gevonden Voorwerpen:**

- Zwembroek zwart mt. 38 Decathlon
- Rose sweatshirt Nikle mt. 152/158
- Zwarte trainingsbroek met rose strepen Adidas M
- Zwarte trainingsjas met lichtgevende strepen Dutchy M

De spullen blijven tot 2 maanden na het verschijnen van dit nummer bewaard in de plastic opbergkist in de Novakantine, daarna gaat het in de container van Humanitas.

## De VULPUS VULPUS

Dinsdagochtend 19 februari 9.00 uur. De winterstop van de onderhouds- en klussenclub zit er weer op. We staan weer in de startblokken te luisteren naar de opdrachten van de hoofdarbiter P. Meijer, die zonder aanzien des persoons de taken verdeelt over de aanwezige deelnemers.

De gemiddelde leeftijd van deze lieden is op enige uitzonderingen na, toch wel wat aan de hoge kant. Maar dat is geen beletsel om boordevol ambitie en met een ijzeren discipline aan de slag te gaan.

Reclameborden bijplaatsen, verspringbak egaliseren, materialenhok opruimen enz. enz. er blijft altijd wel wat te studeren.

De traditie wil dat er bij de koffie altijd wel iets van koek of gebak geserveerd wordt. Ook deze keer stonden de schoteltjes alweer klaar met een heerlijk stukje slagroomtaart, geserveerd door koffiezetter J. Houtenbos.

Iedereen was voorzien van alles behalve Jan zelf. Deze bedankte op bescheiden wijze en zei: "Laat deze kelk aan mij voorbijgaan. Ik ben wel niet aan het Sonja Bakkeren maar moet toch wel een beetje aan het gewicht denken". Over discipline gesproken!

Ondanks de kou was het toch goed toeven in de buitenlucht, en het complex met dijkje en bomensingel ligt er schitterend bij.

Het zijn dan ook niet alleen de sportmensen die zich thuisvoelen, ook de flora en fauna tieren hier welig.

Diverse bijzondere volgelsoorten zijn hier al gespot, waaronder enige dwaalgasten zoals de Noorse stern en de Syberische snor.

De melding hiervan kwam bij de voorzitter die god zij dank op het nippertje wist te voorkomen dat het op Facebook of Twitter werd gezet. We zitten hier helemaal niet

te wachten op al die malloten vogelaars die van heinde en ver komen en niets ontziend hun statieven met telelens en camera her en der neerplanten.

Wel is het aardig te melden dat er daags na de klaverjasdrive een novalid wildsporen in de verse sneeuw ontdekte, waarvan zij onmiddellijk dacht, die is bijzonder, waar heb ik dit eerder gezien.

Nou dat was met de wintersportvakantie in de Dolomieten, waar we een wandeltocht maakten met speciale sneeuwschoenen, waaronder een soort tennisracket bevestigd was.

Diverse wildsporen hebben we toen gezien, waaronder ook deze.

Dit moet de Vulpus Vulpus zijn dacht ze, en als een volleerd woudloper volgde ze de sporen die eindigde in de struiken, waar hij lekker in het zonnetje las te soezen.

Dromend van de loslopende SIS kippen, die als een lekkernij voor hem langsliepen.

De Vulpus Vulpus is een slimme jager met een groot verspreidingsgebied, grote ogen, katachtige uitstraling, dikke staart met witte punt, roodbruin van kleur en overdag zie je ze maar hoogstzelden.

Dus beste nova kippenbezitters, jullie zijn gewaarschuwd, want de Vulpus Vulpus is in aantocht. In de volksmond wordt hij ook wel Reintje genoemd.

Groetjes Dick



## Pietpraat

We maken ons weer op voor de volgende editie van Noviteit. Van mijn kant is er echter weinig nieuws sinds de vorige uitgave. Door huiselijk ongemak gebeurd er in huize van der Welle niet zo veel sinds het begin van dit jaar. Agaath heeft een "nieuwe knie" gekregen. Daar wordt altijd wat luchtigjes over gepraat. De een krijgt een nieuwe heup, de ander een nieuwe knie en weer een ander een gebit. Allemaal kunst en het een gaat voorspoediger dan het ander. Nu bij ons ging het allemaal niet zo vlotjes en ik ben inmiddels sinds 6 weken een echte mantelzorger geworden. Uiteraard laat Nova mij niet helemaal los en kan ik nog wel wat tijd vinden voor bijvoorbeeld de voorbereidingen voor de wandelvierdaagse welke van 15 t/m 19 april wordt gehouden en de Nova-Kompas wandeltocht op 29 september a.s. Het organiserend comité voor deze wandeltocht heeft bedacht om de routes deze keer weer eens in noordelijke richting te zoeken zodat Dirkshorn, Stroet, Sint Maarten, Groenveld en wellicht Valkkoog en Eenigenburg wandelaars kan verwachten. Ik heb al wat stukjes gefietst en afstanden opgemeten, want ja die moeten natuurlijk wel een beetje kloppen. Er zijn natuurlijk wel mensen die het via de computer kunnen, maar ik hou nog van lekker ter plaatse kijken en meten. Dan kom je ook weer eens tot de ontdekking dat er richting Schagen heel veel mooie plekjes zijn. Actief was ik wel bij het onderdeel "scholierenloop" van de Groet uit Schoorl Run. Elders in deze uitgave van Noviteit staan de prijswinnaars vermeld met daarbij zoals gewoonlijk heel wat Novaleden. Toch valt het op dat voor het scholenklassement de scholen uit Schoorl/Groet erg goed scoren. Voor hen is het een echte thuiswedstrijd en wellicht daardoor doen er veel leerlingen in alle leeftijdsgroepen mee wat veel punten oplevert. De prijsuitreiking in de kerk is al jaren een heel gezellige happening. Het komt niet zoveel meer voor dat een kerk zo afgeladen vol is en dan nog wel met jeugd.

### Baanrecords

Een heel ander onderdeel waar ik me voor Nova mee bezig houd is het bijhouden van de baanrecords. Dit zijn andere records als clubrecords. Een clubrecord kan alleen worden gevestigd door eigen leden, maar ook op andere banen. Voor baanrecords gelden alleen de prestaties op onze eigen baan, en kunnen ook door leden van andere verenigingen worden neergezet. Sinds de opening van onze prachtige accommodatie zijn er al heel wat wedstrijden georganiseerd met uiteraard prachtige resultaten zowel van eigen leden als van leden van zusterverenigingen welke meedoen. Vooral bij de jeugd zie je heel veel verbetering wat mede komt door de vele vrijdagavondwedstrijden en een paar competitiewedstrijden. Als ik zo in het "grote boek" (ja ik doe dit nog gewoon handmatig net als Sint Nicolaas zonder een moeilijk computerprogramma) kijk valt het me wel op dat bepaalde onderdelen nog open staan. Wellicht een idee om eens recordwedstrijden voor openstaande onderdelen te organiseren.

Zonder volledig te zijn onderstaand wat van deze records.

### Jongens pupillen A

60 m. Op 16 mei 2008 liep Jeroen Swinkels 9.5 sec.

Via 9.4, 9.2, 9.1 (Youri Church),

is het sinds 18 juni 2011 8.5 van Djoad Lobles (Noordkop).

Hoog: Ook op 16 mei 2008 sprong Youri Church 1.20.

Via 1.25 (Jeroen Swinkels)

1.32, 1.35 (Martijn Kroes)

is het nieuwe record 1.45 op 10 juli 2011 van Bastiaan Church.

### Meisjes pupillen A

1000 m. Op 16 mei 2008 4.15.0 Hester de Goede,

daarna Kirsten Blom op 30 mei 2008 3.39.1 en op 12 oktober 2008 eveneens door Kirsten 3.30.0

Ver 30 mei 2008 3.48 Kirsten Blom.

Daarna 3.54 Sophie Aubrun en Linda Hurkmans, 3.87 en 3.88 weer Kirsten Blom,

en op 18 juni 2011 het huidige record 4.12 door Bregje Dekker.

### Jongens pupillen B

1000 m 16 mei 2008 liep Marc Rademakers 3.54.5. Daarna liep hij nog 3.53.9 en 3.45.8.

