

# Noviteit



september/oktober 2021

*Jeugdcompetities '21/22*

Winter & Cross

*Mini-triatlon*

*Isabelle, David & Frans*

*De Alpe Adria Trail*

*Suzan Nieman*





Loodgietersbedrijf- en leidekkersbedrijf  
**L.F. STAM & ZN. BV**

Zinkmeester

Lid van de Ned. Ver. voor leidekkers

Gespecialiseerd in: Lood, koper, lei- en zinkwerk  
Renovatie en restauratie  
Sanitair en installatiewerk

Tel.: 0226-392597  
Bregweid 6 Warmenhuizen

**multicopy the  
communication  
company** HEERHUGOWAARD  
ALKMAAR



**DÉ PARTNER  
VOOR AL UW  
COMMUNICATIE  
UITINGEN**

W.M. DUDOKWEG 10 | 1703 DB HEERHUGOWAARD | 072-5760990



**FREE-D-SIGN**  
RECLAME EN VORMGEVING



Vormgeving • Sign & Visuals  
Events & Outdoor • Indoor & Styling

**FREE-D-SIGN.NL**

**TOON BEENTJES**  
**TWEEWIELERS HEEMSKERK**

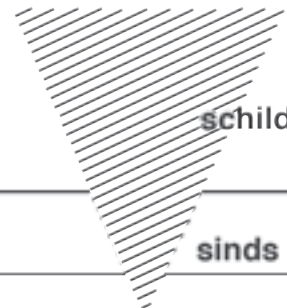
**BROMFIETSEN**

Cornelis Groenlandstraat 6c  
Heemskerk  
T 0251 243583  
www.Toon-Beentjes.nl

**FIETSEN**

Maerelaan 2c  
Heemskerk  
T 0251 232250  
www.Toon-Beentjes.nl

Schildersbedrijf  
**PRONK**



schilders

sinds 1920

Oudewal 7 Warmenhuizen  
Telefoon (0226) 394828 / 06-22416357

**KAPSALON  
Nathalie**

Leeuwerikstraat 25  
1749 VC Warmenhuizen  
**T (0226) 390208 M 06 43732544**

afspraak@kapsalonnathalie.nl

**www.kapsalonnathalie.nl**



**APK en Onderhoud**  
Peter Dekker  
**in-verkoop auto's**

C. de Vriesweg 49  
1746 CM Dirksborn  
T (0224) 55 22 82  
F (0224) 55 26 90

# In deze Noviteit

Pagina 36

Overzicht Wintercompetitie Jeugd

Pagina 37

Overzicht Crosscompetitie Jeugd

Pagina 30

PR'tjes verzamelen

Pagina 32

De Alpe Adria Trail

## *En verder....*

NOVA informatie	4
Verjaardagen / Nieuwe Leden	7
Van de Vice-Voorzitter	10
Rabo Clubsupport	11
De Grote Clubactie	11
Optimale Sportbeleving	12
PietPraat	16
Clubkampioenschappen	17
Boerenlandwandeltocht	18
Atletiek Geschiedenis	19
Jong Blauw Nieuws	20
Wandelnieuws	27
Nachtmerrie in de Polder	28
De Kantine is weer open	29
Afmeldingen	29
Clubkampioenschappen Jeugd	35
Evenementenkalender	38

**De Novaredactie**      **novakrant@hotmail.com**

Ruud Doodeman  
Elles de Groot  
Karin Hofman  
Martijn Jorritsma

Heel lang moest de sporter noodgedwongen individueel de conditie op peil houden, mede met behulp van Nova zoom-sessies. Maar nu mogen we weer aan de gang met hele andere, vertrouwde sessies! Wel is het nog enigszins met de handrem erop. Dat mag de sportpret echter zeker niet drukken. De crosscompetitie voor de jeugd, de bosloop, de Boerenkoolloop, Boerenlandwandeltocht en de clubkampioenschappen staan weer op de agenda. Dit zien we in dit nummer via wervende aankondigingen terug. Intussen is ook Jong Blauw met zeker 5 bladzijden van hoog niveau aanwezig in dit blad, net zoals met alle respect de afdeling Oud Blauw (Piet Praat) Er komt zo -met inachtneming van het Corona-beleid-- weer wat heerlijk verantwoorde reuring op onze accommodatie.

In dit nummer hebben we als extraatje een exclusieve voorpublicatie van een regionale bekende schrijfster die bovendien al jaren lid is van onze club. Het is een fragment wat aanzet tot verder lezen. Een andere verrassende inbreng zijn de belevenissen van Suzan Nieman bij een lange trail door het berggebied van Italië, Slovenië en Oostenrijk. Na een tijdje leven in beperkte Corona-bewaring voel je bij het lezen hiervan de levenslust en het gevoel van vrijheid door de aderen stromen. Machtig om dit te mogen meebelevan.

Iedereen weer bedankt voor alle inbreng voor deze Noviteit en veel leesplezier namens de redactie!

**Groeten van Ruud**

# Novabestuur

Naam	e-Mail	Telefoon	
Petra Taams	pdtaams@gmail.com	06 52845447	Voorzitter
Jos Hoogeboom	jos.hoogeboom@outlook.com	0226 72 3039	Vice-voorzitter
Margo Hogervorst	margohogervorst@outlook.com	06 14112595	Secretaris
Carlo de Moel	carlodemoel@quicknet.nl	0226 72 0115	Penningmeester
Nelina Bruin	nelina@kpnplanet.nl	0226 39 2209	
Maaïke Tesselaar	maaiketesselaar@hotmail.com	06 22217397	
Bram Berkhout	brambo_berkhout@hotmail.com	06 5090 8367	
Novakantine	Oostwal 33 Warmenhuizen	0226 39 1082	

## Trainingstijden

Maandag	Vertrek bij Zandspoor	Trainer
09.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Peter Robert
18.00 tot 19.00	<b>Novabaan</b> Clubavond pupillen	Verschillende trainers
<b>Dinsdag</b>	<b>Novabaan</b>	<b>Trainers</b>
19.00 tot 20.30	Clubavond junioren	Verschillende trainers
19.30 tot 21.00	Senioren/masters	Jan Berkhout
19.30 tot 21.00	Atleten van 2001-2004	Jorg Ootjers
<b>Woensdag</b>	<b>Novabaan</b>	<b>Trainers</b>
18.00 tot 19.00	Atleten van 2009	Carlien Wabeke
19.30 tot 20.30	Start to Run	Joshua de Vriend
19.30 tot 20.30	Krachtraining	Bram Berkhout, Emma van der Pal
<b>Donderdag</b>	<b>Novabaan</b>	<b>Trainers</b>
17.00 tot 18.15	Senioren/Masters	Annemiek Suiker
18.15 tot 19.15	G atleten	Carol Rademakers, Amber Hurkmans,
19.30 tot 20.30	Senioren/Masters	Mark Dekker
19.30 tot 20.30	Atleten van 2001-2004	Jorg Ootjers
19.30 tot 20.45	Bootcamp	Sara Prins
<b>Vrijdag</b>	<b>Novabaan</b>	<b>Trainers</b>
18.00 tot 19.00	Atleten van 2014-2011	Femke, Sybren & Mireille Ligthart
18.00 tot 19.00	Atleten van 2010	Jesper Sintenie & Steven de Moel
18.15 tot 19.30	Atleten van 2008-2007	Linda Hurkmans & Teun Beers
19.30 tot 20.45	Atleten van 2006-2005	Linda Hurkmans & Teun Beers
<b>Zaterdag</b>	<b>Vertrek bij Buitencentrum Schoorl</b>	<b>Trainers</b>
09.00 tot 10.30	Sportief wandelen	Marian Robert, Ingmar Zondervan, John Vader
09.00 tot 10.30	Nordic Walking	Rob Duvivier, Jan Karsten, Marian Robert & Peter Robert
<b>Zondag</b>	<b>Vertrek bij begin Zeeweg</b>	<b>Trainers</b>
09.00 tot 10.30	Start to Run	Frans Kauffman
10.00 tot 12.00	<b>Vertrek bij Buitencentrum Schoorl</b> Sprintgroep Senioren	Jorg Ootjers

## Trainers



Teun Beers	06 39589887	Steven de Moel	06 51012246	<b>Trainingscoördinatie</b> Maaïke Tesselaar (jeugd): 06 2221 7397
Jan Berkhout	0226 394278	Jorg Ootjers	06 10903088	
Mark Dekker	0226 395238	Sara Prins	06 225 99617	
Lars Dignum	06 1434734	Carol Rademakers	0226 393603	Jos Hoogeboom (senioren): 06 1266 8131
Myrthe van Dok	06 36046818	Peter/Marian Robert	0226 393338	
Rob Duvivier	0226 395543	Jesper Sintenie	06 13840081	
Linda Hurkmans	06 23645244	Annemiek Suiker	06 534 55 821	Marian/Peter Robert (wandelen): 0226 39 3338
Jan Karsten	0226 392029	John Vader	06 2276 5260	
Frans Kauffman	0226 393426	Joshua de Vriend	06 54946276	
Kiki Klaver	06 21647074	Carlien Wabeke	06 34797093	
Mireille Ligthart	06 29152510	Ingmar Zondervan	0226 391994	



## Contributie

> Voor de actuele contributie raadpleeg de website van NOVA [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)

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 in januari. Eventuele opzeggingen moeten voor 1 november gedaan zijn bij dhr. Gerrie Masteling: [Ledenadministratie@avnova.nl](mailto:Ledenadministratie@avnova.nl)

