

OKT. 1990

REDAKTIONEEL

Vier typomachines ratelen, De lucht van rode lak is nog sterker dan die van de werklucht. Het kleine beetje ruimte op tafel dat nog over is staat vol met glazen frisdrank en bakken chips. De gesprekken gaan over de laatste nicuwtjes en over dat rode spul waar dat is en of even door gegeven mag worden, Kortom het is weer redactieavond,

Gelukkig was er volop kopy, en konden we met vol goede moet aan de slag. Het resultaat is er dan ook naar een krant vol interessant leesvoer afkomstig van ons vast koppeltje schrijvers. Natuurlijk Ger met zijn beroemde schrijversnieuws, Taxen met van de voorzitter, Dirk met een stukje over de wintercompetitie en Piet met bestuursmededelingen en uitslagen. Kortom genoeg om een tijdje bezig te zijn. De volgende krant verschijnt rond kerst. We verwachten hierin dan vele wedstrijdverslagen van de Warandaloop in Tilburg waar natuurlijk iedereen heengaat. Kopy inleveren bij een van de redactieleden.

VAN DE VOORZITTER

Geweldig nazomerweer, alles beweegt alles gaat, springt, zingt of trint.

Waar je vijftwintig jaar geleden geen levende ziel tegen kwam in het hele duingebied als wij met het oude groepje hardlopers er doorheen trokken, breekt je nu bijna je benen over jong en oud die tegenwoordig aan het crossen joggen en fietsen slaan. Heel positief dat wel. Meer vrije tijd en iedereen slaat zijn vleugels of zijn kanopaddels uit. En zo werd de triathlon in St Maartensbrug voor de Novaploeg toch nog een Quatralon want zwemmen kwam er ongevraagd bij. Ook weer zo'n evenement om de clubsfeer wat op te vijzelen, het was erg slecht weer, wat het geheel niet ten goede kwam.

De winterkompetitie is ook weer begonnen probeer allen mee te doen de kans is er, het aanbod is groot genoeg om de juiste wedstrijden er uit te pikken. Geef je op tijd op als je mee wilt naar Tilburg. "De Warandaloop" is ook voor de kompetitie; let wel, snel parkours bij droog weer. Verder is er op 4 november weer de halve marathon en een week later de eerste crosskompetitielooptocht rond het novaterrein vrijwilligers meld u, alvast bedankt en tot schrijfs.

Taxen.

HALVE MARATHON

Zondag 4 november organiseert onze vereniging voor de 10 de keer een wedstrijd en trimloop over een halve marathon. Voor degene die dit te lang vinden is er ook een kwart marathon of een loop over ongeveer 4 kilometer.

De start is om 11 uur op de oostewal en we hopen op een grote opkomst, ook van NOVA leden. Degene die niet meelopen vragen wij om te helpen bij de organisatie want om zonsvenement te organiseren en goed te laten verlopen moet er veel werk verzet worden. Vooral op de dag zelf. Op de meeste kruisingen moeten posten staan om de lopers de juiste weg te laten lopen en het v rkeer op de wedstrijd te wijzen. Als bestuursleden een beroep op jullie doen dan hopen we dat jullie willen helpen. We hopen dat het weer een sportief hoogtepunt voor onze vereniging wordt en dat de prestaties goed zullen zijn.

Iedereen tot ziens op 4 november.

JONGENS C 1e IN DISTRICTSFINALE !

Voor het eerst in de geschiedenis van het bestaan van NOVA is een competitieploeg eerste geworden in de finale van een districtskompetitie. Deze werd op 8 september gehouden op de kunststafbaan Elzenhagen te Amsterdam.

Na drie voorwedstrijden stonden we op de eerste plaats. De vijf beste ploegen gingen over naar de finale.

Deze wedstrijd moesten we het zonder Jorg Ootjers doen, die een eervolle uitnodiging had voor een interland tegen Westfalen. Met versterking van de nieuwe leden Chris Pronk en Peter Hof, werd het een bijzonder spannende wedstrijd.

Met nog twee onderdelen te gaan stonden we nog derde de stand was toen:

1 BAV 5527 punten

2 Zaanland 5374 punten

3 Nova 5188 punten

Een erg ruime achterstand. Na het discuswerpen was de stand:

1 BAV 5913 punten

2 Zaanland 5860 punten

3 Nova 5761 punten

We hadden wel wat goed gemaakt maar toen "Red" op de 100m.

12.7 liet afdrukken geloofden we er niet meer in. Hij bleef ver verwijderd van zijn beste tijd (12.0) ondanks zijn voorspelling dat het sneller zou gaan.

Voor de derde plaats moesten we toch wachten op de prijs uitreiking. Jammer vonden we omdat het nogal laat werd.

Groot was onze verbazing toen de ploeg als eerste naar voren moest komen omdat ze eerste was geworden. Een vergissing dachten we en er werd helemaal niet gejuicht. We stonden perplex. Toch was het echt waar, met 11 punten voorsprong op Zaanland werden we kampioen in de tweede klasse. De einduitslag werd:

1 Nova 6433 pnt

2 Zaanland 6427 pnt

3 BAV 6410 pnt.

4 Hollan 6123 pnt.

Voor dit prima resultaat zorgden

PETER, LARS, MAARTEN, en RONALD 4x100 in 51,50

LARS BARSIN 100m horden 20,8

800m 2.23.1

ARNOUFT RUIJTER 1500 m 4.31.1

PETER HOF 1500 m 4.35.2

RONALD VAN HECHE 100m 12,7

Hoog 1.55

Chris Pronk ver 4.13

speer 33,73

Maarten Pronk kogel 9.46

Diskus 36.84

Hartelijk gefeliciteerd jongens en de begeleiders Björn en Sven Bedankt.

Dit verhaal schreef ik direct na thuiskomst. Groot was dan ook mijn verbazing toen ik enkele dagen later de officiële uitslag las nl. 1 BAV, 2 Nova, 3 Zaanland resp met 6539, 6433 en 6427 pnt De fout zat in de 100 meter. Op de eerste uitslag stond BAV op 14.1 en op de officiële op 13.1 Jammer toch een vergissing maar evengoed een prima resultaat. De prijs is overigens nog niet teruggevraagd.