Toen was het Jens Pronk die op 1 oktober 2010 3.44.6 klokte.

Via 3.43.4 (Jochem van Dijk Dokev), 3.42.3 (Bas Hoogeboom)

is nu recordhouder Jeff Tesselaar (Hera) met 3.39.6.

Dit was zomaar een greep uit de map met baanrecords. Ik zal proberen in het vervolg na elke wedstrijd eventuele verbetering te melden.

Groeten,

Piet van der Welle

## WANDELVIERDAAGSE

Ook dit jaar weer de wandelvierdaagse in Warmenhuizen, Tuitjenhorn en omgeving. Voor de 34<sup>e</sup> keer organiseren wij dit evenement voor jong en oud. Een evenement dat niet meer is weg te denken en waaraan jaarlijks heel veel lopers meedoen. Vooral van de jeugd is er elk jaar grote belangstelling maar ook zien we altijd veel ouders met hun kinderen elke avond weer van start gaan.

Dit jaar wordt er vanaf **maandag 15 t/m vrijdag 19 april** gewandeld. Noteer alvast in uw agenda. Vijf avonden, zodat het mogelijk is om een avond te verzuimen om uit te rusten, te fietsen of iets anders te gaan doen.

Er kan gekozen worden uit de afstanden 5 of 10 km.

De inschrijving en start is elke avond tussen 18.00 en 19.00 uur vanaf onze accommodatie. Degenen die 10 km lopen dienen voor 18.30 uur te starten.

Op de vrijdagavond is er natuurlijk weer de feestelijke binnenkomst met muziek. Het wordt dus weer heel gezellig deze week in en rond Warmenhuizen en Tuitjenhorn. Echt een evenement waaraan ook onze leden met het gehele gezin mee kunnen doen.

Het inschrijfgeld bedraagt voor de jeugd t/m 15 jaar € 3,50 en voor ouderen € 4,00.

---

## Kantinenieuws

Marijke Groot heeft om gezondheidsredenen aangegeven niet meer beschikbaar te zijn voor de kantine. Marijke bedankt voor je inzet en we zullen je waarschijnlijk regelmatig zien als bezoeker van het mooie Novacomplex. We hebben Rina Krom als vervanger van Marijke bereid gevonden om in de kantinecommissie plaats te nemen. Rina welkom bij de club.

We willen iedereen verzoeken die gebruik maken van het clubgebouw, ervoor te zorgen dat het netjes blijft. Veeg de boel even aan als je hebt getrakteerd op chips o.i.d. In de werkkast hangen bezems en stoffer en blik. Als we met zijn allen zorgen voor een opgeruimd en schone accommodatie dan is het voor iedereen prettiger.

Meld je aan bij de nieuwsbrief van Nova dan ben je meteen op de hoogte van allerlei informatie betreffende wedstrijden en andere evenementen. Momenteel zijn er 147 leden lid van de **nieuwsbrief**. Voor actueel nieuws zie de website [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)

Als je wilt helpen bij kantine-en-schoonmaakdiensten het verzorgen van koffie/thee van de vrijwilligers op de baan bij evenementen, meld je aan via [www.novakrant@hotmail.com](mailto:www.novakrant@hotmail.com) of bel een van de commissieleden van de kantine.

Op onderstaande data zijn er activiteiten waarbij we hulp kunnen gebruiken, het is niet alleen leuk om te helpen, maar ook leuk om te zien hoe de atleten hun best doen om zo goed mogelijk te presteren. Dus schroom niet maar bel of mail om een keer te helpen.

24 maart Clubcross  
5 april Vrijdagavondwedstrijd  
19 april avondvierdaagse  
17 mei Vrijdagavondwedstrijd  
3 juni sportweek  
7 juni Vrijdagavondwedstrijd  
29 juni pupillencompetitie  
23 aug Heer en Meester circuit  
24 aug Jeugdclubkampioenschappen  
29 sept Kompas Nova wandeltocht







## Atletiekgeschiedenis: Wilma Rudolph.

Wilma Goldean Rudolph werd geboren op 23 juni 1940 in Clarksville, Tennessee, Verenigde Staten.

Vader en moeder Ed en Blanche Rudolph kregen 22 kinderen van wie Wilma nr. 20 was. Zij werd niet geboren onder een gunstig gesternte. Zij werd te vroeg geboren. Haar geboortegewicht was net iets meer dan 2 kilo. Het wou met de groei van Wilma niet erg vlotten. Ze kreeg alle kinderziektes die je maar verzinnen kon. Zij was het zorgenkind van haar grote familie. Vader was drager bij de spoorwegen en tevens klusjesman. Moeder werkte bij als wasvrouw en kookvrouw. In het door racisme geplaagde zuidelijk Amerika was het niet gemakkelijk de eindjes aan elkaar te knopen. Zeker niet toen bleek dat Wilma polio had. Moeder moest alle keren 50 kilometer reizen naar een zwarte dokter, die haar mocht helpen. Eindelijk na acht jaar kon ze door intensieve fysiotherapie zonder krukken lopen. Op haar twaalfde begon ze met basketbal en in high school werd ze ontdekt voor haar atletiektalent. In 1956 toen ze 16 jaar oud was, deed ze voor de eerste keer mee aan de Olympische Spelen en won er een bronzen medaille op de 4 x 100 meter.

In Rome, ze was toen 19 jaar, was ze de eerste vrouw die zowel op de 100 meter als de 200 meter een gouden medaille won. Ze viel op door haar lange benen en ranke gestalte. Ze was 1.80 en slechts 59 kg. In Rome won zij met de Amerikaanse ploeg ook de 4x100 meter. Dus kwam ze als koningin van de Spelen terug. Vanaf de Spelen kreeg ze een homecoming parade. Dat was heel speciaal en niet gebruikelijk voor zwarte Amerikanen. Zeker niet in de zuidelijke staten. In 1959, 1960, 1961 en 1962 werd Wilma Amerikaans kampioen op de 100 meter. Haar prestaties waren er mede de oorzaak van dat de apartheid in Amerika afgeschaft werd. Wilma trouwde met haar High Schoolvriendje Robert Eldridge. Ze kreeg al spoedig kinderen, maar 18 minder dan haar moeder.

12 november 1994 overleed Wilma aan een hersentumor slechts 54 jaar oud



Wilma Rudolph in actie tijdens de OS in Rome, 1960.

## Dartel de lente in.

Astronomisch gezien begint de lente als de dag en de nacht even lang zijn. De lente staat daarom voor het huidige 2013 op 21 maart pront op de kalender. Maar wat is nu het moment waarop het gevoelsmatig echt voorjaar is? Natuurlijk, tijdens de lente worden de dagen steeds langer, toch is de gevoelsmatige eerste lentedag iets totaal anders dan de werkelijke datum van de zonnewende. Wanneer heb je dat machtige buitengevoel, dat magische aha-moment, dat je de winter van je afschud en dat je weet dat het alleen maar beter wordt en je de zon op je blote huid voelt instralen, dat iedereen elkaar spontaan groet en smoelen om niets uitgliden tot een vrolijke grijs?

Je voelt het zelf al een tijdje aankomen en je kunt niet langer wachten tot het zover is. De innerlijke



energie is volop aanwezig en zal meer en meer loskomen. De bollenzaten ondergronds lang in de wachtkamer maar zijn niet meer te stuiten, net als het gewillig kiemende zaad van de brandnetel, ganzenvoet, herderstasje en paardenbloem. De natuur laat je ook in het gazon niet in de steek; het gras zet een groeispuurt in evenals liefvallige madeliefjes en distels die dapper volharden en je overweldigen met levenslust en overlevingsdrang, terwijl de groene bak zijn bek wagenwijd open spert om betugelde groeilust in ontvangst te nemen.