## Uitleg over leeftijden en categorieën vanaf 1-1-2020 tot 31-10-2021

Categorie	Geboortejaar	Categorie	Geboortejaar
Mini Pupil	2014 en later	Junior C	2007-2006
Pupil C	2013	Junior B	2005-2004
Pupil B	2012	Junior A	2003-2002
Pupil A1	2011	Senioren	<35 jaar
Pupil A2	2010	Masters 35	35-39 jaar
Junior D	2009-2008	Masters 40	40-44 jaar

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

## Commissies

### Jeugdcommissie

Isabelle Brus	<a href="mailto:isabelle.brus@gmail.com">isabelle.brus@gmail.com</a>	06 471 44685
Kiki Klaver	<a href="mailto:kiki_klaver95@hotmail.com">kiki_klaver95@hotmail.com</a>	06 21 647074
Kees van Wonderen	<a href="mailto:keesencorine@hotmail.com">keesencorine@hotmail.com</a>	06 1220 0226
Jim Bruin	<a href="mailto:jim.bruin@hotmail.com">jim.bruin@hotmail.com</a>	06 1088 2429
Ariën Kruijer	<a href="mailto:l.kruijer@kpnmail.nl">l.kruijer@kpnmail.nl</a>	06 10218761
Nelina Bruin	<a href="mailto:nelina@kpnplanet.nl">nelina@kpnplanet.nl</a>	0226 39 2209

### Kantine commissie

Truus Rood		06 4885 1707
Ada Jonker		06 3367 9064
Marieke Brakkee		06 1455 9699

### Materiaal- en Accommodatiecommissie

Piet Meijer	<a href="mailto:p-meijer01@planet.nl">p-meijer01@planet.nl</a>	0226 39 0819
Piet Stuijt	<a href="mailto:p.stuyt@quicknet.nl">p.stuyt@quicknet.nl</a>	0226 39 3177

### Vertrouwenscontactpersonen

Sylvia Groen	<a href="mailto:sylvia.groen@quicknet.nl">sylvia.groen@quicknet.nl</a>	0226 39 0290
Cor Wabeke	<a href="mailto:coryvo@quicknet.nl">coryvo@quicknet.nl</a>	0226 39 5688

### Baanwedstrijden commissie

Kiki Klaver	<a href="mailto:kiki_klaver95@hotmail.com">kiki_klaver95@hotmail.com</a>	06 21 647074
René Tijm	<a href="mailto:renetijm@gmail.com">renetijm@gmail.com</a>	06 4186 0786
Tijs Hofmann	<a href="mailto:tijshofmann@icloud.com">tijshofmann@icloud.com</a>	0226 39 4974
Bram Berkhout	<a href="mailto:brambo_berkhout@hotmail.com">brambo_berkhout@hotmail.com</a>	06 5090 8367

### Clubrecord commissie

René Tijm	<a href="mailto:renetijm@gmail.com">renetijm@gmail.com</a>	06 4186 0786
Bram Berkhout	<a href="mailto:brambo_berkhout@hotmail.com">brambo_berkhout@hotmail.com</a>	06 5090 8367

### Sponsorcommissie

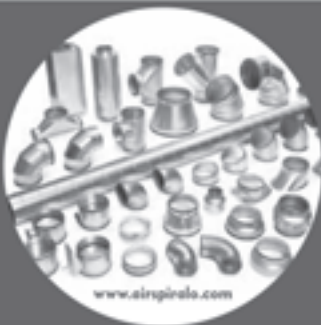
Roland Karsten	<a href="mailto:sponsoring@avnova.nl">sponsoring@avnova.nl</a>	06 2280 2338
Yvon Louter	<a href="mailto:sponsoring@avnova.nl">sponsoring@avnova.nl</a>	0226 39 5688
Yde Dekker	<a href="mailto:sponsoring@avnova.nl">sponsoring@avnova.nl</a>	06 5393 0408
Dick Nannes	<a href="mailto:sponsoring@avnova.nl">sponsoring@avnova.nl</a>	06 5148 9931

### Vrijwilligerscoördinator

Leonie Engels	<a href="mailto:vrijwilligerscoordinator@avnova.nl">vrijwilligerscoordinator@avnova.nl</a>	06 5240 7358
---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	--------------

### Onderhoud Website

John Vader	<a href="mailto:webmaster@avnova.nl">webmaster@avnova.nl</a>	06 2276 5260
------------	--------------------------------------------------------------	--------------



## STUDIO BIBOB

Voor uw moderne haarverzorging

Behandeling volgens afspraak

Dorpsstraat 32 - Tuitjenhorn  
Telefoon (0226) 393736



# Kokkelkoren.nl

project- en woninginrichting

Voor al uw tuin werkzaamheden



't Skuitje 43, 1747 TM Tuitjenhorn  
telefoon: 06 - 51406092  
[www.patrickblokkerhovenier.nl](http://www.patrickblokkerhovenier.nl)

## Ad Strooper Bedrijfsadvies.nl

Administraties en belastingen

*Uw doelstelling, onze uitdaging*

Telefoon: 0226-393709

E-mail: [ad@adstrooperbedrijfsadvies.nl](mailto:ad@adstrooperbedrijfsadvies.nl)

Ook voor:

opslagruimte, koelen, verwarmen

## STOOP WAARLAND

0226-422844  
[www.stoopwaarland.nl](http://www.stoopwaarland.nl)



GROENVOORZIENING  
BOOMVERZORGING  
BAGGERWERKEN  
GROENRECYCLING  
WATERBOUW

## Maatwerk Marketing

**Arjan Zutt**

(06) 247 866 16

[arjan@maatwerkmarketing.nl](mailto:arjan@maatwerkmarketing.nl)

[www.maatwerkmarketing.nl](http://www.maatwerkmarketing.nl)

*Marketing & sales support, onderzoek en strategisch advies op projectbasis of ad-interim*



## BEUKERS Bike-Centre Petten

Ir. van de Banstraat 14, 1755 NN Petten  
T: 0226.381367 E: [info@beukersbikecentre.nl](mailto:info@beukersbikecentre.nl)

[www.beukersbikecentre.nl](http://www.beukersbikecentre.nl)

# Verjaardagen



## September

Anneke den Ouden-Kosse	17
Dave Wapstra	17
Emmie van den Bulk	18
Roland Karsten	19
Noortje de Vries	20
Isabel Ofman	20
Jens de Groot	20
Per Mellema	23
Gerrie Masteling	23
Jos Schalkwijk	24
Margriet Kaandorp	24
Arie Kossen	26
Jan Stet	26
Wout Slijkerman	26
Judith Bruijn-Blankendaal	26
Tygo van der Meer	29
Jan Bruin	29
Joost Emmaneel	30
Mark Dekker	30

## Oktober

Leon van Bourgonje	1
Eva Rozendaal	3
Janny Hurkmans-Dekker	3
Marion Church	4
Pracht van der Veek	6
Jari Dekker	6
Marina Deutekom	6
Joke Kramer	7
Wobbe Bleeker	8
Sven Nieuwland	10
Marieke Brakkee	12
Louai Batou	13
Lies Strooper	13
Femm Bruin	14
Hugo Vader	14
Day Schilthuisen	14
Bo Reijmerink	16
Giovanny O'Neil	19
Willemien Stam-Veldt	19
Twan Stroet	20
Michael van Duin	20
Frank Kaandorp	21
Margreet Bruijn	21
Max Huiberts	24
Finn Zutt	24
Didy Pliester	24
Chris Hoffman	25
Viggo Wolthuis	26
Merijn van der Vliet	28
Sam Oud	29
Henk van Leverink	29

## November

Lieke Muller	3
Susan van der Heide	4
Glenn Pronk	4
Deni van Schagen	7
Kiki Klaver	10
Scott Groot	11
Marian Robert-Schenk	12
Ineke Bas	12
Riet Pronk-Stoop	13
Giel Bruijn	14
Floris Pronk	14
Thomas Maas	19
Aad van Wonderen	19
Maaik Kruijer	20
Suus Kruijer	20
Ina Vader	21
Rina Smit	21

## Nieuwe Leden

Amber Wijker
Nick Kroonenberg
Mees Beers
Charlotte Milwid
Elizabeth Vader





Interieurwerken



Met passie voor het proces



## Architektenburo Glenn Pronk

Langedijker 23  
1749 HJ Warmenhuizen  
Tel: 0226-391838

A. Oudevaart 69, 1749 CH Warmenhuizen | W. [www.nbinterieurwerken.nl](http://www.nbinterieurwerken.nl)

## Loeigoeie Zuivel

Van  
biologische  
**Boerderij**  
de Buitenplaats

Dagelijks geopend!  
Surmerhuizerweg 10  
Eenigenburg  
[www.loeigoeiezuivel.nl](http://www.loeigoeiezuivel.nl)

# DE NIJS

Potatoes  
Food

[www.nijs.com](http://www.nijs.com)

**Ton van der Ven**

praktijk voor  
fysio/manueeltherapie  
& osteopathie

Dorpsstraat 115  
1749 AB Warmenhuizen  
Tel 0226 39 09 02  
Mob. 06 15 63 44 25  
E-mail [info@fysiotonvdv.nl](mailto:info@fysiotonvdv.nl)



## Jos van Baar Schilderwerken

Oudeval 5 1749 CA Warmenhuizen Telefoon (0226) 392807

Onderhoud - Nieuw- & verbouw - Wandafwerking  
Glas in Lood - Vrijblijvende offerte