Piet van de Velle.

SCHRIJVERSNIEDUWS

Ondanks dat de eerste sneeuwvlok nog lang niet is gevallen is toch de wintercompetitie weer van start gegaan.

Ikzelf was wat slecht voorbereid door een ongelukje op mijn werk (voor de nieuwsgierige, ik was van de steiger afgevallen)

Na een paar keer te hebben gelopen durfde ik het toch aan om aan de start te verschijnen,

Daar stonden we dan met de Nova-clan in Bergen te popelen aan de start voor een bosloop van 10 km.. Onze sponser stond aardig te gloimen toen de blauwe gevaren van start gingen om de clubkleuren te verdedigen. Het parcours was pittig zwaar zo voor de eerste keer een hoop zand en heuvels. Ik was rustig vertrokken vanwege me blessure waar ik everigens door het zachte parcours weinig last van had. Alleen op de heuveltjes begon mijn knie wat te tokkeren. Dus moest ik even dimmen en vlogen ze me links en rechts voorbij. Ik liep nou met mannen die normaal achter me aan hobbelen maar nou was het al moeilijk om hun bij te benen.

Zoals Rene de Nijs, die kon ik in het begin moeilijk volgen maar halverwege was het toch gebeurd met hem. Ik heb Rene waarschijnlijk te veel opgejaagd, sorry Rene, je moet je van mij niks aantrekken hoor, gewoon je eigen tempo lopen, dat deed ik ook deze keer. Want Ben probeerde het ook bij me maar daar trapte ik niet in, dus Ben ook weer blij dat hij me der afliep. Jan de Nijs flitste me ook nog voorbij die vond het natuurlijk prachtig dat hij toch een keer voor me was. En ook Joop en Peter wisten me ook nog te pakken maar toen Leo in zicht kwam werd het me toch te gortig dus moest ik in de laatste kilometer toch nog even de beuk er in gooien om die ouwe fietsebroeder achter me te houwen wat dan toch nog lukte. Vlak achter Leo kwam ons nieuwe Novalid Dirk Meyer, die met zijn debuut aardig scoorde en dat is toch niet gek voor onze rokende medesponser.

Willem Keesoom en Taxen deden het heel goed door beide een tweede plaats in de wacht te slepen. De donderdag erop was Peter zeker niet tevreden over ons want we moesten voor straf nog even een coopertest lopen. Ik dacht weer eens lekker te trainen op de novabaan en dan moet je je twaalf minuten uit de naad lopen. Ik dacht vooruit dan, maar dan wel in de eerste (iets minder snelle groep). De eerste paar rondes liep ik met Sid op, maar die bleek weer in zijn goeie doen. Hij is al weer

vervolg Schrijversnieuws

aardig op zijn oude niveau want hij ging me veel te hard en moest ik hem toch laten gaan. Maar na zo'n coopertest weet je toch waar je aan toe ben.

De zaterdag erop moest er nog gewerkt worden op het Novaterrein. Het was wel een zielige vertoning te bedenken dat er donderdag dik veertig man op komt dagen en stonden we daar zaterdagochtend

met amperan een handje vol spitters te zwoegen en te zweten. Ik wil voortaan geen smoesjes horen van ik heb geen tijd ik moet bohang n of de tuin ok spitten dat komt ook niet op een week aan.

Toch hebben we de klus weten te klaren. Uitvoerder Piet meyer hield ons pittig aan de gang en samen met hoofdvoerder Piet Stuyt had ik de oer om de laatste 20 meter drempel er in te leggen. Dus als

jullie van start af de baan oplopen denken jullie maar even aan Piet en Ger want die hebben daar flink der best gedaan en Sjaak Nicks en Sven ook bedankt voor jullie inzet

Tot Schrijfs Ger

VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN VERJAARDAGEN

Wij wensen de volgende personen een prettige verjaardag en nog vele jaren toe;

- November 4 Glen Fronk
- November 7 Aron Boomsma
- November 12 Nils Barsingerhorn
- November 15 Joop Meyer
- November 17 Theo de Nijs
- November 18 Marjo Ruiter
- November 25 Kees v.d. Vaart
- November 29 Jasper Rood
- November 30 Viktor Horstman
- December 4 Richard Toorenent
- December 5 Everdich de Vet
- December 7 Freck Schulp
- December 10 Margo v.d. Winden
- December 10 Nils Trentelman
- December 11 Björn Kutt
- December 12 Rene de Groot
- December 21 Lisa Modder
- December 28 Jan van Vonder
- December 30 Nel de Jong
- Lotty Pijper

Training weekenda senior en junior n AB 1991

(Maat van de maald, 's avonds voor het ter p rto gaan van de Nova krant gekontracteerd !)

Na Wlieland, Texel, Borschelling, p e en Markerlo gaan we deze keer naar Ameland. De vol van 19 t/a 21 april 1991.

We brengen het weekend door op k i p o e r b o e r i j de Witte Oep. Deze bo rd o r i j ligt in de duinen, in een schitterend natuur- gebied, op twee kilometer afstand van het strand.

De oversteek met de boot van Holwerd is plm 45 min. Op 19 april zullen we plm. 18.00 uur vertrekken, op woensdag zullen we in de vooravond weer thuiskomen.

De kosten zijn nog niet helemaal bekend, maar zullen zo ongeveer rond de 80 gulden liggen.

Zoals gewoonlijk is hierin alles inbegrepen, zoals vervoer, overtocht met de boot, fietsenhuur, 2x overnachting, 2x diner, 2x ontbijt/brunch, koffie, thee, hapjes, drankjes.

In de volgende novskrant komt een aanmeldingsformulier, echter het max. aantal deelnemers is gesteld op 45. Als je dus nu al weet dat je meegaat, geef je dan op bij het trainingsweekend-commité P. + M. tel 02269-3338

p.s. Als er mensen zijn die naar de boot willen fietsen, de afstand is plm. 125 k.m. !

Peter en Marian.

DEELNAME AAN DE INTERNATIONALE WARANDALOOP IN TILBURG OP 25NOVEMBER

Waarom heel naar Tilburg voor de Wintercompetitie?