Toch, als regelrechte buitensporters gaan onze harten sneller kloppen van lenteprikkels. Daarvoor hebben we de hele winter structureel doorgetraind en is onze conditie nu voldoende om optimaal te profiteren van pril klimaatgeluk. We zijn er klaar voor om lopend op pad te gaan en dit in toenemende mate als de natuur volop ontluikt. Je grijpt meteen de eerste de beste kans. Al je zintuigen en innerlijke lijfkracht laat je uit en bovenal wordt de toch al goede spirit aangenaam gekieteld door alle indrukken. Eens te meer voel je dat je leeft en geniet! Je ruikt in het bos het eerste hars die loskomt uit het dennenbos, hoort in de verte spechten trommelen, plukt tussendoor de eerste pinksterbloem, of rent enthousiast door het nieuwe Geestmerambacht en ziet stiekem de spierwitte lepelaars onstuimig lepelen in het ondiepe water dat vol dotter- en boterbloemen staat.

Het leuke van het grillige klimaat in ons grotendeels beneden NAP-peil gelegen land is dat je vooral in het voorjaar met het weer alle kanten op kan. Het verveelt nooit. In maart kan je met een beetje mazzel nog op natuurijs schaatsen al kan het dan net zo goed 20 graden dooien. Met de neerslag kan het al net zo spectaculair. Het ene jaar valt er in maart nog geen 20 millimeter en zo viel er bijvoorbeeld in 1981 een schitterende 130 millimeter gemiddeld! Ach, vroeg of laat is het toch rokjesdag met stijgende temperaturen. Voor mijn loopvriendengroep geldt dat je een doetje, gebakje of watje bent als je na het ingaan van de zomertijd op 31 maart nog met een lange trainingsbroek komt opdagen bij de wekelijkse Schoorlse loopsessies. Die eerste keer in korte broek jubelen dan mijn benen van genot als koeien die voor het eerst de wei in mogen, omdat ze dan niet meer omklemd worden door die strakke hardloopticht en dankbaar de Uv-stralen kunnen absorberen. Natuur beleving combineren met buitensporten in lekker weer, dat is het helemaal.

R.D.

## Wintercompetitie 2012-2013

Op 10 maart is de achtereenvolgende loop Groet. Verzamelen rond 9.15 uur bij Pim en Emmy v.d. Bulk, Reigerweg 12, Groet. Gezamenlijk inlopen naar de start, hier wat oefeningen doen en om 10.00 uur vindt de eerste start plaats, en na elke halve minuut de volgende. Na afloop lekker even bij Pim en Emmy nazitten, napraten, koffie drinken. We zoeken voor de organisatie nog een paar vrijwilligers voor:

- o Post in de duinen
- o Bij start en finish

Aanmelden bij Peter en Marian Robert. E-mail [peter\\_marian\\_robert@planet.nl](mailto:peter_marian_robert@planet.nl) of tel. 06 48161285 / 0226-393338

Laatste wedstrijd is de clubcross op 24 maart. Meer informatie over deze cross tref je ongetwijfeld elders in deze krant aan.

Dan vindt tevens de prijsuitreiking plaats van de wintercompetitie 2012-2013, met aansluitend een brunch. Kosten voor de brunch worden met elkaar gedeeld. In verband met de inkoop willen we graag dat je je voor 22 maart aanmeldt. Voor de organisatie van de brunch zoeken we nog iemand. Aanmelden zowel voor de organisatie als deelname aan de brunch: zie hierboven.

Tevens zoeken we weer een dame en een heer om de wintercompetitie 2013-2014 samen te stellen. Tijdsbeslag: 1 avond. Aanmelden: zie hierboven.

De Wintercompetitiecommissie 2012-2013:

Isabelle Brus, Pim vd Bulk, Jos de Groot, Peter en Marian Robert.

20 januari 2013		Nova Bosloop Schoorl		
Dames en Heren: 11,7 km				
		leeftijd	tijd	punten
1	Petra Rol	44	47,55	98,47
2	Piet de Waard	56	45,56	94,26
3	Henry Hofmann	52	45,07	91,15
4	Ruud Doodeman	46	44,50	90,11
5	Matthijs de Groot	33	45,15	81,87
6	Arie Kossen	54	49,40	80,45
7	Paul Blom	47	49,50	78,50
8	Rob van Andel	37	47,29	77,27
9	Bas Takens	19	49,35	72,95
10	Ronald Vreeker	45	52,36	72,08
11	Ron Janssen	63	57,34	70,68
12	Jos Schalkwijk	55	55,46	69,07
13	Piet Stuyt	59	56,37	66,89
14	Pim vd Bulk	49	55,25	65,54
15	Nynke Barsingerhorn	35	60,46	62,21
16	Johan Mink	67	63,07	59,88
17	Isabelle Brus	37	61,40	59,81
18	Hilde Ligthart	40	65,37	49,94
19	Emmy vd Bulk	49	66,03	49,60
20	Betsy Groen	56	69,51	44,56



## **Uitnodiging algemene ledenvergadering 25 maart 2013**

Op **maandag 25 maart 2013** wordt de jaarlijkse algemene ledenvergadering gehouden. De aanvang is om **20.00 uur**. Uiteraard is deze vergadering in het clubgebouw.

### **1. AGENDA**

2. Opening
3. Notulen van de vergaderingen van 26 maart 2012 (zie Noviteit maart 2013)
4. Ingekomen stukken en mededelingen
5. Jaarverslag secretaris
  - kantine commissie
  - materiaal- baan commissie
  - baanwedstrijden commissie
  - jeugd commissie
6. Verslag kascommissie
7. Benoeming kascommissie
8. Financieel jaarverslag 2012
9. Begroting 2013
10. Contributieverhoging
11. Verslag stichting
12. Bestuursverkiezing:
  - periodiek aftredend en niet herkiesbaar; Jos de Groot
  - periodiek aftredend en herkiesbaar; Yvonne Boerdijk
  
  - voorstel toetreden bestuur; Bas Takens
13. Rondvraag
14. Sluiting



De stukken op deze vergadering betrekking hebbende liggen voor de leden vanaf 15 maart 2013 ter inzage bij secretaris Sylvia Groen, Dergmeerweg 61 te Warmenhuizen.



# Notulen ledenvergadering 26 maart 2012 AV NOVA

Aanwezig is het Nova bestuur, met afbericht van Piet Meijer

Ook Marian Robert heeft afbericht gegeven. De vergadering werd bijgewoond door 28 leden.

## Opening

Jos de Groot opent de vergadering met een hartelijk welkom voor alle aanwezigen en een speciaal welkom voor Lia de Nijs en de dochters van Theo en Lia, Gaby en Kim de Nijs. En hun nichtje Maartje

## Notulen

De notulen van de vergadering 4 april 2011 zijn goedgekeurd.

## Ingekomen stukken en mededelingen

Er wordt aandacht gevraagd voor de Deenactie waaraan Nova weer mee mag doen.

Ook wordt er aandacht gevraagd voor de verkiezing van het leukste hardloopevenement van het jaar.

Onze boerenkoolloop doet hier aan mee.

## Jaarverslag door diverse commissies

Sylvia, secretariaat vertelt de hoogtepunten van het afgelopen jaar. Ons ledenaantal blijft gelijk aan die van de vorige jaren. Er hebben weer de nodige activiteiten en wedstrijden plaatsgevonden. Er zijn 4 deelnemers geslaagd voor de starters cursus. Een groep jeugdleden is gestart met een cursus assistent trainer. Een workshop over looptechniek.

Louis Suiker meldt dat de kantine commissie een enthousiaste groep is. Als de commissie aanwezig moet zijn krijgen zij de data door. Loes heeft afscheid genomen en de commissie kan altijd hulp gebruiken. Er waren een paar grote evenementen waarbij de boerenkoolloop en de sportweek de 2 drukste zijn.

De materiaal-baan commissie vertelt dat er overal zonwering is geplaatst dankzij de Stichting Marathon Schoorl.

Peter Robert vult aan dat er spullen verdwijnen, spullen worden nog wel eens op andere plaatsen gebruikt en worden vergeten om ze terug te brengen. Even een aandachtspuntje voor iedereen.

De baanwedstrijden commissie bestaat uit 4 leden. De doelstelling van de commissie is het organiseren van wedstrijden op de baan. Een groot succes was de pupillencompetitie. Het Heer en Meester circuit met 97 atleten en er waren 7 nieuwe baanrecords en een nieuw Nederlands records 65+ op het onderdeel verspringen gemaakt door Nova atleet Willem Schoone. Misschien kunnen we vanuit Nova meer aandacht schenken aan het Heer en Meester circuit, wie en waar het georganiseerd wordt. De clubkampioenschappen van de senioren was magertjes bezocht maar wel een gezellige geslaagde middag.