M 06 - 51 55 44 48  
E [j.van.baar2@kpnplanet.nl](mailto:j.van.baar2@kpnplanet.nl)  
W [www.josvanbaarschilderwerken.nl](http://www.josvanbaarschilderwerken.nl)

## HEMAN "DE SMIDSE"

Dorpsstraat 158  
1749 AJ Warmenhuizen  
Tel: 0226-391223 [www.he-man.nl](http://www.he-man.nl)



Fietsen /  
Accessoires



Speelgoed



Huishoud / Kado



Smederij /  
Tankstation

## MENEER VERMEER TUIJEN



ONTWERP, AANLEG,  
ADVIES EN ONDERHOUD

**0226 39 39 20**

[WWW.MENEERVERMEERTUJENEN.NL](http://WWW.MENEERVERMEERTUJENEN.NL)



# Fair de Marlequi

**Pompoen- en sfeermarkt  
18 en 19 september van 11.00 uur – 17.00 uur**

*Kinderen gratis entree, volwassenen €2,50*

**Markt kramen in en rondom de kas**

**Open huis Restinns Vele pompoenen en kalebassen**

**Opening druivenpluktuin**

**Inloopworkshops van Groei en Bloei Alkmaar**

Trambaan 5a

Warmenhuizen

Tel 06-38916380

[www.marlequi.nl](http://www.marlequi.nl)



## Warmenhuizen



# Van de Vice-Voorzitter

Wegens het overlijden van de partner van Petra Taams deze keer een tekst van de vice-voorzitter. We wensen Petra heel veel sterkte om een manier te vinden dit verlies te verwerken.

Het is mooi om te zien dat het op de Nova accommodatie steeds meer op normaal begint te lijken. De meeste vakanties zijn ten einde en hoewel we nog niet af zijn van alle corona regels is het op de baan vaak alweer gezellig druk.

Om meerdere redenen kijken we uit naar de persconferentie van 17 september. Zal er aangekondigd worden dat we van de "1,5 meter samenleving" af kunnen? Als dit het geval is kunnen we de kantine en krachthok weer optimaal gebruiken maar ook het organiseren van wedstrijden wordt dan gemakkelijker.

Goed nieuws is dat de Boerenwandeloctocht dit jaar weer georganiseerd kan worden. Hoewel de organisatie met veel tijdsdruk en voorwaarden te maken heeft, gaan ze evengoed de uitdaging aan, respect daarvoor! Dat de wandelaars er ook weer zin in hebben blijkt wel want de inschrijvingen stromen binnen.

Zoals het er nu naar uitziet zal de Boerenkoolloop op 7 november ook weer georganiseerd kunnen worden. Afhankelijk van de regelgeving op dat moment gaat de organisatie uit van twee opties. Wanneer de 1,5 meter niet meer gehanteerd hoeft te worden zal de wedstrijd in de gebruikelijke vorm plaatsvinden. Wanneer we nog niet van de corona regels af zal deelname alleen mogelijk zijn via het testen voor toegang principe.

Eerder dit jaar heeft het bestuur laten weten de Algemene Leden Vergadering (ALV) in tweeën te houden. We hebben toch besloten hier op terug te komen en het te laten bij de ALV van 29 maart. Conform onze statutaire verplichtingen zijn toen al de vereiste punten afgehandeld. We hoopten in het najaar van deel II vooral een gezellige avond te maken. Gezien de voortdurende onzekerheid m.b.t. de corona regels zien we hier dus vanaf. We hopen volgend voorjaar dan wel een normale ALV te kunnen houden.

Ik wens iedereen een goede herfst toe.

**Groet Jos**



The advertisement features a collage of four black and white photographs of different types of buildings: a modern house with a gable roof, a multi-story apartment building, a large industrial-style building, and a traditional brick house. In the center is a large white circle containing the MeijerBouw logo, which consists of a stylized 'M' with a sun-like circle in the middle. Below the logo, the text 'MEIJERBOUW' is written in a bold, sans-serif font, with 'WARMENHUIZEN' in a smaller font underneath. The circle is divided into three horizontal sections with the following text: 'Particulier', 'Bedrijven', and 'Agrarisch'. At the bottom of the advertisement, the website address 'www.bouwbedrijfmeijer.nl' is displayed in a white, sans-serif font against a dark background.

# Clubsupport

## Rabo ClubSupport voor Nova



Zowel AV Nova (de vereniging) als de Stichting Sportaccommodatie Nova (voor het baanonderhoud, krachthonk, kantine, etc.) heeft zich in geschreven voor de Rabo ClubSupport. Voor de actie geven clubs aan waaraan ze de financiële steun besteden, bijvoorbeeld aan het verduurzamen van het clubhuis, of aan andere goede zaken die de verenigingen vooruit helpen.

Ben je lid van Rabobank? Dan kun je vanaf 4 oktober stemmen via de Rabo-app. Ga naar het overzicht van deelnemende clubs, selecteer je drie favorieten en stemmen maar! Stemmen kan tot 24 oktober, waarbij onze hoop op het stemmen op AV Nova en de Stichting Sportaccommodatie Nova gevestigd is!

Voor AV Nova is het doel een nieuwe wedstrijd klok en voor de Stichting zijn er ook vast doelen zat. De mensen van de klusploeg weten haarfijn wat er aan vervanging toe is, zoals wellicht

een nieuwe hoogspringmat of aanvulling voor het krachthonk. Intussen is de geluidsinstallatie buiten om al vervangen en komt er een pinautomaat voor de kantine, dus het kan niet anders of ook voor deze sponsoractie van de Rabo wordt een goede verantwoorde besteding gedaan, waarbij het sportplezier voor alle leden, zoals deze stralende meiden van het competitieteam of de G-sporters, wandelaars, bootcampers en noem zelf maar op, voorop staat.

Alvast namens AV Nova en Stichting Sportaccommodatie Nova bij voorbaat bedankt voor de steun!

## Grote Clubactie 2021

Vanaf 18 september kunt u de QR code  
scannen

Selecteer Atletiekvereniging Nova en  
support ons!



SUPPORT ONZE  
VERENIGING EN DEEL DE  
QR CODE



# Optimale sportbeleving



Vooruitgang manifesteert zich in de regel door een toename van snelheid, kracht en nieuwe perspectieven. Op wereldwijd sportniveau zien we dat terug bij de Olympische Spelen. Het is fascinerend om zo'n ontwikkeling te zien. Volgens mij was de progressie het best te zien bij de loopnummers, waar de verbetering in schoeisel door met name Nike op bijvoorbeeld de marathon voor een geweldige boost gezorgd heeft. Daarnaast komen bij de Olympische Spelen steevast prachtige eigenschappen van topsporters naar boven die het verschil maken, zoals veerkracht, zelfvertrouwen, incasseringsvermogen, empathie en teambuilding. Al zal competitiedrang overigens vast niet altijd alleen maar goede dingen naar boven brengen. Zo heeft topsport het beeld dat het een eenzijdige prestatiegerichte bezigheid is. Bij een individuele sporter is echter het vermogen tot goede communicatie en samenwerking met anderen welzeker nodig om te kunnen presteren. Al is het maar om goede interactie met de begeleiding te hebben, zodat de neuzen dezelfde kant opstaan voor het doel. Er zitten oneindige uren trainen in, maar de levenskunst die daaraan ten grondslag moet liggen, daarvoor heb ik bewondering en respect voor.

Goede analisten kunnen bij het zien van sportwedstrijden een meerwaarde hebben zoals wanneer Gregory Sedoc de regels voor de estafettenummers helder uitlegt. Dat geeft meer inzicht maakt het kijken leuker. Wat vrijwel ieder Nova-lid weet is dat je jezelf veel beter in de beleving van de topsporter kunt verplaatsen wanneer je de sport zelf beoefend hebt. Het meebelevan van de sport op Internet, tv of in het stadion krijgt extra cachet als je weet wat de sporter moeten doorstaan. Zevenkampers onder ons zitten door al die verschillende onderdelen gebeiteld.

Dan weet je hoe het voelt om over de horden te flitsen in een combinatie van souplesse van kracht, het overwinnen van de obstakels en nog even door te zetten als het op het allerswaarste is. Je kent als geen ander de tegengestelde eisen van techniek en het geven van volle kracht en maximale belasting bij het gooien van het ijzerwerk. Je weet dan dat er bij de meerkampers er een geweldig onderling saamhorigheidsgevoel is tijdens al die atletieknummers. Dat bleek wel aan dit plaatje waar de medaillewinnaars bij de dames door alle deelnemers uit eerbetoon omringd waren.

De optelsom van alle inspanningen van de kwalificaties, waarbij er of een teleurstelling bij het niet verder gaan is, of er een innige blijdschap is om jezelf nog eens te overtreffen herken je als je eens aan een tournooi zoals de Nova-clubkampioenschappen meegedaan hebt. Vooraf is er altijd onzekerheid. Er is wel zekerheid dat de favoriet nooit zeker is van het goud. Dan voel je de benen als het ware vollopen, al zit je lekker op de bank, toen Sifan Hassan op de vijf kilometer herpakte na de val door een voorligger die viel. Bij het weer opstaan schiet na zo'n val de vermoeidheid meteen in de benen. Lopers weten dat een herkansing uitgesloten is. Snel doorgaan is dan het beste en als je dan evengoed nog de kwalificatie weet te winnen, dan is dat uit-



zonderlijke klasse. De Spelen zorgen zo voor een enorme verzameling momenten waarvan sommige je altijd zullen bijblijven. Zo weet ik nog als de dag van gisteren dat Laurine van Riesen bij de vorige Spelen voor Corona bij het baanfietsen over de reclameborden bovenaan de baan verder ging, omdat ze voor haar vielen en naar beneden glijden veroorzaakt schaafwonden en exit. Als baanfietsster weet je ook dat door de vorm van de baan je bij de goede lijn door de oplopende baan het idee hebt dat je alleen maar recht door fietst. In de bochten voel je wel des te meer de middelpunt vliegende krachten die ervoor zorgen dat je niet naar beneden fladdert. Toch zie ik mezelf nooit en te nimmer op de reclameborden verder fietsen om uit te wijken. En een andere ervaring met openwaterzwemmen leert je dat timing essentieel is bij het ademen en goed oriënteren op het eindpunt kan zomaar de kleur van de medaille veranderen. Afijn, Maarten van der Weijden weet dat als geen ander. Mijn eigen ervaringen met deze takken van sport geven zo een extra dimensie bij het meebelev- en, al zullen we het over mijn niveau van deze sporten maar niet hebben.