Dit idee kwam van het nieuwe lid van de winterkompetitie commissie Leo Suiker. Hij wilde voor een "lopie" wel eens wat verder weg. Echt een dag uit met de hele vereniging, van pupil tot veteraan ! Ook het bestuur wilde nog wel wat doen, dit in het kader van het 10 jarige bestaan van NOVA.

De warande-loop is in de Nova kringen niet onbekend. In de beginjaren van Nova gingen zij er ook met een bus naar toe. Dit is door de jaren heen wat verwaterd. Daarom is dit een poging om deze traditie in ere te herstellen. Het is een crossloop. Geen loodzwaar parcours. De loop bestaat uit een proloog van 1800 meter en verder rondjes van 1800 m. Er is dus voldoende gelegenheid om elkaar aan te moedigen. Verder staat er een grote tent om wat te gebruiken of om in te schuilen (hopelijk niet nodig).

Ook krijgen we de kans om een veld met toplopers aan het werk

te zien (de prominentenloop) en is studiosport aanwezig om het een en ander vast te leggen.

Iedereen start in zijn eigen categorie. Wij willen dus met een bus naar Tilburg gaan. De tijd van vertrek willen we nog even openlaten.

Na afloop van de prominente race vertrekken we weer uit Tilburg en zijn dan om plm. 17.30 uur weer thuis.

Supporters c.q. aanhang mogen ook mee (Als er genoeg plaats is in de bus !)

De kosten voor de bus zijn ongeveer f 5,- per persoon. De vereniging betaalt de rest van de bus, en het inschrijfgeld. Bovendien mag wel vermeld worden dat ook de organisatie van de warandaloop een gedeelte van de bus betaalt.

Wij en het bestuur rekenen op een grote deelname, desnoods gaan we met twee bussen!

Gaarne vóór 5 november a.s. opgeven bij fam. Peter en Marian tel 3338

Het w.k. comité P., M. en Leo, en hoofdjurylid Anneke.

////////////////////////////////////
Voor de volledigheid geven we hier nog even het programma van de wintercompetitie.

Datum	Naam loop	Aanvang	Dames	Heren
28-10	Parkloop Heiloo	10.30	6km	12km
25-11	Warandeloop Tilburg			
16-12	Duincross Den Helder	11.10	5km	10km
6-1-90	10 eng. mijl Castricum	10.30	10 km	16,1 km
27-1-91	Midwinterduinloop Egmond Binnen	10.30	7,7 km	16 km
10-02-91	Geestmerambachtloop	10.30	12 km	12km
17-03-91	Marathon Schoorl	11.45	21 km	21km

Het reglement is als volgt:

- Categorieën Dames, Heren t/m 39, Heren vanaf 40 jaar.
 - Van te voren melden bij Anneke het hoofdjurylid met vermelding van categorie.
 - Dragen van clubkleding is verplicht. De shirts zijn bij tuincentrum Rubra te verkrijgen
 - De beste vier resultaten tellen.
 - Doe je niet aan 4 wedstrijden mee, dan wordt je uit de eindrangschikking geschrapt.
 - Het bestuur van Nova heeft voor ieder winnaar uit de bovengenoemde categorie een taart beschikbaar gesteld.
- Een succesvolle competitie toegewenst namens de wintercompetitiekommissie.

Leo Suiker, Peter en Marianne Robert en hoofdjurylid Anneke Smit.

De wintercompetitie ging op: zondag 7 oktober weer van start met een bosloop van de schaatstrainingsgroep Bergen. De deelname van de Novaleden was groot, allen gestoken in het blauw kwam de Novatrein goed op gang, maar het wedstrijdverslag laat ik verder aan Schrijversnieuws Gerrit over, die de koers ondanks de zware inspanning feilloos kan analyseren. De dag ervoor waren er ook weer diverse Nova-leden in de slag in St. Maartensbrug. Daar moest gestreden worden in een groepstriathlon met als onderdelen: 4 km. lopen, 16 km. fietsen en 4km. kanoën in een Canadees. Onze ploeg bestond uit Marjan, Peter, voorzitter Theo de Nijs en Dick Smit.

Het startschot viel diep in de namiddag onder bulderende weersomstandigheden. Tegen een stevige zuidwesterstorm in moest er langs de grote sloot naar Burgerbrug gelopen worden. Hier werd dan weer opnieuw gestart voor het volgende onderdeel: het fietsen.

Marjan kreeg regelmatig een stevige mannenhand tegen haar achterste aangedrukt, die haar dan met kracht naar voren duwde. Dit hield het tempo hoog en ze vond het ook een prettige ervaring. Als laatste onderdeel dan in de Canadees.

Dit ging lekker voor de wind en we voeren enige ploegen voorbij die wat minder koersvast waren. Maar helaas na de finisch verslapte de concentratie en sloeg het noodlot toe. De hele zaak sloeg om. De temperatuur van het water viel me danig tegen en als verzopen katten kropen we de kant op onder het gelach van de omstanders.

Dit was dan het slot van een uniek evenement, zeker voor herhaling vatbaar.

Dick Smit.

Na mijn laatste dinsdagavondtraining, die ik altijd met veel plezier mocht doen, ondanks een soms klein aantal loopsters, werden wij de volgende dag verrast door een bakker die een enorme taart kwam brengen als dank voor de trainingen met als afzender de meiden van de dinsdagavondgroep.

Meiden, hij was heerlijk en namens iedereen van de fam. v.d. Berg onze hartelijke dank.

LOUIS.

UITSLAG 1e WEDSTRIJD WINTERKOMPETITIE AV NOVA

Schaatstrainingsgroep Bergen.

Heren 10 k.m. :

		<u>Tijd</u>	<u>Punten</u>
1.	Wim Keesom	37:55	50 -
2.	Theo de Nijs	40:45	50 V.
3	Willem Dekker	41:05	49
4	Gerben Bctman	41:06	48
5	Nils Trentelman	41:43	47
6	David v.d. Welle	41:55	46
7	Niek Barsingerhorn	42:35	49 V.
8	Dick Smit	42:45	48 V.
9	Ben Mosch	43:15	45
10	Jan de Nijs	43:40	44
11	Jan Keesom	43:50	47 V.
12	Joop Meijer	44:10	43 -
13	Peter Robert	44:20	46 V.
14	Ger Schrijver	44:29	42 -
15	Leo Suiker	45:00	45 V.
16	Dirk Meijer	45:20	44 V.
17	Hans de Jong	45:32	43 V.
18	Jaap Nieuwland	47:30	42 V.
19	Louis v.d. Berg	47:33	41 V.
20	Rene de Nijs	47:40	41 -
21	Jan Karsten	47:50	40 V.
22	Nico de Nijs	48:13	40 -
23	Piet v.d. Welle	48:38	39 V.
24	Kees Mosch	48:39	39 -
25	Nico Pronk	51:19	38 V.