Van de jeugdcommissie neemt Nelina het woord. Er is afscheid genomen van Irene Glas, Mark Dekker heeft haar plaats ingenomen. Er worden op onze baan jeugd wedstrijden georganiseerd, o.a. de vrijdag avond wedstrijden. De zomercompetitie, waarbij 5 pupillen de finale haalde en bij de junioren 1 team de gebiedsfinale. De AU-crosscompetitie, de jeugdwintercompetitie waarbij kinderen een presentje krijgen als zij 7x meedoen. Ook was er een presentatie over atletiek voor ouders, helaas waren er maar 3 ouders aanwezig. Op de donderdag zijn er in december nog 3 pieten langs geweest, ook een zeer geslaagde middag.

Het bestuur bedankt de commissies voor hun inspanningen van het afgelopen jaar en wenst ze veel succes in het nieuwe jaar.

## Verslag kascommissie

Verslag van de kascommissie kwam van Joke Kramer en Theo Tesselaar zij meldten dat alles er goed uitzag en het jaarverslag kascommissie wordt goedgekeurd.

## Benoeming kascommissie

Theo Tesselaar gaat het voor het 2<sup>e</sup> jaar doen en Ruud Doodeman komt er voor het 1<sup>e</sup> jaar bij.

## Financieel jaarverslag

Het financieel jaarverslag heeft Yvonne verteld.

Jos Schalkwijk vraagt of de AU altijd zijn contributie verhoogd? Dit doet de AU altijd, zij gaan uit van de sportkosten levens onderhoud. Deze ligt altijd hoger als het gemiddelde levensonderhoud.

Nu krijgen wij elk jaar subsidie van de gemeente per jeugdlid. Niels Goudsblom vraagt of dit met de gemeente fusie zo blijft. T/m 2014 krijgen we subsidie van de gemeente Harenkarspel. We weten dat de gemeente Schagen aan TAS subsidie geeft.

Niels Goudsblom vraagt of we wel eens aan automatisch incasso hebben gedacht. Bv bij de nieuwe leden aangeven/verplichtstellen op het inschrijfformulier. Het bestuur neemt dit mee naar de bestuursvergadering.

Louis Suiker geeft aan dat we misschien kleding in de kantine kunnen ophangen met het adres van Truus Rood erbij. Er zijn namelijk nog steeds training t-shirts verkrijgbaar.

### **Contributieverhoging**

Het voorstel is om alle leden, zowel jeugd als de volwassene, te verhogen met 10,= en de wandelaars te verhogen met 5,=.

Matthijs geeft hierbij aan dat het misschien wel goed is als de rekening het zelfde is als wat er in de Noviteit staat. Jos Schalkwijk geeft aan dat dit komt omdat er nog niet bekend is wat de wedstrijdlicentie bij de bond gaat kosten. Misschien moeten wij dit afronden zodat het duidelijk is. Niels Goudsblom denkt dat automatische incasso goedkoper is. En vraagt wat de kosten zijn van de reclame borden. Het bord koop je op eigen rekening en daarna is het € 150,00 op jaarbasis met een contract van 3 jaar.

Na de vraag of de steunende leden gelijk blijven met de contributie gaat de vergadering akkoord met de contributie verhoging per 1 januari 2013.

### **Jaarverslag van de Stichting**

Nico Groot doet verslag namens de stichting. Nico geeft het financieel verslag, de balans van 2011 en de begroting 2012.

De nutskosten zijn wel erg gestegen maar deze is berekend van het verschot nota. Er wordt verwacht dat deze lager wordt.

Wim de Maree krijgt uitleg over het concept van de Stichting. Dit is de btw voordeel die een stichting heeft, wij als vereniging huren van de stichting.

Nico wordt hiervoor bedankt. De stichting is een zelfstandig orgaan en hoeft dus niet per se verantwoordelijkheid af te leggen aan de vereniging. Toch fijn dat ze dit gedaan hebben.

### **Aftredend en herkiesbaar**

René de Nijs en Piet Meijer zijn aftredend, zij worden door de vergadering herkozen.

Helaas niet herkiesbaar is Theo de Nijs. In de statuten staat dat in het jaar dat je 70 jaar wordt, je niet meer herkiesbaar bent. Na 32 jaar nemen we afscheid van Theo de Nijs, waarbij we nu al aangeven we Theo nog regelmatig vragen om ons te komen helpen.

Theo is medeoprichter van AV NOVA. Hij is nu het 4<sup>e</sup> erelid van onze vereniging.

Alle ereleden werden gevraagd of zij plaats wilde nemen onder de NOVA vlag. Waarbij Piet Stuijt aangeeft dat zij iets prominenter aanwezig mogen zijn binnen de vereniging. Truus onthult het bord met de NOVA sterren waarbij alle ereleden in ons logo zijn vastgelegd.

### **Rondvraag**

Rob van de schaatstrainings groep bedankt Nova voor de mogelijkheid die zij krijgen om 2x per jaar te trainen op onze baan.

Dirk-Jan Giskens bedankt de vereniging voor de attentie die hij kreeg omdat hij ingevallen was als trainer.

Hij is naar het AU-congres geweest, hij maakt hiervoor een leesbaar verslag

Jos Schalkwijk werkt op dat clubkleding verplicht is voor de wintercompetitie maar niet iedereen houdt zich hieraan, toch krijgen zij punten. Jos heeft wel gelijk maar "verplicht" kunnen we alleen maar promoten.

Jan Berkhout bedankt de mannen die er voor gezorgd hebben dat er in de winter getraind kom worden omdat de baan was schoongeveegd.

Truus Rood bedankt het bestuur en de commissie voor al het werk wat zij doen.

Riet vraagt of zij de kantine mag gebruiken voor een wandel/fiets GPS-cursus die Willem de Maree wil geven. De datum wordt nog bekend gemaakt.

### **Sluiting**

Om 21.45 uur wordt de vergadering gesloten.

# Wintercompetitie Heren

		lft	1. Agriport Wieringerwerf 7-10	2. Kermisloop Petten 21-10	3. Nova Boerenkoolloop 4-11	4. Garden Pleasure cross Anna P. 25-11	5. Lycurgusrus Krommenie 16-12	6. Strand-duinloop Castricum 6-1	7. Nosloop Schoorl AV Nova 20-1	8. GUS run Schoorl 10-2	9. Achtervolgingsloop Groet 10-3	10. Clubcross Nova 24-3	Bonuspunten	Totaal
1	Piet de Waard	56	89,65	84,54	93,26	90,44	92,27	93,35	94,26	10,00				647,77
2	Henry Hofmann	52	72,93	79,07	86,76	84,28	88,87	88,56	91,15	30,00				621,62
3	Arie Kossen	54	69,71	75,54	71,94	80,05	76,56	80,21	80,45	30,00				564,46
4	Rob van Andel	37	68,45	73,90	79,08	78,19	80,45	76,64	77,27	21,00				554,98
5	Ron Janssen	63	64,35		63,55	69,38	82,46	73,79	70,68					424,21
6	Frans Kroes	45	70,16	74,88	80,81		78,10	78,18		30,00				412,13
7	Theo Tesselaar	56		80,66		89,24	93,85	91,08						354,83
8	Johan Mink	67		40,67	58,88	60,35	52,91	55,05	59,88	10,00				337,74
9	Peter Robert	63	72,29		82,57	69,08	82,07			21,00				327,01
10	Matthijs de Groot	33		71,22		77,50	81,75		81,87	10,00				322,34
11	Peter Kruijer	58		64,64	73,36		75,79	71,91		21,00				306,70
12	Jos Schalkwijk	55			67,43	71,18	74,55		69,07	21,00				303,23
13	Pim vd Bulk	49			61,85		66,49	61,19	65,54	10,00				265,07
14	Bas Takens	19			79,32		81,86		72,95	10,00				244,13
15	Piet Stuyt	59	37,64	52,65				61,19	66,89	21,00				239,37
16	David Reijmerink	38		55,96	61,24	63,16	47,11			10,00				237,47
17	Ronald Vreeker	45		67,34	73,30				72,08	21,00				233,72
18	Tijs Hofmann	18	66,46	72,15	75,48									214,09
19	Ruud Doodeman	46				88,82			90,11	21,00				199,93
20	Jos Hoogeboom	43		84,55	88,14					21,00				193,69
21	Paul Blom	47			73,50				78,50	21,00				173,00
22	Dirk Jan Giskes	58				71,73	75,19			10,00				156,92
23	Peter Pronk	34			81,31					10,00				91,31
24	Henk Zut	41			66,33									66,33