Het is voor mij logisch dat degenen die aan de kwalificatie-eisen voor de Spelen voldoen van de overheid ondersteuning krijgen om te bestaan. Het is dan nog geen vetpot, maar daar zit de tot in de tenen gemotiveerde topsporter zeker niet mee. De Spelen zijn het ultieme doel van de sporters. Hier een medaille halen is uitzonderlijk, laat staan een gouden plak. Meer dan wat dan ook zijn de Spelen of ander grote wedstrijden een inspiratiebron om je te verdiepen in bepaalde sporten die je na aan het hart liggen. Zo lijkt het bijvoorbeeld wel alsof iedereen met een racefiets juist de weg op gaat als de eerste voorjaarsklassiekers aangekondigd worden, alsof dan pas het seizoen begint. Of is dat toevallig de periode dat het weer beter wordt om de tweewieler van stal te halen?

In elk geval hebben de toppers van nu altijd wel iemand of een team waar ze van jongs af aan tegenop keken en graag in hun voetsporen wilde treden. Die rol als voorbeeldfunctie vervullen ze intussen dankzij hun prestaties nu voor de huidige generatie. De dominerende persoonlijkheidseigenschappen van de echte topster zijn zonder uitzondering discipline, zelfvertrouwen, doorzettingsvermogen, de beste willen zijn, de competitie willen aangaan, jezelf constant willen overtreffen en doelgericht zijn. In het dagelijks leven zijn de karaktereigenschappen van een gemotiveerde sporter goud waard. Het is belangrijk dat je voorbeeldgedrag vertoont en hier aandacht aan schenkt, aangezien topsporters vanuit de media gezien onder een vergrootglas liggen. Mensen zijn namelijk volgzzaam en laten zich meer beïnvloeden door wat iemand doet dan door wat iemand zegt. Zo heeft een sportvereniging een voorbeeldfunctie. Iedereen droomt ervan om een geweldige sportprestatie te leveren. Ernaar streven is zondermeer een goed uitgangspunt.

En het beoordelen van de haalbaarheid is ook niet verkeerd, aangezien het alleen de uitblinkers en sterke atleten gegevens is de top te halen. Het mooie is wel dat als je de sport intensief beoefend hebt, je daardoor des te

meer de prestaties van anderen kunt waarderen. Met inzicht wat er voor nodig is om te winnen is het heel plezierig om naar topsport te kijken.

### **Ruud Doodeman**



# Swan

## Art & Build

De Hoge Werf 20, 1749 JW Warmenhuizen - 0226-399976 - [www.swan-artbuild.nl](http://www.swan-artbuild.nl)

### Atelier voor Bouwkunst

'Bezoekadres' Huisweid 9e 1749 EL Warmenhuizen



Kerkbuurt 5  
1747 GP Tuitjenhorn  
Telefoon (0226) 392830  
Telefax (0226) 390496

## Bouwbedrijf F.J. Vos

### Nieuwbouw - Verbouw - Renovatie



Boek nu ook online

[WWW.KIMEWO.NL](http://WWW.KIMEWO.NL)  
TEL.: 0226 - 390534

## KANTOOR JONKER v.o.f.

administraties & belastingzaken

Doorbraak 12, 1749 AM Warmenhuizen | 0226-392112 | [info@kantoorjonker.nl](mailto:info@kantoorjonker.nl) | [www.kantoorjonker.nl](http://www.kantoorjonker.nl)

A D M I N I S T R A T I E S  
B E L A S T I N G Z A K E N



### Keurslagerij HOF VAN BLANKENDAAL

Dorpsstraat 26  
1747 HB Tuitjenhorn  
Tel: 0226 - 39 46 68

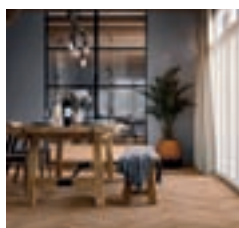
Het adres voor:  
Eigen gemaakte worst  
Heerlijke vleeswaren



En specialist in verzorging van:  
Fondue schotels  
Gourmet schotels  
en Barbecue

### VAN BAAR WONEN

vloeren - gordijnen - behang - verf - raamdecoratie - meubels



PASTOOR WILLEMSESTRAAT 98 | 1749 AR WARMENHUIZEN | T. 0226 39 12 42  
[WWW.VANBAARWONEN.NL](http://WWW.VANBAARWONEN.NL)

## HAAR STUDIO MARIEKE

haar en make-up

Schelphoek-zuid 24  
1749 BH Warmenhuizen  
T 06-83693236

# Velko

bandenservice

uitlijnen - balanceren - banden - uitlaten - trekhaken - velgen - wasstraat

De Mossel 6  
1723 HZ Noord-Scharwoude

Tel. 0226 - 314751  
Fax 0226 - 315192

e-mail: [info@velko.nl](mailto:info@velko.nl)

Dagelijks geopend tot 17.30 uur zaterdags tot 16.00 uur

VOOR AL UW NIEUWBOUW - EN VERBOUWPLANNEN:



**ARCHITECTENBURO**  
**JAN KRAMER**  
**PETTEN 0226 - 383138**



Prijzen uit voorraad leverbaar  
Eigen graveerinrichting

Herculesstraat 31 - ALKMAAR  
072 512 35 39 / 06 31 33 70 30  
[info@gkamper.nl](mailto:info@gkamper.nl) [www.gkamper.nl](http://www.gkamper.nl)

## Wilco van der Stoop

Acupunctuur en Sportmassage

Manusveert 132 Tuitjenhorn

Acupunctuur is een effectieve behandelwijze omdat lichaam (en geest) in zijn volledige samenhang wordt bekeken en behandeld. Niet alleen de symptomen, maar vooral ook de oorzaken van de klachten worden aangepakt. Acupunctuur kun je o.a. gebruiken bij de volgende klachten:

- Darmklachten
- Hooikoorts
- Slaapproblemen
- Hoofdpijn/migraine
- Sportblessures
- Pijnlijke gewrichten en spieren

Bel voor een afspraak in mijn praktijk, of bij u aan huis: 0226-394286 of 06-46189915



Autoschade W.P. Dekker  
*Voor al uw spuitwerk!*

- *Reparatie van alle merken*
- *Altijd vervangend vervoer*
- *Ook voor spuitwerk van meubels, deuren, keukens & radiators*

C. de Vriesweg 51, 1746 CM Dirksborn  
0224 551802, [www.autoschadedekker.nl](http://www.autoschadedekker.nl)

FOCWA EUROCARANTBEDRIJF



Massage  
Yoga  
Retreats

Linda Kruijer  
Koordijk 7 Tuitjenhorn  
06-53251208  
[praktijkhartjekalverdiijk@gmail.com](mailto:praktijkhartjekalverdiijk@gmail.com)  
[www.praktijkhartjekalverdiijk.nl](http://www.praktijkhartjekalverdiijk.nl)



# PietPraat



Kopij aanleveren mag deze keer iets later. Komt mij goed uit, kan ik nog even nadenken. Toch niet zo moeilijk want er zijn wel enkele dingen die mij hebben bezig gehouden de laatste weken en die ook een relatie met Nova hebben.

Ik denk hierbij aan het overlijden van Marius Kant uit Dirkshorn, partner van onze voorzitter. Ik ken Marius al heel lang. Zo was hij als wethouder van de voormalige gemeente Harenkarspel nauw betrokken bij de voorbereiding en aanleg van onze mooie accommodatie. Hoewel sport niet in zijn portefeuille zat waren er wel de nodige contacten met hem en had hij de nodige aandacht voor de plannen van Nova. Maar mijn contacten met hem gaan veel verder terug in de tijd. Ruim 58 jaar terug solliciteerde ik naar een functie op het gemeentehuis bij de gemeente Harenkarspel omdat er een woning bij werd aangeboden. Wij trouwden en kwamen in Dirkshorn te wonen. Ik voetbalde en ging dat ook in Dirkshorn doen. Niet dat ik het goed kon, maar ze speelden in de laagste klasse en ik kon op dat niveau wel aardig meekomen. Speelde dus in het eerste en ook samen met onder andere Piet Kant, de oudere broer van Marius. Tijdens een wedstrijd liep hij een beenbreuk op en als gevolg van complicaties overleed hij. Een gebeurtenis die je nooit meer vergeet. Toen ik in Warmenhuizen ging werken en ook wonen kwam Marius in ons huis aan de Dorpstraat wonen. Hoewel we geen intensieve contacten onderhielden kwamen we elkaar toch af en toe tegen. Zelfs een paar weken terug nog toen ik in Dirkshorn fietste en hij op weg was naar het Dorpshuis waarvoor hij zich ook inzette. Hij zal ook in de gemeenschap zeker gemist worden. Een andere zaak welke veel aandacht vraagt is de Boerenland wandeltocht. De route van de 25 km loopt voor een stukje over de Woudmeerweg. Twee jaar terug opperde ik