Dames 5 k.m.

1	Marian Noltten	22:59	50
2	Marian Robert	24:53	49
3	Judith Ligthart	24:59	48
4	Nel Meijer	25:26	47
5	Everdien de Vet	25:56	46
6	Miriamv.d. Welle	26:09	45
7	Loes Suiker	28:03	44
8	Marian van Wonderen	30:33	43

Peter, Marian, Leo, Anneke

M v/d BERG

BOUWBEDRIJF

- * NIEUWBOUW
- * VERBOUW
- * ONDERHOUD

Goudsboer 11
Telefoon 02269 - 2693

1749 BM Warmenhuizen
Fax 02269 - 4154

SCHILDERWERK HOEFT NIET TE
DUUR TE ZIJN

Voor al uw

ISOLATIEGLAS en
BEHANG- en SPUITWERK

Vraag geheel vrijblijvend prijsopgave bij

STRAK & KANTIG



De Cres 4
Warmenhuizen
Telefoon 02269 - 1998

Adviesburo: Wil de Groot

Beuninge 16 - 1749 BR Warmenhuizen - 02269-3074

VERZEKERINGEN HYPOTHEKEN FINANCIERINGEN

SPAREN PENSIOENEN BELASTINGADVIEZEN

Een goed advies betaalt zichzelf!



BESTUUR

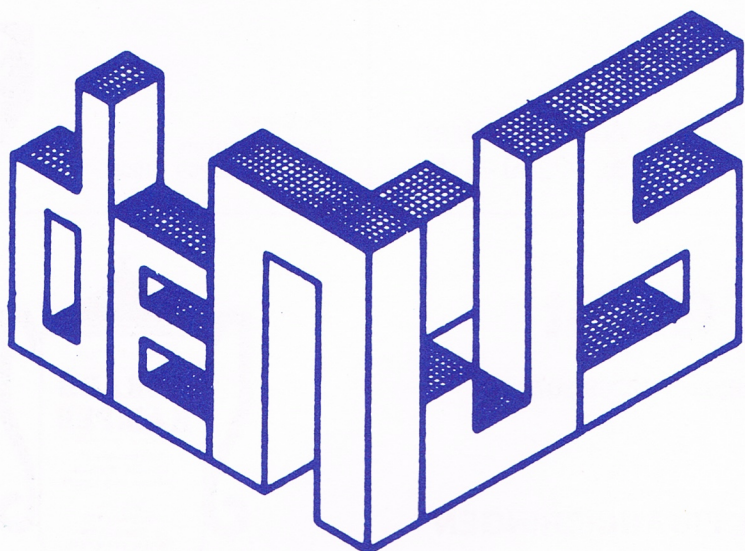
Theo de Nijs	De Baan 33, Warmenhuizen (voorzitter)	1964
Piet v. d. Welle	Sportlaan 20, Warmenhuizen (secretaris)	2339
José Meijer-Schipper	Beuninge 78, Warmenhuizen (penningm.)	2922
Joop Nota	Dorpsstraat 71, Tuitjenhorn	1602
Glen Pronk	Langedijker 23, Warmenhuizen	1838
Truus Rood	Pimpelmeesstraat 11, Warmenhuizen	2036
Piet Meijer	Oudewal 7, Warmenhuizen	1424
Kees van der Vaart	Westfriesedijk 47, Krabbendam	2568
Piet Stuyt	De Kloet 3, Tuitjenhorn	3177

REDAKTIE NOVAKRANT

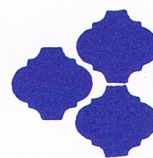
Sjaak Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Koos Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen	1433
Anja Pronk-Dekker	Fabrieksstraat 20a, Warmenhuizen	3434
Truud Dekker-Boekel	Kalverdijk 29, Kalverdijk	2869
Mariska Tesselaar	Stationsstraat 81, Warmenhuizen	3600
Paul Dekker	Posthoorn 21, Warmenhuizen (illustr.)	1433
Silvia Nannes	Alingterp 14, Warmenhuizen	1213
Karin Roozendaal	Rijperweg 54, St. Maarten	2814



**Bouwbedrijf
M.J. de Nijs en Zn. B.V.
Warmenhuizen**



**NIEUWBOUW
VERBOUW**



TEGELZETBEDRIJF

THEO DE NIJS

Uw adres voor alle
tegelwerkzaam-
heden met
vrijblijvende
prijsofgave

**Baan 33
Warmenhuizen
Tel. 02269 - 1964**

**Supermarkt
HOOGBOOM**

Eigen inkoop op de veiling van groenten en
fruit. Wij snijden onze groenten zelf en
gebruiken GEEN kleurstoffen.

Dagelijks verse aanvoer van zuivelproduk-
ten. Brood van de warme bakker.

Voordelig winkelen door middel van altijd
laag geprijsde artikelen.

Planten en bloemen.

Ook verzorgen wij graag uw fruitmand
of levensmiddelenpakket voor elke
gelegenheid.