# Wintercompetitie Dames

	Dames	lft	1. Agriport Wieringerwerf 7-10	2. Kermisloop Petten 21-10	3. Nova Boerenkoolloop 4-11	4. Garden Pleasure cross Anna P. 25-11	5. Lycurgusrus Krommenie 16-12	6. Strand-duinloop Castricum 6-1	7. Nosloop Schoorl AV Nova 20-1	8. GUS run Schoorl 10-2	9. Achtervolgingsloop Groet 10-3	10. Clubcross NOVA 24-3	Bonuspunten	Totaal
1	Nynke Barsingerhorn	35		79,45	66,43	79,75	84,37	65,60	62,21	10,00				447,81
2	Petra Rol	45	93,52	94,18		96,29			98,47	10,00				392,46
3	Isabelle Brus	37		80,20	71,10		82,37	65,47	59,81	10,00				368,95
4	Carol Rademakers	44	85,11		82,68		88,35	88,32		21,00				365,46
5	Emmie vd Bulk	49		72,99	46,82		74,96	46,89	49,60	10,00				301,26
6	Hilde Ligthart	40		72,17		73,17			49,94	10,00				205,28
7	Tannes Kruijer	56		77,67	84,59					21,00				183,26
8	Betsy Groen	56		70,88	41,25				44,56					156,69
9	Leonie Engels	35		82,23	73,71									155,94
10	Marieke Brakkee	51		55,97		55,12								111,09
11	Elles Pronk	41			67,60									67,60



Het leek me wel leuk om even een stukje in te sturen over Tom Hoogeboom.  
Zaterdag 19 Januari liep hij voor de tweede keer mee met de NK indoor wedstrijden in Apeldoorn.  
Hij werd daar derde op de 1000 meter met een tijd van 3:13.53, 4 sec sneller dan zijn PR  
Bijgevoegd twee foto s van Tom en zijn trainster Maaïke Tesselaar.  
Groetjes Miriam Hof



## Ontbijtloop voor de jeugd op zondag 17 maart 2013

Zondag 17 maart 2013 organiseert de jeugdcommissie van AV Nova de Ontbijtloop. Dit is een trainingswedstrijd voor de Nova jeugd en telt mee voor de jeugd wintercompetitie. Rondom en op de Nova accommodatie wordt een ronde uitgezet van ongeveer 1km. De pupillen (kinderen geboren in 2002 en later) lopen deze ronde één keer. De junioren (geboren in 1994 t/m 2001) lopen de ronde twee keer. Na de "wedstrijd" gaan we met alle deelnemers ontbijten in de Novakantine.

Wil je meedoen, dan moet je je vóór woensdag 13 maart opgeven bij [sylvia.groen@quicknet.nl](mailto:sylvia.groen@quicknet.nl). Dit in verband met de inkoop.

Zondag 17 maart kun je je vanaf 9.00 uur aanmelden en bij betaling van € 2,- krijg je je startnummer.

Om 9.30 uur beginnen we met de gezamenlijke warming-up. Daarna zal het startschot klinken.

We zouden het leuk vinden als de deelnemers in hun pyjama aan de start verschijnen.

Dus: Ontbijtloop zondag 17 maart aanvang 9.00 uur;

Opgeven voor woensdag 13 maart bij [sylvia.groen@quicknet.nl](mailto:sylvia.groen@quicknet.nl)

**Kosten € 2,-**

---

## Vrijdagavondwedstrijden 2013

Speciaal voor de jeugd organiseren we een aantal onderlinge wedstrijden, beter bekend als de Vrijdagavondwedstrijden. De eerste wedstrijd is op vrijdag **5 april 2013**. Een goede oefening voor het nieuwe baanseizoen.

Voor de nieuwelingen onder ons: vrijdag-avond-wedstrijden zijn wedstrijden tegen je trainingsmaatjes. Iedere keer, dit is altijd op een vrijdagavond, wordt er gesprint, doe je een springnummer (hoog of ver) en een werpnummer (speer/bal of kogel).

We sluiten de avond af met een 1.000/800/600 meter.

Aan deze wedstrijden zijn geen prijzen verbonden, maar gaat het erom dat je je eigen prestatie kan verbeteren.

De uitslagen van deze wedstrijden komen op de website [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl).

De deelname is gratis. Aan het einde is er voor iedereen drinken.

De kantine is ook open voor koffie, thee en iets lekkers.

De wedstrijden zijn gepland op:

Vrijdag 5 april 2013

Vrijdag 17 mei 2013

Vrijdag 7 juni 2013

Vrijdag 27 september 2013 De Nacht van Nova!!!

De trainingen gaan op deze vrijdagen niet door!!!

Om 18.15 uur kunnen jullie je opgeven en krijgen jullie een buiknummer. Zorg dat je er op tijd bent, dan kunnen we om 18.30 uur starten.

We hopen op een zeer grote deelname van onze Nova-jeugd.



Tot ziens op vrijdagavond 5 april 2013!



## Pupillencompetitie 2013

Ook deze zomer is er voor de pupillen weer een competitie, en wel voor:

Pupillen C (geboren in 2005)

Pupillen B (geboren in 2004)

Pupillen A (geboren in 2002 en 2003)

ook minipupillen (geboren in 2006) mogen meedoen. Zij doen mee met de pupillen C.

De competitie bestaat uit 3 voorronden welke worden gehouden op:

Zaterdag 13 april bij HERA in Heerhugowaard

Zaterdag 1 juni bij AV Noordkop in Den Helder

Zaterdag 29 juni bij AV NOVA in Warmenhuizen

Op basis van de beste 2 resultaten kan er eventueel mee worden gedaan aan de finale, die is op 14 september bij AV Edam, in Edam.

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

Opgave kan bij voorkeur per email, [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl), telefonisch mag ook, telefoon: 0226-395688, of, als derde mogelijkheid, door onderstaande strook in te vullen en in te leveren bij **Cor Wabeke, Leeuwerikstraat 1 te Warmenhuizen**.

Communicatie per email verdient écht de voorkeur daar ik dan ook alle informatie vlot per mail kan versturen.

Opgeven kan tot 3 april. De vereniging betaalt het inschrijfgeld van 3,50 euro. Geef daarom bijtijds aan als je niet mee kunt, dit scheelt de vereniging geld. Als je binnen 1 week vóór de wedstrijd afzegt (behalve in geval van overmacht) zal je worden gevraagd de kosten, die dan al zijn betaald, terug te betalen aan NOVA.

Voor vervoer/ begeleiding doen wij een beroep op de ouders. **Geef op de mail s.v.p. aan of je kunt rijden en/of een groepje begeleiden.** Opgeven daartoe kan ook op de aanmeldingsstrook. Als iedereen tenminste 1 datum opgeeft om te rijden/begeleiden kunnen we tot een redelijke verdeling komen. De wedstrijden beginnen om 11.00 uur. De eindtijd is afhankelijk van de organiserende vereniging. Informatie over de pupillencompetitie kunt u vinden op [www.atletiekcompetities.nl](http://www.atletiekcompetities.nl)

---

Aanmeldingsstrook (inleveren: Cor Wabeke, Leeuwerikstraat 1, email: [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl), , telefoon 0226-395688)

Naam:.....

Adres:.....

Woonplaats:.....

Telefoonnummer:.....Email adres:.....

Geboortedatum:.....