het idee om niet over deze weg te lopen maar over een stuk boerenland aan de westzijde van deze weg. Veiliger en zou meer recht doen aan de term "boerenlandtocht". Lukte toen niet omdat er nogal wat schapen liepen en afzetten te moeilijk was. Werd wel genoteerd met als gevolg dat dit in de voorbereiding weer ter sprake kwam. Ik nam op me om dit te regelen. Moest mogelijk zijn, maar dan moet je wel de gebruikers "even" netjes vragen of het mag. Na informatie ter plekke bleek dat er 6 verschillende gebruikers waren. Ik dacht nog even waar ben ik aan begonnen, maar gelukkig niet ver. Maar toch wel een in St. Maarten en een in Waarland, de rest wat dichterbij de route. Dat werd dus weer eens een rondje fietsen. In Waarland was het Patrick van Benschop met een perceel bieten. Ik trof Patrick met "koppiestijd" thuis en hij had geen enkel probleem. Met een mountainbiketocht vanuit Tuitjenhorn waren ze er ook geweest zonder te vragen. Dat vond hij minder. Patrick kende mij niet meer, maar komt uit Warmenhuizen. Zijn vader Jos (vorig jaar overleden) bouwde met zijn broer Wim aan de Sportlaan een dubbel woonhuis naast het perceel waar wij onze huidige woning lieten bouwen. We hielpen elkaar als dat zo uit kwam. Jos verhuisde later naar Waarland. Zo konden we nog wat oude dingen ophalen. Heel gezellig. Patrick volgde de tuinbouwschool maar ging daarna toch timmeren. Het landwerk trok hem toch meer en hij begon in het klein met een bundertje pachtland. Hij heeft waarschijnlijk een neus voor het agrarisch ondernemen en heeft inmiddels een vrij groot bedrijf en teelt diverse producten op ruim 250 h.a. grond.

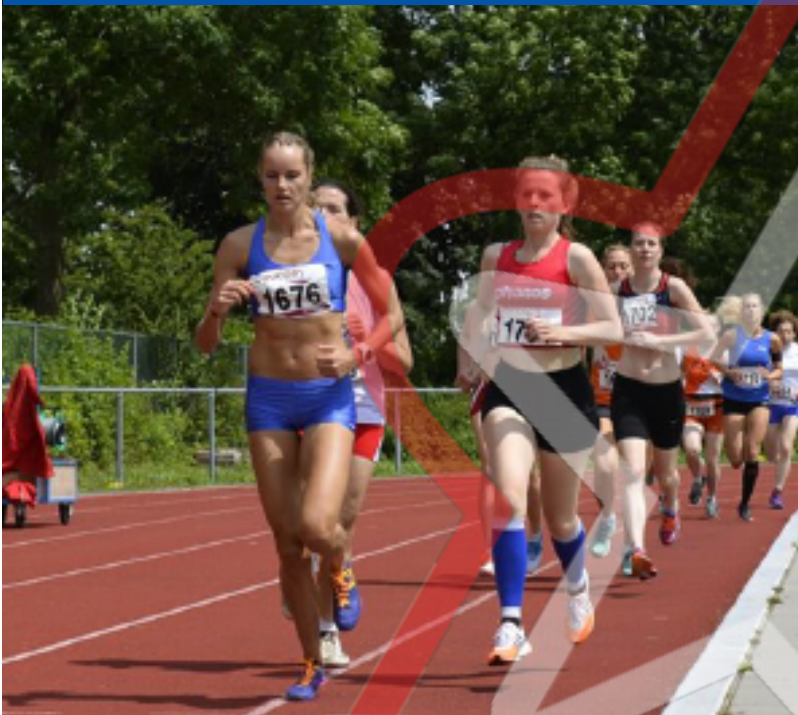
Net gehoord dat op de dag van de Boerenland wandeltocht ook de clubkampioenschappen op de atletiekbaan worden gehouden. Enig overleg was toch wel op z'n plaats geweest dacht ik zo. Enfin misschien levert het nog enkele nieuwe leden op als deelnemers na de wandeltocht op ons terras uitrusten en onze atleten aan het werk zien. Zo heeft elk nadeel misschien ook een voordeel. Wie zei dat ook alweer? Nu maar hopen op een beetje redelijk weer op zondag 26 september. Belangrijk voor alle evenementen.

Groeten, **Piet van der Welle**



# 25&26 September 2021

## Clubkampioenschappen Junioren A/B, Senioren en Masters



## Puntenmeerkamp + BBQ

Aanvang wedstrijd beide dagen: 13:30 uur  
Melden in de kantine 30 minuten voor aanvang.

Onderdelen:

Zaterdag: 100m, Ver, Kogelstoten en 400m

Zondag: 200m Horden, Hoog, Discus, 800m (v) / 1500m (m)

Junioren A/B en Masters werpen met eigen gewichten.  
De puntentelling van de IAAF wordt gehanteerd.

**AUB VOORAF AANMELDEN IVM BBQ via:  
wedstrijdsecretariaat@avnova.nl of op de training!**



## Boerenland Wandeltocht gaat door !

Veel evenementen konden vorig jaar niet doorgaan en dat was ook het geval met de wandeltocht van Nova. Natuurlijk was dat heel jammer, want er is altijd veel belangstelling voor deze tocht. Dit jaar mogen we de tocht weer organiseren. Wel rekening houdend met COVID19-maatregelen, zoals uitsluitend voor-inschrijven en start-tijdsloten van 25 deelnemers per 10 minuten.

Er wordt weer gebruik gemaakt van de boerenlandpaden van het Wandelnet Noord-Holland.

Je kunt kiezen uit verschillende afstanden: 5, 10, 15, 20 en 25 km.

Onderweg zijn voldoende pleisterplaatsen en is er een watertappunt ingericht. Alle deelnemers krijgen een versnapering, aangeboden door Ron en Sandra, van de vrijdagmarkt in Warmenhuizen.

Je ontvangt ook een **gratis lot**, waarmee je prachtige buitensportprijzen kunt winnen, een 10% kortingsbon aangeboden door Pauw Recreatie Heerhugowaard, en een 10% kortings-dinerbon aangeboden door Restaurant De Ooievaar Schagen.



## Het is weer een avontuurlijke tocht !

Alle routes zijn bewegwijzerd, zo kan je optimaal genieten van de omgeving !

### Inschrijving:

Uitsluitend voorinschrijven, dat kan t/m 22 september.

Inschrijfkosten: € 7,00.

Kinderen t/m 16 jaar € 1,50.

Wandelleden van Nova/KWBN krijgen € 1 korting.

### Starttijden:

In tijdsloten van 25 deelnemers per 10 minuten vanaf 8.30 uur. Indeling vindt plaats op volgorde van aanmelding.

Alle informatie staat ook op onze website: [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) Evenementen/Boerenland Wandeltocht. Via deze site kan je ook inschrijven.

### De organisatie:

Willem de Maare, Jaap Nieuwland, Marian en Peter Robert, John Vader, Piet v.d. Welle

# Atletiek Geschiedenis

## Wilson Kipketer

*Deze zomer tijdens de Olympische spelen moest ik ineens even aan hem denken, oud wereldrecordhouder op de 800m Wilson Kipketer. Toen ik halverwege de jaren 90 wat serieuzer begon te lopen was hij de man. Het mooie aan de 800m is dat dit de afstand is waar je zij aan zij met elkaar strijdt om de overwinning op de hoogste snelheid. Dit betekent dat je makkelijk uit balans gebracht wordt. Dat maakt het niet makkelijk om echte toptijden te lopen. Voor echte toptijden moet je een goede race treffen, en zelf helemaal top zijn.*

De Keniaan Wilson Kosgei Kipketer ging in 1990 naar Denemarken om elektrotechniek te studeren. Omdat het hem niet lukte voor de Keniaanse ploeg te kwalificeren kwam hij uit voor Denemarken. Omdat hij in 1996 nog maar net Deens staatsburger was, mocht hij niet deelnemen aan de Olympische Spelen in Atlanta. In 1997 pakte hij het wereldrecord op de 800m, zowel indoor als outdoor. En werd verkozen tot IAAF atleet van 1997. In 2000 pakte hij ook het wereldrecord 1000m indoor en ging hij als favoriet naar de spelen van Sydney. Daar pakte hij het zilver, omdat hij in de eindsprint verslagen werd door de Duitser Nils Schumann. In 2004 in Athene deed hij opnieuw mee en won een bronzen medaille. Daarmee is hij misschien wel de grootste 800 meterloper die nooit bekroond is met Olympisch goud. In 2005 beëindigde Wilson zijn loopbaan, zijn wereldrecord bleef nog tot 2010 staan.