AMBACHTELIJKE SLAGERIJ

LEO DE PEE

Dorpsstraat 38 - Tuitjenhorn
Telefoon 02269 - 1354

"DE SMIDSE"

H.J. Heman
Warmenhuizen
Dorpsstraat 158 - Tel. 1223

HUISHOUDELIJKE ARTIKELEN
RIJWIELEN
SANITAIR
CENTRALE VERWARMING
GAS- EN
WATERLEIDING-
INSTALLATEUR
KADO-ARTIKELEN

**EIGEN
SERVICE-WERKPLAATS**

VITTORIO

SPORT, TOUR en RACEFIETSEN

Grote kollektie

SPORT en RACEKLEDING

**SPORHUIS
JAN GROOT**

Houttil 2, Alkmaar (bij Waagplein), Tel. 072 - 11 61 27



TOTAALOVERZICHT COOPERTESTEN AV NOVA 1990

HEREN	1990	1989	1988	1987	1986
1. Wim Keesom	3750 m	-	-	-	-
2. Gerben Botman	3500 m	-	-	-	-
3. Ronald Schipper	3490 m	-	3300 m	-	-
4. Nils Trentelman	3450 m	3468 m	-	-	-
5. Theo de Nijs	3403 m	3407 m	3449 m	3425 m	3443 m
6. Joop van Stralen	3403 m	3347 m	-	-	-
7. David van der Welle	3400 m	3320 m	-	3060 m	-
8. René de Nijs	3400 m	3250 m	-	-	-
9. Pieter Jongeneel	3395 m	3520 m	3400 m	-	-
10. Jan de Nijs	3375 m	-	-	-	-
11. Sid Smit	3325 m	-	3488 m	3500 m	3580 m
12. Sjaak Nannes	3315 m	-	-	-	-
13. Jaime Hüls	3310 m	-	-	-	-
14. Ger Schrijver	3300 m	3296 m	3420 m	3440 m	3560 m
15. Ad Ligthart	3285 m	3310 m	3025 m	-	-
16. Piet Meijer	3260 m	3302 m	3195 m	3360 m	3475 m
17. Hans de Koning	3260 m	3257 m	-	3290 m	3175 m
18. Leo Suiker	3242 m	3255 m	3431 m	3380 m	-
19. Dirk Meijer	3240 m	-	-	-	-
20. Bobbes de Ruijter	3230 m	3337 m	3245 m	-	-
21. Louis van de Berg	3150 m	-	-	-	-
22. Kees Meijer	3150 m	-	-	-	-
23. Jaap de Jong	3127 m	2976 m	3034 m	-	-
24. Jan van Wonderen	3125 m	-	3231 m	-	-
25. Piet Stuijt	3088 m	3150 m	3125 m	3190 m	3190 m
26. Ton Duimel	3035 m	3095 m	3031 m	-	-
27. Jan Karsten	3000 m	3004 m	-	2980 m	2943 m
28. Frank Kaandorp	2990 m	-	-	-	-
29. Louis Suiker	2975 m	-	-	-	-
30. Nico de Nijs	2938 m	2817 m	-	-	-
31. Piet van der Welle	2804 m	2943 m	2947 m	2925 m	2972 m
32. Bert Oosting	2800 m	-	-	-	-
33. Hans Ofman	2730 m	-	-	-	-
34. Nico Jongejan	2685 m	-	-	-	-
35. Peter Zomerdijk	2670 m	2768 m	-	-	-
36. Kees Jagtenberg	2663 m	-	-	-	-
37. W. Drost	2595 m	-	-	-	-

Parcoursrecord: 25 september 1986 Jos Hoogenboom 3760 m

DAMES

	1990	1989	1988	1987	1986
1. Truus Rood	3075 m	3075 m	-	-	-
2. Marian Nolten	2975 m	2925 m	2800 m	2755 m	-
3. Petra Rol	2837 m	-	-	2855 m	2788 m
4. Mira Bruin	2740 m	2637 m	-	-	-
5. Marian Robert	2730 m	2725 m	2717 m	2660 m	2585 m
6. Mirjam van der Welle	2655 m	-	-	-	2300 m
7. Nel Meijer	2650 m	2557 m	2525 m	2500 m	2375 m
8. Simone te Buck	2650 m	2600 m	-	-	-
9. Letty Pijper	2631 m	2711 m	-	-	-
10. Everdien de Vet	2625 m	2632 m	-	-	-
11. Trees Pronk	2585 m	2731 m	2485 m	2400 m	-
12. Margret de Boer	2563 m	-	-	-	-
13. Greet Trentelman	2500 m	-	-	-	-
14. Margret Dekker	2450 m	-	-	-	-
15. Loes Suiker	2390 m	-	2462 m	2570 m	2570 m
16. Marjan van Wonderen	2265 m	2255 m	2354 m	-	-

Parcoursrecord: 20 juni 1985 Truus Rood 3170 m.

LEEFTIJD

		onder 30	30-39	40-49	50 plus
Uw conditie is:					
zeer slecht	M	0-1600	0-1500	0-1400	0-1300
	V	0-1500	0-1400	0-1200	0-1100
slecht	M	1600-2000	1500-1900	1400-1700	1300-1600
	V	1500-1800	1400-1700	1200-1500	1100-1400
redelijk	M	2000-2400	1900-2300	1700-2100	1600-2000
	V	1800-2200	1700-2000	1500-1900	1400-1700
goed	M	2400-2800	2300-2700	2100-2500	2000-2400
	V	2200-2700	2000-2500	1900-2300	1700-2200
zeer goed	M	2800-3200	2700-3100	2500-2900	2400-2800
	V	2700-3100	2500-2900	2300-2700	2200-2600
uitstekend	M	3200-3600	3100-3500	2900-3300	2800-3200
	V	3100-3500	2900-3300	2700-3100	2800-3000

Al diegenen die een langere afstand lopen dan het maximale wat in hun tabel aangegeven staat hebben een buitengewoon goede conditie.