	Doet mee	Rijden	Begeleiden
Zaterdag 13 april in Heerhugowaard	0	0	0
Zaterdag 1 juni in Den Helder	0	0	0
Zaterdag 29 juni in Warmenhuizen	0	0	0







ClubCross 2013\_A4.pdf

## Uitslag Scholierenloop 10 februari 2013 tijdens Groet uit School Run

Samen met Le Champion en de Stichting Marathon School organiseerde onze vereniging op zondag 10 februari j.l. weer de scholierenloop als onderdeel van de Groet uit School Run. Deze scholierenloop was voor de basisscholen uit School, Bergen en wijde omgeving. Voor onze vereniging is het bijzonder leuk dat zoveel leden weer een prima prestatie neerzetten en in de top van het klassement eindigden.

De prijsuitreiking vond dit jaar ook weer plaats in de R.K. Kerk direct na de finish. Alle prijswinnaars mochten op het altaar hun prijs in ontvangst nemen. Prachtig dat de kerk op deze wijze ook gebruikt kan worden.

Hier volgt de uitslag van de individuele prijswinnaars in de verschillende leeftijdsgroepen:

### Meisjes 4, 5 en 6 jaar

1. Danique van den Berg	Teun de Jager	6.19
2. Meike de Moel	Torenven	6.42
3. Catelijne Jansen	d'Oosterkim	6.51

### Jongens 4, 5 en 6 jaar

1. Koen Bijl	Doorbraak	6.10
2. Bas Dekker	Doorbraak	6.10
3. Tijn Eriks	Doorbraak	6.48

### Meisjes 7 en 8 jaar

1. Joseline Schenk	Bosschool	5.48
2. Julia Vroom	Teun de Jager	5.49
3. Rijkje Nolting	Teun de Jager	6.00

### Jongens 7 en 8 jaar

1. Robin Nannes	Torenven	5.16
2. Brett Barsingerhorn	Torenven	5.17
3. Ivan Fontijn	Groeterschool	5.18

### Meisjes 9 en 10 jaar

1. Meike Kruijer	Barbaraschool	4.58
2. Lisette Doodeman	Torenven	5.04
3. Femke Wabeke	Torenven	5.20

### Jongens 9 en 10 jaar

1. Bas Hoogeboom	Torenven	4.31
2. Aris Beers	Torenven	4.42
3. Vincent Fontijn	Groeterschool	4.53

### Meisjes 11 en 12 jaar

1. Noek Nolting	Teun de Jager	5.14
2. Merlee Tamis	Petrusschool	5.39
3. Fem Saers	de Regenboog	5.40

### Jongens 11 en 12 jaar

1. Tom Hoogeboom	Torenven	4.16
2. Steven de Moel	Torenven	4.32
3. Max Smit	Teun de Jager	4.34

Het schoolklassement geeft een ander beeld te zien. Hierin komt duidelijk uit dat de scholen uit School/Groet erg goed scoorden omdat ze in bijna alle categorieën voldoende deelnemers hadden om veel punten te scoren.

Jammer dat de Barbaraschool uit Tuitjenhorn deze keer niet meer collectief medewerking verleende aan dit evenement. Gelukkig waren nog wel enkele inschrijvingen van leerlingen van deze school binnen gekomen. Wellicht is het mogelijk dat er volgend jaar een andere manier wordt gevonden om mee te doen. Onze vereniging heeft ook op deze school de nodige leden en sport is ook voor de jeugd belangrijk. Gezamenlijk meedoen met een dergelijk evenement werkt zeker stimulerend.



## Uitslagen Scholenklassement

1. Petruschool, Groet	2155
2. Teun de Jager, Schoorl	2070
3. d'Oosterkim, Schoorl	1960
4. de Torennen, Warmenhuizen	1691
5. Doorbraak, Warmenhuizen	1675
6. Groeterschool, Groet	1254
7. Willem Alexanderschool, Bergen	882
8. Bosschool, Bergen	548
9. Adriaan Roland Holtschool, Bergen	427
10. de Regenboog, Stroet	340
11. Barbaraschool	264

## Uitslag Groet uit Schoorl Run 10-2-2013

Frans Kroes	NOVA	30 kilometer	2:24:31
Henry Hofmann	NOVA	30 kilometer	2:26:38
Arie Kossen	NOVA	30 kilometer	2:26:39
Hans Bader	NOVA	21 kilometer	1:18:05
Ruud Doodeman	NOVA	21 kilometer	1:23:55
Rob van Andel	NOVA	21 kilometer	1:34:06
Paul Blom	NOVA	21 kilometer	1:33:52
Jos Hoogeboom	NOVA	21 kilometer	1:36:12
Carol Rademakers	NOVA	21 kilometer	1:37:53
Ronald Vreeker	NOVA	21 kilometer	1:45:20
Peter Kruijer	NOVA	21 kilometer	1:46:53
Peter Robert	NOVA	21 kilometer	1:48:58
Jos Schalkwijk	NOVA	21 kilometer	1:50:26
Piet Stuyt	NOVA	21 kilometer	1:53:49
Cjm Kieft	NOVA	21 kilometer	1:56:12
Bas Takens	NOVA	10 kilometer	39:42
Matthijs de Groot	NOVA	10 kilometer	39:53
Piet de Waard	NOVA	10 kilometer	40:41
Petra Rol	NOVA	10 kilometer	42:01
Jeske Hoogeboom	NOVA	10 kilometer	44:32
Dirk Jan Giskes	NOVA	10 kilometer	45:36
Pim van den Bulk	NOVA	10 kilometer	48:44
David Reijmerink	NOVA	10 kilometer	48:51
Isabelle Brus	NOVA	10 kilometer	50:50
Johan Mink	NOVA	10 kilometer	53:33
Emmie van den Bulk	NOVA	10 kilometer	57:13
Nynke Barsingerhorn	NOVA	10 kilometer	50:10
Mark Dekker	NOVA	10 kilometer	50:51
Frans Kauffman	NOVA	10 kilometer	57:27
Jeanine de Graaf-van Zijl	NOVA	10 kilometer	59:27
Karin Hofman	NOVA	10 kilometer	1:02:17

## Van harte gefeliciteerd alle jarigen van Maart en April

### Maart

01 Ger Schrijver  
01 Jess Massing  
01 John Vader  
01 Arie Durge  
01 Daan Groot  
03 Sil Groenveld  
04 Jasper Kroes  
04 Youri Dekker  
08 Jean-Paul Aubrun  
10 Joop Kooij  
12 Jeroen Gruijs  
12 Olga Jonker  
13 Tannes Kruijer  
13 Anouk van der Vlucht  
13 Margriet Prins  
14 Jim Kruiver  
14 Joke de Nijs  
14 Linda Blommaart  
14 Sjeff Ridder  
16 Dennis Backer  
18 Jelle Kaandorp  
20 Mandy Moerland  
22 Ad Ligthart  
27 Reinier Hoiveld  
27 Mark Nannes  
28 Karin Dekker  
30 Ilse Leegwater

### April

01 Christa van Driel  
02 Evaline van West-Ramack  
03 Esther van den Busken  
03 Margret de Boer  
03 Willem de Maaré  
03 Mariska Barsingerhorn  
05 Jan Karsten  
06 Sandra Jansen  
08 Aris Beers  
08 Sil van den Berg  
09 Ton Smits  
10 Herma Hofmann  
10 Pieter Dekker  
11 Ineke Horio  
14 Lisanne Schoone  
15 Rinus Molenaar  
15 Jens Pronk  
16 Mats Dekker  
16 Sara Prins  
16 Mick van der Velden  
17 Louis van den Berg  
17 Carlo Zutt  
17 Wilco van der Stoop  
18 Djessie Ligthart  
22 Edith Jong  
23 Janine van Baar  
24 Bianca de Boer  
25 Thea Keijzer  
26 Elly Mosch  
28 Papijn van Perge  
28 Nynke Barsingerhorn  
28 Rochus van Perge  
29 Antoinette Visser  
30 Ron Janssen

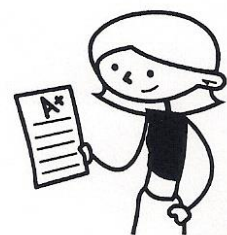
### ***We verwelkomen de volgende nieuwe leden!!***