- Wereldkampioen kampioen 800 m  
1995, 1997, 1999
- Wereldindoorkampioen 800 m  
1997
- Europees kampioen 800 m  
2002
- Deens kampioen 800 m  
1993, 1994

### Persoonlijke Records

#### Indoor

400m	46,85
800m	1.41,11 (ex-WR) Keulen
1000m	2.16,29 Kopenhagen
1500m	3.42,80
1 Eng. mijl	3.59,57 Stockholm

#### Outdoor

800 m	1.42,67 (WR) Parijs
1000 m	2.14,96 (WR) Birmingham



# ***Jong Blauw News***

## **Dames redden het net niet bij strijd om lijfsbehoud!**

Het is de dames van het Senioren competitie team op zondag 5 september net niet gelukt om tijdens de promotie/degradatie wedstrijd in Gouda in de 2e Divisie te blijven. Het team bestond uit Mireille L, Sara P, Jolijn P, Linda H, Lieke M, Eva R en Emma VDP. Daarnaast was er een uitgebreide begeleiding staf mee bestaande uit een coach, ploegleider, jurylid, masseur, verzorger, fotograaf, chef de mission, een personal assistent en een technisch manager. Vol goede moed reisde het gezelschap op zondagochtend af naar Gouda, vanaf de tijdelijke accommodatie van team Jong Blauw in Zevenhoven, die het team speciaal voor deze wedstrijd had betrokken. De uur tijdswinst zou volgens profeet Matthijs de G, tevens nestor van de groep, zeker 2 tienden per 100m opleveren. Bij aankomst bleek het een schitterende zonnige dag, wat zowel de atleten als het begeleiding team als zeer prettig ervaarde. Interim-ploegleider Bram B kon meteen vol aan de bak met het instrueren van de atleten. Voor de 400m, 800m en 3k werd er door de PL met Eva R, Mireille L en Lieke M een uitgebreid raceplan besproken, dat in de praktijk prima uitpakte. Matthijs de G was als PA ondertussen druk bezig met het sjouwen van bagage, het verzorgen van drankjes en eten en met het smeren van zonnebrand crème bij de dames. Tijs H, Hugo V en Kevin VG hadden zich nuttig gemaakt met jureren bij de werponderdelen, wat gezien het warme weer best pittig was. Door de JB redactie was er bij deze wedstrijd ook een chef de mission aangewezen in de vorm van Maarten E. De precieze invulling van deze taak is niet helemaal bekend, maar Maarten wist het

prima uit te voeren. De door Maurits H aangewezen 'losers-vlucht' was bij deze wedstrijd zeker niet nodig, want alle dames presteerden naar behoren! Ondertussen was technisch manager Axel B aan het assisteren met zuiver technische aanwijzingen bij de technische onderdelen. Logisch want Axel heeft een technische opleiding gedaan aan de technische school! De dames hadden veel baat bij de tips, want in de laatste pogingen werden de prestaties vaak nog verder aangescherpt. De masseur hoefde gedurende de dag niet in actie te komen, de foamrollers en herstel voeding boden gelukkig soelaas. Gedurende de dag werden de prestaties actief gemonitord. Bram B had hiervoor een begroting gemaakt, die werden gespiegeld aan de prestaties. De verwachting van het puntentotaal werd vooraf aan de wedstrijd gesteld op 7624 punten. Het uiteindelijke resultaat was uiteindelijk 7941 pnt, een super prestatie van het team! Helaas dus onvoldoende voor het team om bij de eerste 4 teams te eindigen, de Nova Dames werden uiteindelijk 7de in de eindstand. Schrale troost was dat de afgelopen jaren dit puntentotaal in alle gevallen genoeg was geweest om bij de top 4 te eindigen. Veel teams hadden deze wedstrijd echter een aantal atleten uit hogere divisies toegevoegd aan het team, waardoor ze sterker voor de dag kwamen dan in de voorronde. De Nova Dames kunnen trots zijn op hun prestatie, ze hebben het maximale eruit weten te halen! Daarnaast vond de team begeleiding het een heel gezellige dag! In 2022 zullen de dames in de 3e divisie veel m.o.s. (moments of shine) moeten pakken, zodat we volgend jaar weer een weekendje competitie kunnen doen in september!



## Portret van een Jong Blauw lid.

Naam: *Bram Berkhout*

Hoe oud ben je en waar ben je geboren? *29 jaar oud, geboren in Alkmaar*

Beroep: *Supply Chain Planner bij Koninklijke Vezet B. V.*

Wat is je leukste onderdeel? En waarom?:

*Dat is de 400 meter. De combinatie van sprinten en het indelen van de race is erg leuk!*

Wat is je beste prestatie?:

*Mijn persoonlijke record is 49,98 sec.*

Hoe lang zit je al op Nova en wat vindt je er zo leuk aan?

*Al 22 jaar, het is gezellig en atletiek is een hele leuke sport!*

Wie is je trainer? En wat maakt Jorg zo'n leuke trainer?:

*Mijn trainer is Jorg Ootjers. Hij weet een goede sfeer in de groep te krijgen, heeft veel ervaring en kan goed training geven!*

Wat is je favoriete oefening?:

*Dat is kaatsen, vooral als je fit bent voelt die oefening heel goed.*

Welke oefening zou je graag naar jou vernoemd willen hebben?:

*Ik zou graag het kaatsen waarbij elke 3e kaats hoog moet vanaf nu de Bram willen noemen.*

Wie vind je goed op het gebied van atletiek? En waarom?:

*Karsten Warholm. Super atleet met een ongelooflijke acceleratie en een goed ritme tussen de horden op de 400mH.*

Wie vind je de beste sfeermaker van het team? En waarom?:

*Matthijs de Groot. Hij zorgt altijd voor positiviteit, motivatie en een goede grap op z'n tijd.*

Wat is je mooiste Jong Blauw herinnering?:

*De promotie van de Nova Mannen in 2018 naar de 2e Divisie van de competitie. Geweldig gevoel om met z'n alle dat als team te bereiken.*

Wat is je favoriete boek?:

*Een leven met formule 1 - Olav Mol*

Wat is je favoriete muziek?:

*De dire straits*

Wat is je favoriete film?:

*Weet ik niet*

Wie is de volgende in 'portret van een Jong Blauw lid'? *Emma van der Pal*



## Onderzoeksresultaten

Onlangs hebben wij van JB News onderzoek gedaan naar de sfeer in de groep. We vinden het namelijk erg belangrijk dat we een toegankelijke groep zijn. Ook wilden we onderzoeken of het JB News nog wel van deze tijd is, en nog wel bestaansrecht heeft (onder deze naam). Hier onder een high light van de resultaten. 68% van de ondervraagden gaf aan de Noviteit meteen te openen in het hart van het blad.



85% van de ondervraagden gaf aan dat JB News het favoriete item is in de Noviteit. 100% van de ondervraagden gaf aan JB News altijd te lezen. 2 ondervraagden vielen hierbij door de mand, omdat ze niet hadden gezien dat hun zoon Mattis genoemd werd in de laatste editie, daarom hebben we deze waarde aangepast naar 98,4%. De vice voorzitter van de JB News fanclub, de heer D.R. gaf bij het onderzoek ook aan dat JB News de laatste tijd wat laf is geworden. 'Het is wel wat braaf, het mag nog wat grover' Lezeres I.B. gaf aan groot fan te zijn van de roast. Speciaal voor haar nu dus weer één.

Ook enkele onderzoeksresultaten over de trainingsbroek zullen we delen. 100 procent van de ereleden zou z'n neefje adviseren bij JB te gaan trainen, 12,5% heeft dit ook daadwerkelijk gedaan. Jong Blauw is de snelst groeiende groep van de club. 100% van de doorgroeiende Novajeugd

komt bij JB terecht. 82,6% van alle ondervraagden uit andere trainingsgroepen zou als ze van groep zouden wisselen zou voor JB kiezen. De bootcamp groep kwam hierbij op een goede 2e plaats. De wandelaars die een commentaar hadden ingevuld bij deze vraag gaven aan dat er ook lekker veel gewandeld word bij Jong Blauw. 52,3% van de Jong Blauw leden geeft aan hulp te krijgen van trainingsmaatjes bij klussen, sjouwen en verhuizen. De conclusies die getrokken zijn uit ons onderzoek is dat zowel JB als JB News het goed doen. De naam Jong Blauw is nog steeds van toepassing op de groep en juist gekozen. En mogelijk is '41,8 van de statistieken is gewoon verzonnen' aan de lage kant.

## Aanmoedigen!!!

De laatste weken kunnen er eindelijk weer wat wedstrijden worden georganiseerd. De jong blauw atleten zijn op deze wedstrijden zeer goed vertegenwoordigd! Echter staan de meeste atleten niet op de baan maar naast de baan. Daarbij geven ze dan gevraagd en ongevraagd advies aan iedereen die voorbij loopt en het horen wil. Nova wordt nu ook wel gezien als de club met de grootste fanschare van de regio!

## Pluim

De pluim van deze editie gaat naar (tromgeroffel): Isabelle B., David R. en Frans K. Zij hebben een zeer geslaagde mini triatlon georganiseerd. Ondanks het motto: het is geen wedstrijd (hooguit tegen je zelf). Heeft Lieke M. wel even laten zien hoe je triatlonnen moet. Daarnaast nog meer mooie prestaties: Tijs H. liep het eerste rondje een mooi tempo, maar kwam vervolgens overal net tekort. Hugo V. mag blij zijn met zijn 3e plek bij de mannen. Bram B. fietste wel hard maar niet hard genoeg.