UITSLAGEN CLUBKAMPIOENSCHAPPEN

De clubkampioenschappen werden dit jaar onder goede weersomstandigheden afgewerkt en er werd op vele fronten sportief gestreden. Hier volgen de uitslagen:

Meisjes pupillen c

1000 m

1. Elke de Koning	282 pnt	4.44 min	1e
2. Karin de Vries	245	5.05	2e
3. Paula Tijn	78	5.12	3e

Meisjes pupillen b

1000 m

1. Jorinde Schrijver	724 pnt	4.20 min	1e
2. Bjorg Trentelman	445	4.22	2e
3. Elles Stuijt	370	4.54	3e

Meisjes pupillen a

1000 m

1. Marije Duvivier	619 pnt	4.22 min	1e
2. Esther Smit	580	4.30	2e
3. Fleur Weijers	452	5.09	5e
4. Marielle Pronk	451	4.32	3e
5. Liza Modder	397	4.34	4e

Jongens pupillen c

1000 m

1. Menno Ligthart	664 pnt	4.41 min	3e
2. Klaas van Wonderen	548	4.01	1e
3. Kees van Wonderen	209	4.32	2e
4. Arthur Horstman	191		

Jongens pupillen b

1000 m

1. Henri Ruiter	876 pnt	4.38 min	5e
2. Richard de Dreu	772	3.56	1e
3. Bart van Rooijen	696	4.33	4e
4. Freek Schulp	665	4.01	2e
5. Sander van Hecke	647	4 10	3e

Jongens pupillen a

1000 m

1. Bert Pronk	1032 pnt	4.01 min	5e
2. Reinout Schrijver	1027	3.46	1e
3. Frank Ligthart	1000	3.53	3e
4. Ivar Rood	883	-	
5. Ruben Boomsma	875	4.16	7e
6. Richard Toorenent	834	4.22	10e
7. Pieter Dekker	819	4.20	9e

1000 m

8. René de Groot	798 pnt	3.50 min	2e
9. Matthijs de Groot	768	3.58	4e
10. Bart Ligthart	754	4.25	11e
11. Victor Horstman	602	4.02	6e
12. Sven Dekker	435	4.46	12e
13. Joeri Pronk	241	4.19	8e

Meisjes C

1. Natasha Paarlberg	2216 pnt		
2. Yvonne Biersteker	2165 "		
3. Dagny Trentelman	2151 "		
4. Sisca Pronk	1518 "		
5. Liza Meijer	889 "	geblesseerd uitgevallen.	

Meisjes B

1. Silvia Kruijer 2807 pnt.

Jongens D

1. Ruud Pronk	2653 pnt
2. Gijs Bregman	2467 "
3. George Nieuwland	2448 "
4. Jasper Rood	2237 "
5. Haakon Horstman	2171 "
6. Arnold Suiker	1722 "
7. Peter Pronk	1309 "

Jongens B

1. Jeroen Paarlberg	4114 pnt
2. Sven Ootjers	4019 "

Meisjes A

1. Kirsti Ootjers	2859 pnt
-------------------	----------

Heren

1. Ted Smit (J.A.)	3459 pnt
2. Aad Ligthart	2386 "
3. David van der Welle	2028 "
4. Hans de Koning	1992 "
5. Rik Strooper	1946 "
6. Nico Pronk	1884 " 1e vet.
7. Piet Meijer	1848 " 2e vet

Jongens C

1. Jorg Ootjers	4885 pnt
2. Ronald van Hecke	4179 "
3. Maarten Pronk	3808 "
4. Peter Hof	3561 "
5. Chris Pronk	3357 "

Dames

1. Nelina Bruin	3352 pnt
2. Petra Rol	2431 "
3. Everdien de Vet	2195 "
4. Truus Rood	1868 "
5. Trees Pronk	1846 "
6. Marian Robert	1220 "
7. Nel Meijer	784 " (gedeeltelijk meegedaan)

8. Jan de Nijs	1805 pnt
9. René de Nijs	1789 "
10. Ronald Schipper	1412 " ged. meeged
11. Niels Trentelman	1382 "
12. Theo de Nijs	1264 " 3e vet.
13. Jan van Wonderen	930 " 4e vet
14. Ger Schrijver	707 " Ged. meeged

HOI JONGELUI.

Het is nu maandagmiddag, heerlijk weer buiten, maar er is me gevraagd een stukje te schrijven voor de Novakrant, voor maandagavond, dus het moet nu dus maar. Veel nieuws is er niet, het meeste is jullie al bekend, maar als ruggesteuntje nog even dit.

Zondag 4 November organiseert Nova de jaarlijkse $\frac{1}{2}$ marathon.

De jeugd kan hier ook aan meedoen, men kan de 4 km. lopen.

Misschien wel leuk om eens te proberen. Voor de crosscompetitie kan men zich opgeven aan de trainers. De data hiervoor zijn: 10 november op het Nova terrein, 8 december naar Castricum en 12 jan: '91 naar Alkmaar.

De Warandaloop in Tilburg, op zondag 24 Nov., daar gaan we met de bus naar toe, je kan meedoen of als supporter meegaan. De onkosten zijn f5,-

Donderdag 1 Nov. gaan we voor de training naar de "Harenkarspel" hal.

Denk vooral aan schone schoenen en vooral geen zwarte zolen.

Enkele atleetjes hebben beloofd wat leuks te schrijven.

Jammer, dat jullie niets hebben gebracht. Maar wie weet de volgende keer.

Tot ziens allemaal.

Greeten Nel.

CROSSCOMPETITIE.

In navolging van de senioren willen we proberen dit jaar voor de jeugd een cross competitie te houden.

Deze wedstrijden vallen buiten de competitie van de KNAU en gelden dan ook allen voor Nova jeugdleden.

De wedstrijden die hieronder staan aangegeven zullen ook worden gelopen door de dames en de heren senioren van Nova zodat deze dan bezocht zullen worden door de complete Novafamilie.

De uitgezochte wedstrijden zijn:

Zondag 28 Okt. '90	Parkloop Heiloo	Afst. 3 km.	Start 10.30
Zondag 6 jan. '91	AV Castricum	Afst. 4 km.	Start 10.30
Zondag 27 kan. '91	Egmond-Binnen	Afst. 4,7 km.	Start 10.30
Zondag 10 Februari '91	Geestmerambacht	Afst. 3 km.	Start 10.30

Wat regelsregels.

Voordat je start dien je je te melden bij Anneke Smit die nl. de volgorde van binnenkomst hij zal houden. Het dragen van clubkleding is vanzelfsprekend. Voor de einduitslag tellen de beste 3 resultaten.

De eerste binnenkomende krijgt 50 punten, de volgende 49 etc. ect.

Stande zullen worden doorgegeven tijdens de training en in het clubblad.

Bij de senioren is de eerste prijs een taart, voor de jeugd zal ook voor de winnaar een prijs beschikbaar worden gesteld. De inschrijfgeld zullen zelf betaald dienen te worden.

Graag vernemen we of je belangstelling hebt om aan deze competitie deel te nemen, dit ook i.v.m. het regelen van het vervoer.