Nel van Wijk  
Inge Bruyn  
Martijn Jorritsma  
Bert Buiten  
Peter van Buitenen  
Anne Schalkwijk (terug van weg geweest)  
Mireille Telgenkamp



## Portret van een Nova-lid

1. Hoe heet je?  
meike kruijer
2. Hoe oud ben je en waar ben je geboren?  
ik ben 9 JAAR en ik woon in kuitjenshoen
3. Op welke school zit je?  
St. barbara
4. Wat wil je later worden?  
in een restaurant of bar werken
5. Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?  
Riken kiki bijna 3 JAAR
6. Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?  
Rick en kiki ze zijn heel erg lief
7. Wat is jouw favoriete onderdeel?  
verspringen
8. Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?  
3.73 is het beste
9. Wie vind je erg goed op atletiekgebied?  
Tom hoogeloom en carlien wabeke
10. Wat is jouw favoriete tv-programma?  
Zack & Cody
11. Wat is je mooiste CD?  
nick en simon
12. Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?  
meeskees
13. Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?  
kippevel omdat ze gingen inbreken
14. Heb je nog meer hobby's?  
Handballen en voetballen
15. Waar heb je een grote hekel aan?  
zwie en pesten
16. En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?  
bregje dekkers



## Voorjaarswandeling op zondag 5 mei 2013.

Wandelen langs het Markermeer en de Gouwzee. Je onderdompelen in het oer-Hollandse verleden. Maar zeker ook genieten van de rust en de vogels. En een mooi boottochtje over de Gouwzee toe. Het kan allemaal in één wandeling.

Het is even doorstappen, (17 km wandelen) maar dan heb je ook wat !

Startplaats is Volendam. We lopen over de dijk naar Monnickendam. Hier is de koffie+gebak-stop. We volgen daarna de Zeedijk, bij Uitdam vervuilen we de oude dijk voor de nieuwe (1957) naar Marken. Op het eiland maken we een ronde door het dorp en gaan vervolgens richting de haven. Met de Marken Express varen we in een half uurtje weer terug naar Volendam (kosten boottocht € 6.50)



De Marken Express.

Neem broodje, flesje water, verrekijker, foto toestel etc. mee.

In verband met de organisatie van vervoer + koffiestop willen we graag opgave vóór 30 april.

Wil je ook vermelden of je wilt/kunt rijden en zo ja hoeveel mensen je mee kunt nemen.

Opgeven bij:

Peter en Marian Robert. E-mail [peter\\_marian\\_robert@planet.nl](mailto:peter_marian_robert@planet.nl) of tel. 06 48161285 / 0226-393338

## Novaweekend 12-15 april naar Buurse.

Wij organiseren het hardloop- en wandelweekend al bijna 30 jaar. De deelname loopt de laatste jaren echter terug.

Tot en met half februari hebben zich 20 deelnemers opgegeven voor het weekend naar Buurse. Er zullen daar zeker nog een paar bijkomen, maar het onderkomen is te groot (en daardoor te duur) voor zo'n kleine groep.

We boeken altijd een jaar van te voren de groepsaccommodatie, dat gaan we niet meer doen. Begin 2014 inventariseren we wie wil deelnemen aan het weekend en vervolgens zoeken we daar een onderkomen bij. Risico is dan wel dat het weekend iets duurder uit kan vallen. Mocht je ideeën over het weekend 2014 hebben vernemen we dat (nu al !) graag.

We gaan er in Buurse in ieder geval een mooi weekend van maken !

Peter en Marian. E-mail [peter\\_marian\\_robert@planet.nl](mailto:peter_marian_robert@planet.nl)

## Coopertest

Als je nog voor de zomer wilt weten hoe het met je conditie is gesteld nodigen wij je uit voor een Coopertest op donderdag 25 april. Neem vooral vrienden en bekenden mee, deelname is gratis ! Na afloop koffie / thee met koek.

De trainers

## Wandeltest

Ook wandelaars kunnen de conditie meten middels een wandeltest. Je loopt 2 km, na afloop wordt je hartslag gemeten. De tijd + hartslag + leeftijd vormen de basis voor de berekening van je conditie.

De test wordt georganiseerd op zaterdag 27 april om 9.30 uur op de Novabaan. Na afloop is er koffie / thee met koek.

Er is op die zaterdagmorgen géén duintraining. Uiteraard is de test ook voor de sportief wandelaars van de maandagmorgen.





## Wintersport 2013

Van vrijdagavond 22 februari t/m zondag 3 maart 2013 zijn we voor de 11<sup>e</sup> keer met Nova op wintersport geweest en wel naar Hotel Rodes, Ortisei, Val Gardena, Italië. Alle deelnemers zijn op tijd aanwezig op de parkeerplaats bij de Rabobank en na een goeie reis zonder noemenswaardig oponthoud komen we iets na 8 uur aan in zonnig Ortisei. Na het ontbijt kunnen we allemaal al naar de kamer. Dat valt mee, want oorspronkelijk zou er nog een groep uit Volendam aanwezig zijn waardoor wij pas 's middags de kamersleutel zouden krijgen.

Het hotel ligt 1000 m van het centrum en de liften. Het hotel beschikt over een eigen shuttle-busje waarmee we door Milos elke dag van en naar het centrum of de liften gebracht worden. Een geweldige service.

Wat wij van vorige bezoeken aan het hotel al weten (van de 2 Nova-wandelvakanties in de zomer van 2012) is dat de ober Slatan binnen de kortste keren de kamernummers (+ bijbehorende gezichten) uit zijn hoofd kent. Een echt een hoog 'weden dat-gehalte'.

Het hotel heeft een mooi zwembad, + Finse en Turkse sauna. Hiervan wordt vóór of na de apres-ski dankbaar gebruik gemaakt.

Na het ontbijt zaterdagmorgen gaat al een groep skiën, de anderen lopen naar het dorp, verkennen het mooie centrum en wandelen door het Annadal. 's Avonds na het eten wordt het ineens heel stil en ligt nagenoeg iedereen rond 21 uur op bed om de gederfde nachtrust van de busreis in te halen.

's Zondags deelt de groep zich op in verschillende ski-groepen, een langlauf- en wandelgroep. Het sneeuwt, maar dat mag de pret niet drukken.

Gedurende de week wordt het weer steeds mooier, elke dag wat meer zon en de laatste 2 dagen is er zelfs volop zon.

Het is een mooi skigebied (Super Dolomiti), 1200 km skipiste, waarvan 10% zwaar, 60% middel en 30% eenvoudig. De Sellaronde wordt door meerdere groepen geskied, maar ook de ronde Seceda, Plan de Gralba, Alpe de Sussi.

Wat langlaufen + wandelen: betreft, er liggen 130 km geprepareerde loipes en wandelwegen op het plateau van Alpe di Sussi. Ook is er een paar keer gewandeld op Reciasta naar het mooie uitzichtpunt 'Het Kruis' en door de bergen van en naar Selva.

Elke dag is het gezellig après skiën en 's avonds spelletjes doen. We zijn met 48 deelnemers, waarvan een enkeling luidruchtig kan zijn.... Een flink kabaal dus, maar dat mag de pret niet drukken.



Gerrit Schrijver en Willem Blom zijn deze week jarig en dat is natuurlijk gevierd met een kadootje én drankjes.

Er is deze week gelukkig geen noemenswaardige malheur geweest, wel waren er jammergenoeg aan het eind van de week een paar zieken. Oh ja, en Kees Hof is flink uit zijn skibroek gescheurd is (teveel genoten van het heerlijke eten ...?)

Ook is het de week van 'tassen'. Zo laten Margreet en Peter Bruijn een tas met skischoenen achter in Warmenhuizen, laat Marian Robert haar rugtasje 's morgens buiten op tafel liggen, laat Jose Meijer haar tas in de lijndienstbus staan en bij thuiskomst blijft de koffer van M en P Bruijn op de parkeerplaats achter. Daar blijft overigens ook een tas met skischoenen, handschoenen

en helm staan waarvan we nog niet weten van wie die tas is.