Kevin VG wint reuzensjaalom

## *“TV-Rechten Clubkampioenschappen Nova verkocht aan Ziggo”*

*Wegens het afgelopen contract met FOM is Ziggo voor 2022 op zoek gegaan naar een nieuwe invulling voor de weekend-programmering, ter vervanging van de Formule 1. Zij zijn hierbij uitgekomen bij de Clubkampioenschappen van AV Nova. “Wij zijn blij verheugd dat regionaal topatletiek een podium krijgt”, aldus commercieel vize-directeur Bram B. Ziggo hoopt met toppers als Axel B. en Mathijs de G. nationaal een breed publiek aan te trekken. De clubkampioenschappen zullen uitgebreid voor- en nabeschouwd te worden door Hugo V. Er wordt nog onderzocht of er genoeg publiek is om de Vrije Training 1&2 op*

*dinsdag en donderdag ook live uit te zenden.*

## Vrije inloop

Al enige tijd zijn wij (Jong Blauw) een super gemotiveerde en gezellige groep. Om iedereen dit heerlijke gevoel van vriendschap, kameraadschap, gezelligheid en een ontspannen trainings sfeer te laten ervaren willen wij u graag uitnodigen om een training mee te doen. Op de dagen dat Jorg O. en Sara S. samen op de baan zijn is de sfeer al helemaal uitermate goed. Afgelopen jaar hebben we gezien dat de trainingsgroep flink gegroeid is met een aantal atleten van andere verenigingen. Deze mensen zijn ook allemaal juist bij onze groep gekomen door de eerder in dit stukje genoemde kernkwaliteiten. Mocht u door deze aanprijzing geïnteresseerd zijn geraakt in onze sprintgroep bent u op dinsdag tot donderdag van harte welkom om 19:30 of op zondag om 10:00.

## Matthijs de G. weigert nieuwe profielfoto

Ondanks dat Matthijs de G. meermaals zelf heeft aangegeven een nieuwe profielfoto te willen, weigert hij elke foto die hem toegestuurd wordt. Of dit komt omdat hij de laatste tijd toch wat minder knap is geworden of omdat er op deze manier meer foto's van hem worden gemaakt, moet nog worden onderzocht!

## Politie rolt illegale boerenkool kwekerij op

De Noord-Hollandse politie heeft in de nacht van dinsdag op woensdag j.l. een illegale boerenkool kwekerij ontdekt. De kwekerij zat verstopt onder het zeil van de verste verspringbak op de atletiekvereniging Nova. Deze bak ligt zo afgelegen dat er nauwelijks mensen komen en is daarom ideaal voor een illegale boerenkool kwekerij aldus de woordvoerder van de politie. De politie zegt per toeval de kwekerij te hebben ontdekt toen ze met drones zochten naar de gestolen spikes van Bianca B. Of er al mensen zijn aangehouden is nog niet bekend.



**JB News Redactioneel**  
Wegens het komen te vervallen van het artikel 'Gekke Atletiekbanen' Zijn we deze editie helaas op vijf pagina's uitgekomen in plaats van vier. Speciaal redacteur 'Gekke atletiekbanen' Sara P. kon het deze keer vanwege spanning niet op brengen een gekke atletiekbaan uit te zoeken. De deadline voor het inleveren van de kopy viel in hetzelfde weekend als de promotie/degradatie wedstrijd. De focus moest puur en alleen op deze wedstrijd. Ook is de Roast die aan een vaste fanschare beloofd is komen te vervallen. Jesse, jij schitterde deze redactie-vergadering door afwezigheid, dus hier kom je goed weg ;-)



**BEMO RAIL**  
RAILTECHNIEK RANGEERTECHNIEK



DEBBEMEERWEG 59  
1749 DK WARMENHUIZEN

0226 - 42 53 00  
WWW.BEMORAIL.NL



**BLOM**   
**ELEKTROTECHNIEK**

we zorgen dat het werkt, altijd!

De Camper 10 • Postbus 46  
1749 ZG Warmenhuizen  
Telefoon 0226 39 25 50



KOOPBL 6001 gecertificeerd • NCF gecertificeerd  
brandmeldinstallateur • Kerktaq erkend leerbedrijf

[www.blomelektrotechniek.nl](http://www.blomelektrotechniek.nl)

**oosterbaan**  
orthopedische schoentechniek

De passende oplossing voor uw voeten

loopenalyses | sportinlays | running- en wandelschoenen | sport- en clubkleding

Elke voet is uniek. Zelfs uw eigen voeten verschillen van elkaar. Zij verdienen de beste zorg. Oosterbaan Orthopedische schoentechniek kan u daarin voorzien.

De inspannende winkel van Arie Visser en de specialisten van Oosterbaan bieden het beste voor uw voeten. U kunt bij ons terecht

voor de juiste sportschoenen en eventuele inlays. In ons moderne loopanalyse-centrum kunnen wij u voorzien van het beste advies.

Ook voor grotere voetproblemen bieden wij de uitkomst. Zoals aangepast confectieschoeisel of op maat gemaakte schoenen.

Wij bieden de passende oplossing voor uw voeten.

Bel voor een afspraak! T 072 511 44 65 | Kitmanstraat 1, 1812 PL Alkmaar

[www.oosterbaanorthopedie.nl](http://www.oosterbaanorthopedie.nl)



Ontwerp, Aanleg en  
Onderhoud van Tuinen

Oudevaart 87, 1749 CH Warmenhuizen  
T: 06 53 27 07 14  
[www.roodgroenservice.nl](http://www.roodgroenservice.nl)

[www.reformhuistuitjehorn.nl](http://www.reformhuistuitjehorn.nl)

Reformhuis Tuitjehorn Dorpsstraat 12, Tuitjehorn Tel. 0226-754567

Openingstijden: ma t/m do van 08.30 - 18.00 uur, vrij van 08.30 - 21.00 uur, - za van 08.30 - 17.00 uur.

*Kom gezellig een kijkje nemen en wij helpen u graag!*

SPORTMASSAGE   
**KAREL LIGTHART**

REKERKOOGWEG 10  
1749 CJ WARMENHUIZEN  
T 06 - 52 69 64 24



*Sandy's*  
*bloem idee*

Dorpsstraat 131  
1749 AB Warmenhuizen  
0226 - 391618  
[www.sandysbloemidee.nl](http://www.sandysbloemidee.nl)

## Muziekschool Valkkoog



- ♪ Muzieklessen in Valkkoog en omstreken:  
o.a. ook in Dirkshorn, Sint Maarten, Stroet en Tuitjenhorn
- ♪ Voor kinderen en volwassenen
- ♪ Samenspel: ensembles en big band *Dirk's Horns*
- ♪ Spelorkest voor mensen met een beperking



Voor meer informatie: [www.muziekschoolvalkkoog.nl](http://www.muziekschoolvalkkoog.nl)  
blokfluit basgitaar bugel contrabas drums dwarsfluit  
gitaar keyboard piano saxofoon trompet viool zang

## Herenkapper Han Kapsalon Sam Sam



Dorpsstraat 161  
Warmenhuizen  
0226 394847

## jac nota Slaapcomfort



Cornelis de Vriesweg 50  
1746 CM Dirkshorn  
Tel. 0224-551523  
[www.jacnota.nl](http://www.jacnota.nl)



Dealer van:

- LEDORM
- AUPING
- SWISSFLEX
- TEMPUR - SVANE
- VANDYCK - GANT
- ESSENZA
- BEDDING HOUSE



Wil je adverteren  
in ons clubblad?  
Neem dan contact op  
met onze  
Sponsorcommissie  
[sponsoring@avnova.nl](mailto:sponsoring@avnova.nl)

## Meerjarenonderhouds- werkzaamheden uit te voeren?

Contact uw specialist ToekomstGroep.

Meer info?  
[info@toekomstgroep.nl](mailto:info@toekomstgroep.nl)



**ToekomstGroep**  
door samenwerking sterk

## JOH. VAN DUIN B.V.

BOUWBEDRIJF B.V.

DERGMEERWEG 27  
1749 VA WARMENHUIZEN  
TEL. (0226) 391615

[www.johvanduin.nl](http://www.johvanduin.nl)

NIEUWBOUW VERBOUW ONDERHOUD





# Wandelnieuws

De trainingen zijn weer begonnen!



# Voorpublicatie “Nachtmerrie in de polder”



*Het maken van een roman is een uiterst spannende aangelegenheid. Eraan beginnen is sowieso een uitdaging, het afmaken en uitbrengen is minstens zo lastig. Onze clubgenote Lonneke Kossen ging ervoor en is*

*de trotse schrijfster van de roman “Nachtmerrie in de polder”. Ze is niet alleen een fervent paardenliefhebber, maar uiteraard ook hardloopster. Voor de Noviteit zocht ze op verzoek van de redactie daarom een aansprekend sportief moment uit. Wel is het ietsepietsie aangepast, aangezien het plot niet weggegeven mag worden! Daarvoor lees je het boek dat je vast zo via de schrijfster na een training zelf kunt kopen (voor een gesigneerd exemplaar) bij de Primera in Tuitjenhorn of anders via de uitgever (Godijn Publishing) en alle (online) boekhandels. Alvast veel leesplezier bij dit fragment!*

Het is half zeven 's morgens als Frank zijn sportschoenen strikt. Het is nog redelijk koel, maar voor vanmiddag worden er hoge temperaturen voorspeld. Hij roept Max, sluit de voordeur en verstopt zijn huissleutel onder een bloempot. Als hij de dam voor zijn huisje oversteeft, richting de weg, zet hij zijn sporthorloge aan en begint rustig aan te dribbelen. Max sprint als een raket voor hem uit. Er hangt een serene rust in de polder. Het geronk van een vroege tractor die door de akkers rijdt klinkt in de verte, zo nu en dan overstemd door het geloei van een koe of het blaten van de schapen. Deze dieren lijken altijd in gesprek met elkaar. Het ritmische tempo waarmee de sportschoenen van Frank over het asfalt dreunen, echoot weg tot aan de duinrand. Frank kijkt om zich heen naar de flinterdunne laag mist die over de weilanden hangt en alleen de ruggen van de koeien prijs geeft. De nog laaghangende zon laat

tijdens het stijgen de mist snel verdwijnen, maar geeft nu een prachtig, spookachtig beeld. Frank snuift de frisse lucht op. Het is een geschenk om hier te mogen wonen, om door dit landschap te kunnen rennen. Hij snapt niet dat er mensen zijn die liever in de stad willen wonen, om wakker te worden van een rinkelende tram in plaats van een fluitende kievit.