Met spoed in te leveren op de training of bij Louis v.d. Berg,

Oostwal 89. Nog vragen ?? Stel ze op de training.....

NAAM wil graag deelnemen aan de crosscomp.

ADRES..... WOONPLAATS.....

LEEFTIJD..... JONGEN/MEISJE

In navolging van de senioren, die reeds de eerste loop in Bergen achter de rug hebben willen we met de jeugd ook een viertal kortere lopen organiseren, daar er in de winterperiode buiten de normale trainingen weinig te beleven is op het atletiekfront. Tijdens de training is hiervoor een formulier uitgereikt maar voor diegenen die of niet op training waren, of het formulier op een of andere manier kwijt zijn geraakt zit in deze nova krant dit schrijven nog een keer. Wil je meedoen, vul het dan zo snel mogelijk in, en breng het naar het inleveradres. De deelname bij de senioren was de eerste keer formidabel, bijna alles blauw wat er liep, dus met een flink aantal jeugleden wordt het nog een g

LOUIS.

UITSLAGEN DIVERSE WEDSTRIJDEN

13 Juli '90 instuif AAC/ADA te A'dam

Kirsti Ootjers	MA	100 m.	13.2	1e
Silvia Kruier	MB	800 m.	2.19.5	1e
Nelina Bruin	Dame	800 m.	2.21.1	
Petra Rol	Dame	800 m.	2.46.5	
Mira Bruin	MA	ver	4.29	

15 Augustus '90 instuif AVA '64 te AALSMEER

Silvia Kruier	MB	400 m.	1.00.8	1e
Peter Hof	JC	1500 m.	4.36.6	6e

26 aug. '90 Ver. Spaarbank Promotie wedstr. te Hoorn

Jeroen Paarlberg	jb	300 m h	42.53	2e
Silvia Kruier	MB	800 m	2.16.13	1e
Ted Smit	JA	400 m	50.15	1e
Sven Ootjers	JB	Hoog	2.03	1e
Jeroen Paarlberg	JB	Hoog	1.95	2e

25 en 26 Aug. '90 C-spelen AAC te A'dam

Arnoud Ruiter	JC	1500 m	4.23.43	
Peter Hof	JC	1500 m	4.31.36	
Jorg Ootjers	JC	300 m.h	45.85	
		Speer	41.64	
		Hoog	1.85	1e
		Polshoog	2.40	

31 Aug. '90 instuif Hera te H.H.Waard

Ronald v Hecke	JC	100 m.	12.5	
Jeroen Paarlberg	JB	200 m.	24.8	
		Hoog	1.85	2e

Vervolg uitslagen

Landelijke finale meerkamp 29/30 Sept. Bergen op Zoom AV Spado

Voor deze landelijke finale werd Jorg Ootjers uitgenodigd. Hij behaalde een eervolle 4e plaats met de volgende resultaten:

100m. 12.8ver 5.59..... kogel 12.35.....hoog 1.85
100 m.h 15.5..... diskus 37.66.....speer 42.62.....1000m 3.00.0
totaal 5532 pnt

Oproep om assistentie bij jeugdtrainingen

Sinds enkele jaren hebben wij trainersondersteuning van de bond. Ben Klappe traint een gedeelte van de pupillen en junioren op de donderdagnmiddag van 4 tot 6 uur en de laatste tijd ook wat extra na 6 uur. De kans is groot dat bij het ondersteunende werk voor onze vereniging moet beëindigen omdat er ook andere verenigingen een beroep op de bond doe. Hoewel we vorig jaar twee van onze trainers konden feliciteren met het behalen van het JAL diploma (jeugdathletiekleider) zitten wij toch dringend om assistentie en aanvulling te springen voor de jeugdgroepen. Zijn er misschien onder de ouders of andere leden mensen die willen helpen tijdens de training neem dan contact op met het bestuurslid Joop Nota. Het zou bijzonder jammer zijn als onze veelbelovende jeugd niet die aandacht krijgt die ze nodig heeft. Eigen vaardigheid is geen vereiste. Er zijn wel vakkrachtig aanwezig, maar wil de training tot zijn recht komen dan moeten de groepen zoveel mogelijk gesplitst worden. Natuurlijk wil het bestuur ook graag de helpende hand bieden aan degenen die zich eventueel wat zouden willen volgen. Een voorwaarde is dit zeker niet. Misschien is het iets voor de oudere jeugd. Wij hopen dat deze dringende oproep gevolg zal hebben.

Het Bestuur.

CROSSKOMPETITIE 90/91

De crosscompetitie staat weer voor de deur en net zoals vorig jaar organiseren wij zelf op zaterdag 10 november de eerste wedstrijd. De Competitie is voor alle junioren en voor de pupillen A B en C dus iedereen die is geboren in de jaren 1972 t/m 1983. In totaal komen er van 14 verenigingen ruim 500 jongens en meisjes. De competitie gaat over 3 wedstrijden t.w. 10 november 1990 Nova

8 December 1990 Catricum

12 Januari 1991 Alkmaar

9 Maart Finale te Grootebroek

Er wordt een persoonlijk en een ploegenklassement gemaakt. Voor de eindrangschikking gelden de beste twee resultaten. Om mee te doen voor het ploegenklassement moesten er in iedergeval 3 loper(sters) mee doen per categorie. Naar de finale gaan de beste 5 geklasseerde verenigingen en de 20 hoogst geklasserden in het individueel klassement. We hopen dat veel Novaleden meedoen. Geef je op tijd op bij de trainers of de wedstrijdsecretaris Piet van de Welle.

Vervoeg

Sven Ootjers JB Hoog 1.95 1e
 Distriktsmeerkampkampioenschappen 1 en 2 Sept. Suomi te Santpoort.

Jorg Ootjers JC 100 m. 12.9
 ver. 5.70
 Kogel 12.18
 Hoog 1.85
 100 m.h 15.4
 Diskus 35.42
 Speer 46.78
 1000 mtr. 3:02.1 Totaal 5546 pnt. 3e pl.