We vertrekken op zaterdagavond rond 18.30 uur uit zonnig Ortisei en komen na weer een heel goeie reis rond 9 uur thuis in een somber Warmenhuizen. Over een paar weken zal de reunie zijn in het clubgebouw van Nova. Er is dan een compilatie van de foto's te zien, een hapje en drankje én we hebben nog een afsluitend diner.

Samengevat:

Het was een heel mooie vakantie met goed weer, veel ski- langlauf en wandelmogelijkheden, mooi en goed hotel met prima personeel en bovenal een super reisgezelschap !

IJs- en wederdienende gaan we over 2 jaar weer.

Peter en Marian







## Bevrijdingsvuurestafette

Beste sportcollega's,

Even een berichtje van een TAS'82 collega met het verzoek dit via een interne mailing, als dat mogelijk is, aan alle AV NOVAhardlopers te sturen. Ik ben eind vorig jaar gevraagd, door de stichting '40-'45 in Schagen, het Bevrijdingsvuur (met een aantal hardlopers) van Wageningen naar Schagen te brengen. Start 5 mei tussen 00.00 uur –01.30 uur in Wageningen. Ik wil graag een peiling doen onder de hardlopers van onze vereniging TAS'82 en AV NOVA, omdat we nu in dezelfde gemeente wonen en horen hoeveel atleten beschikbaar en bereid zijn mee te doen.

### Wat is de Bevrijdingsvuurestafette?

In de nacht van 4 op 5 mei vindt jaarlijks de Bevrijdingsvuurestafette plaats. Dit jaar vieren wij 68 jaar vrijheid en wordt de Bevrijdingsvuurestafette voor de 68e keer georganiseerd. Voorafgaand aan de estafette is er een ceremonie op het 5 mei plein in Wageningen. Tijdens deze ceremonie wordt het Bevrijdingsvuur ontstoken, waarna de loopgroepen het Bevrijdingsvuur door heel Nederland verspreiden. Het Bevrijdingsvuur is het symbool voor leven in vrede en vrijheid. Het Bevrijdingsvuur is



van Bayeux van de stranden van Normandië via Eindhoven, door de atletiekvereniging Pallas '67, in estafettevorm naar Wageningen gebracht. De bedoeling is om in het begin van de middag 5 mei op de Markt in Schagen te zijn, en de vlam ontsteken. De afstand die afgelegd wordt is ca. 150 km, afhankelijk voor welke route wordt gekozen. Als je mee wilt doen met deze estafette stuur dan een mail aan Co Wiskerke [j.wiskerke@quicknet.nl](mailto:j.wiskerke@quicknet.nl) Zie ook: <http://www.4en5meiwageningen.nl/Bevrijdingsvuurestafette>

Sportieve groet, Co Wiskerke, TAS'82, 06-51777836

## Evenementen kalender

Op zondag 17 maart 2013 is het een goede dag om alvast met de lente te beginnen. Dan wordt voor de 24e keer de Runnersworld Spaarnwoudeloop gehouden in het prachtige recreatiegebied Spaarnwoude rond de kanobaan en over de skiheuvel. De start is bij boerderij Zorgvrij (Genieweg 50, 1981 LN Velsen-Zuid). Er is een ruim aanbod van afstanden die je kunt lopen: de kinderloop van 1500 m., de 5 km voor de jeugd en beginnende lopers. Voor de geofende lopers hebben we een grote ronde van 10 km en nieuw: de halve marathon. Voor degene die in de voorbereiding is voor een voorjaarsmarathon zijn is er de 30 km.

Voor de Novawintercompetitie komen de laatste topontmoetingen eraan. De achtervolgingsloop en de clubcross staan garant voor sportiviteit en gezelligheid. Voor de laatste informatie is het goed om de Nova-site in de gaten te houden. Dit jaar wordt er vanaf maandag 15 t/m vrijdag 19 april de Novawandelvierdaagse gehouden. Er kan gekozen worden uit de afstanden 5 of 10 kilometer. Voor elke avond is er een zo aantrekkelijk mogelijk parcours uitgekiend in onze fraaie omgeving. Op de vrijdagavond is er natuurlijk weer de feestelijke binnenkomst met muziek van de harmonie. Het wordt dus weer heel gezellig die week in en rond Tuitjenhorn en Warmenhuizen. Echt een gemoedelijk evenement om het gehele gezin aan mee te doen. Het organisatievermogen van de club is de komende periode ongekend want verder staan er ook diverse vrijdagavondwedstrijden voor de deur voor de jeugd en de niet te missen Ontbijtloop voor de jeugd. In maart hebben wij op woensdag de 13e ook nog het jaarlijkse atletiekgala. Het atletiekgala is in de Harenkarspelhal en start om 14.00 uur. Iedereen is van harte welkom! Verder we hebben naast mooie wandeltochten het onstuitbaar gezellige Nova weekendje uit voor de boeg, geef je snel op bij Peter en Marian.

### Maart

09-03 Jeugd-cross in Bakkum Crosscompetitie Atletiekunie finale voor Noordwest Nederland van de crosscompetitie 2012-2013. [www.avcastricum.nl](http://www.avcastricum.nl)  
09-03 Halve van de Waal, Texel. Afstanden: 21,1, 10.6 en 5 km. Vervoer vanaf de boot.  
10-03 Achtervolgingsloop Groet Verzamelen bij de fam. vd Bulk, Reigeweg 12 Groet, start wedstrijd: 10:00 uur. Nova Wintercompetitie  
17-03 Runnersworld Spaarnwoudeloop 10, 21,1 en 30 km. [www.spaarnwoudeloop.nl](http://www.spaarnwoudeloop.nl)  
17-03 Nova ontbijtloop voor de jeugd. Geef je vóór woensdag 13 maart bij [sylvia.groen@quicknet.nl](mailto:sylvia.groen@quicknet.nl)  
24-03 Nova clubcross met aansluiten brunch. Afsluiting Nova Wintercompetitie

### April

01-04 Paaspolderloop Nieuwe Niedorp, 5 en 10 km en jeugdlopen. [www.paaspolderloop.nl/](http://www.paaspolderloop.nl/)  
01-04 18e open Zaans kampioenschap 10 Engelse mijl, Krommenie, AV Lycyrgus 10 EM, 5 en 10 km en 7.5 km wandeltocht en jubileumestafette info: [www.avlycyrgus.nl](http://www.avlycyrgus.nl)  
05-04 Vrijdagavondwedstrijden, voor de jeugd Novabaan  
07-04 Rokjesdagloop, Amsterdam, alleen voor vrouwen 5 of 10 km. [www.rokjesdagloop.nl](http://www.rokjesdagloop.nl)  
07-04 Grootebroek, Kloetloop 10 of 16,1 km SAV, [www.savatletiek.nl](http://www.savatletiek.nl)  
07-04 Brijderloop, Alkmaar, 5 of 10 km, AV Hylas, [www.avhylas.nl/](http://www.avhylas.nl/)  
13-04 Halve van Den Helder wandeltocht [www.halvevandenhelder.nl](http://www.halvevandenhelder.nl)  
14-04 Halve van Den Helder 13,7km of 21,1km. [www.halvevandenhelder.nl](http://www.halvevandenhelder.nl)  
15-04 t/m 19-04 Nova wandelvierdaagse 5 of 10 km voor jong en oud. [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)  
28-04 Duin-bollenloop, 5 of 10 km, AV Noordkop, [www.noordkopatletiek.nl/](http://www.noordkopatletiek.nl/)  
26-04 Vierwindenloop, Spierdijk, wedstrijd & recreatieloop, 3,6 en 10 km, AV Hera

### Mei en later

05-05 Nova Voorjaarswandeling Wandelen langs Markermeer en Gouwzee. Info zie elders  
17-05 Vrijdagavondwedstrijden, voor de jeugd Novabaan  
02-06 Marathon Hoorn. 42.2 ,21.1, 10 en 5 km 750 mtr en 1.5 Km Kidsloop. [www.hoornmarathon.nl](http://www.hoornmarathon.nl)  
07-06 Vrijdagavondwedstrijden, voor de jeugd Novabaan  
02-06 Marathon Hoorn. 42.2 ,21.1, 10 en 5 km 750 mtr en 1.5 Km Kidsloop. [www.hoornmarathon.nl](http://www.hoornmarathon.nl)