Renovatieloop 2 sept. '90 te Schagen

Vok de Wit 10 km. 37.29.06 30e
 Niels Trentelman 38.35.07 34e
 Ben Rofekamp 34.52.03 5e Vet. 1 A

16 Sept. '90 GAC te Hilversum

Sven Ootjers 110 m.h 15.6 1e hoog 2.00 1e
 Jeroen Paarlberg 300 m.h 43.21 1e hoog 1.90 2e

21 sept. '90 Instuif Hera te H.H. Waard

Nelina Bruin Dame 100 m. 13.1 1e
 Kirsti Ootjers MA 100 m. 13.5 1e
 Silvia Kruier MB 800 m. 2.13.9 1e
 Peter Hof JC 800 m. 2.13.5

22 Sept. '90 Meerkampen Suomi te Velsen

Jorg Ootjers jc 100 m. 12.7
 ver 6.04 (2273 1e
 hoog 1.70
 Ronald v Hecke 100 m 12.4
 Ver 4.97 2040 4e
 Hoog 1.60
 Jorg Ootjers JC Kogel 12.31
 Hoog 1.60 (1054 5e
 Diskus 26.90

Op 2 Sept. was er de 5 distrikten jeugd ontmoeting te Groningen, georganiseerd door Argo. Hieraan namen van onze vereniging deel:

Silvia Kruier MB 1500 m. 1e 4.43.19
 Ted Smit JA 800 m. 2e 1.56.82

ONDERDEEL	BESTAANDE RECORDS	NIEUWE RECORDS OVER 1 ^e HELFT 1990
MEISJES C. diskuswerpen	19,66 m. LAURA SUIKER	20.76m. NATASCHA PAARLB. 16-06-90
MEISJES B. 800m. 1000m. 1500m.	2.18.20 SILVIA KRUYER 3.00.00 SILVIA KRUYER 4.47.47 SILVIA KRUYER	2.14.24 SILVIA KRUYER 10-06-90 2.55.89 SILVIA KRUYER 30-05-90 4.38.96 SILVIA KRUYER 13-05-90
MEISJES A. 800m. 1000m. 1500m.	2.26.00 NELINA BRUIN ----- 5.09.30 MANDY DE NIJS	ZIE MEISJES B. ZIE MEISJES B. ZIE MEISJES B.
DAMES 800m. hoogspringen verspringen kogelstoten	2.22.40 NELINA BRUIN 1.50m. NELINA BRUIN 4.45m. MANDY DE NIJS 9.08m. EVERDIEN DE VET	2.20.10 NELINA BRUIN 20-05-90 1.55m. NELINA BRUIN 20-05-90 4.53m. KIRSTI OOTJERS 20-05-90 9.25m. EVERDIEN DE VET 17-06-90
JONGENS C. 4x100m. 100m. horden hoogspringen verspringen kogelstoten diskuswerpen 8-kamp	51.50 ----- 18.00 SVEN OOTJERS 1.90m. JEROEN PAARLB. 5.54m. JEROEN PAARLB. 11.97m. NILS PRONK 30.16m. DAVID V/D WELLE 4052p. SVEN OOTJERS	RONALD V. HECKE LARS BARSINGERH. MAARTEN PRONK JORG OOTJERS 19-05-90 50.80 IDEM 16-06-90 15.40 JORG OOTJERS 30-06-90 15.30 JORG OOTJERS 30-06-90 1.90m. even. JORG OOTJERS 19-05-90 1.91m. JORG OOTJERS 16-06-90 5.68m. JORG OOTJERS 28-04-90 12.21m. JORG OOTJERS 09-06-90 35.44m. JORG OOTJERS 02-06-90 35.94m. JORG OOTJERS 10-06-90 53--p. JORG OOTJERS 9/ 10-06-90
JONGENS B. hoogspringen	1.90m. JEROEN PAARLB.	1.92m. SVEN OOTJERS 28-01-90 1.94m. SVEN OOTJERS 11-02-90 1.95m. SVEN OOTJERS 11-05-90 2.00m. SVEN OOTJERS 13-05-90 2.02m. SVEN OOTJERS 10-06-90
JONGENS A. hoogspringen	1.70m. EDWIN DE GEUS	ZIE JONGENS B.
HEREN 100m. 400m. 1500m. speerwerpen	11.80 BOB HAANAPPEL 53.90 BOB HAANAPPEL 4.11.80 HANS NIJMAN 50.00m. BOB HAANAPPEL	11.40 FRANK KAANDORP 17-06-90 50.00 TED SMIT 06-06-90 4.10.10 TED SMIT 17-06-90 50.08m. BOB HAANAPPEL 20-05-90 51.56m. BOB HAANAPPEL 17-06-90
HEREN VETER. kogelstoten	8.68m. GLENN PRONK	9.20m. GLENN PRONK 17-06-90

Gelezen.....

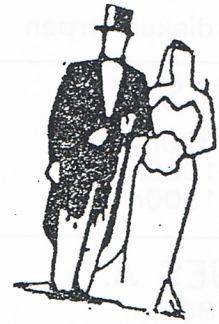
d.d. 25 oktober 1990

Weer contract voor Rooks

(Van onze verslaggever)

ALKMAAR — Na een contract bij de wielploeg van Jan Raas tekende Steven Rooks gistermiddag een andere verbintenis. In Broek in Waterland trad hij in het huwelijk met zijn levensgezellin Mariska Tesselaar.

Slechts de naaste familie en enkele goede vrienden, onder wie collega-renner Gert Jan Theunisse, waren uitgenodigd voor een intiem feest in restaurant Neeltje Pater te Broek in Waterland. Na afloop van het bruiloftsfeest vetrok het paar voor een huwelijksreis naar Malaysia.



Mariska en Steven
van Harte Gefeliciteerd
en een voorspoedige koers

CLUBRECORDS A.V. NOVA

Hierbij treft U dan weer het overzicht van de gebroken records aan. Ditmaal zijn het de clubrecords over het 1^e half jaar van 1990, i.p.v. een heel jaar overzicht. Ondanks dat is het toch weer een hele lijst geworden en op het moment van uitwerken zijn er al weer heel wat nieuwe records gevestigd. Maar deze bewaren we nog even tot januari 91, dus doe nog even je best want er kunnen er nog meer bij.

Piet Stuyt

Z.O.Z.