Frank slaat de weg in waar de boerderij van Joost en Melissa aan is gevestigd. Bij iedere stap die hij zet, komt de rietenkap, die hoog en statig boven de mist uittorent, dichterbij. Tegelijkertijd neemt bij iedere stap ook zijn hartslag in frequentie toe. Na hun ontmoeting op het strand heeft hij Melissa niet meer echt gesproken, niet meer dan een vriendelijke 'hallo.' Hij slaat zichzelf voor zijn kop dat hij zich zo heeft laten gaan. Driftig versnelt hij zijn passen. Hij had gewoon zijn bek moeten gehouden, hij had alles, wat hij voorzichtig had bereikt in één klap verpest.

Bij het passeren van de stolpboerderij vliegt Max, zoals gebruikelijk, het erf op. Frank stopt voor de dam. 'Max, kom terug!' schreeuwt hij wanhopig.

Max staat verschrikt stil en komt met laaghangende staart terug. Frank wil doorlopen, maar ziet dan in de mist de gedaante van een mager, vrouwelijk figuur met een emmer water over het erf slenteren. Ze blijft staan en kijkt hem aan. Voorzichtig steekt ze haar vrije hand naar hem op. Frank kan niet doen alsof hij haar niet heeft gezien, bovendien heeft zijn schreeuw naar Max waarschijnlijk de hele polder gewekt. Hij zwaait terug en heel even overweegt hij om naar haar toe te lopen. Max staat hem met opgeheven kop verwachtingsvol aan te kijken. Wat moet hij haar zeggen? Frank schraapt zijn keel, zet het ritme weer in en vervolgt zijn weg. De lange polderweg voor hem lijkt te eindigen in het niets. Frank versnelt nogmaals zijn passen, alsof hij op de vlucht is voor de gedaante in de mist. Zweetdruppels prikken op zijn voorhoofd en vormen sliertjes die langs zijn nek over zijn rug en borst glijden. Zijn ademhaling en hartslag nemen in rap tempo toe. Met lange passen loopt hij door, passeert hier en daar een eenzame boerderij, maar het



einde van de weg is nog niet in zicht. Wanneer het voelt alsof zijn longen uit zijn borst lijken te barsten en zijn keel pijn doet van de snelle, droge ademhaling, besluit hij naar zijn lichaam te luisteren en zijn passen te vertragen. De herdershond is een stipje in de mist wanneer hij over zijn schouder kijkt. Frank stopt om op hem te wachten. Met zijn handen in zijn zij, komt hij hijgend tot bedaren. Ze zwaaide naar hem, dat is een goed teken. Ze had ook door kunnen lopen. Misschien valt de schade mee. Terwijl zijn lichaam kalm wordt, komt ook zijn geest tot rust. Frank wandelt het eerste de beste weiland in en laat zich plat op zijn rug in het vochtige gras vallen. Met zijn armen en benen gespreid kijkt hij naar de meeuwen die rondjes zweven op de thermiek. Zonder nadenken friemelt hij met een hand door de dikke vacht van zijn trouwe viervoeter die tegen hem aan in het gras is geploft. De hoge frequentie waarmee Max' borstkas op een neer gaat, neemt langzaam af. Als Frank na een tijdje rilt, door de klamme kou die uit de grond komt, drukt hij zich op zijn ellebogen overeind. Zijn T-shirt blijft plakken op zijn rug. 'Wat denk je, Max, red je de laatste twee kilometer naar het strand nog? Kan je daar lekker afkoelen.'

## De kantine is weer open!

*Krijg je zware benen?*

*Of zweet je penen?*

*Neem dan koffie of thee*

*- misschien zelfs twee -*

*na afloop van het trainen!*

Sommigen van jullie hebben het vast al gemerkt, vanaf 1 september is de kantine weer open, zij het nog wel met gepaste maatregelen, o.a. als je binnenkomt handen ontsmetten, maximaal 24 mensen binnen, 1,5m afstand bewaren. Maar verder: alle sporters zijn dinsdag, woensdag of donderdag na afloop van de training welkom om even uit te blazen bij een kop koffie of thee. Tot ziens!

**Namens de kantinecommissie en het Novakoffieteam, Marieke Brakkee**



## Afmeldingen

Als ledenadministrateur en penningmeester van AV Nova willen we jullie op het volgende attenderen.

Mocht je besluiten om niet langer meer lid te willen blijven van onze vereniging, meld je dan tijdig af op het volgende mailadres: ledenadministratie@avnova.nl .

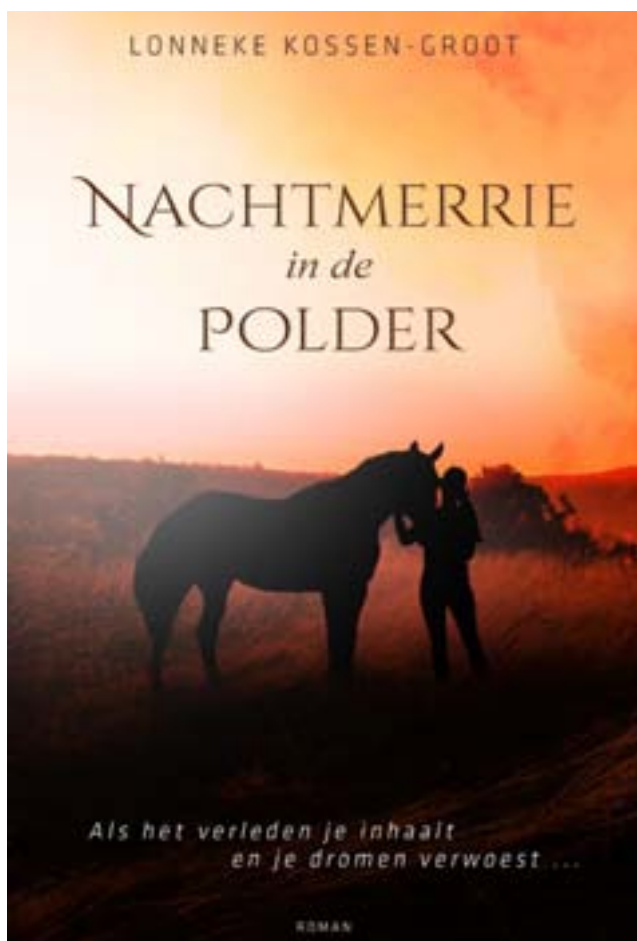
Op de website van AV Nova staat dat afmeldingen voor het nieuwe jaar voor 1 november 2021 dienen te geschieden. In overleg met de Atletiekunie hebben wij dit jaar de uiterlijke opzegdatum wederom kunnen verzetten van 1 naar 20 november 2021.

Afmeldingen na deze datum kunnen wij helaas NIET meer meenemen en in dit geval zullen wij de volledige jaarcontributie over het jaar 2022 in rekening moeten brengen.

Met vriendelijke groet,

Gerrie Masteling,  
ledenadministratie AV Nova

Carlo de Moel,  
penningmeester AV Nova



# PR'tjes verzamelen

**'Een triatlon? Dus ook met zwemmen? Haha, dat kan ik helemaal niet.'**

Kleine spoiler: alle 22 (tri)atleten die op 29 augustus het Meer van Dirkshorn indoken hebben het overleefd. Sterker: de meesten bleken die 275 meter nog best rap te hebben afgelegd. Weliswaar vooral in de klassieke schoolslag, maar hé: zwemmen is zwemmen.

Het kostte her en der wat overredingskracht maar er stonden op die grijze (maar droge) zondagochtend 29 augustus om 9u toch zomaar 22 mensen



te trappelen voor de allereerste (mini) Triatlon van Dirkshorn.

Oké, het was geen 'echte' wedstrijd - in coronatijd

toch een dingetje - maar een beetje peer pressure is vaak al voldoende voor een serieus strijdgevoel\*. Het leuke (en spannende) aan de triatlon zijn natuurlijk de drie disciplines. Misschien is een supersnelle fietser wel een snellere loper en een snelle zwemmer - ik paraphraseer Jan B, langzaam bestaat niet in sport. De eerste finisher is dus niet per se de snelste op elk onderdeel. Net zoals de laatste binnenkomer niet per se de minst snelle tijd hoeft te hebben neergezet op alle disciplines. Ook leuk aan de triatlon: je kunt na afloop helemaal losgaan met slimme berekeningen en analyses. Handig voor de volgende keer. (Ja hoor, die komt er! Wie eenmaal heeft geproefd van een triatlon wil altijd meer.)

Zeker is dat een goede voorbereiding het verschil kan maken (brilletje op een slimme plek klaarleggen, ik zeg maar wat ;) ) en dat verzorging achteraf ook wel erg fijn is (handdoekje, knuffel). Dat je moet wisselen tussen de verschillende onderdelen, dat moet je niet feitelijk constateren, daar moet je je slag slaan. Slim wisselen is een winstpakket van jewelste. Leerpuntje.

Hoe dan ook: alle 22 triatleten zetten een geweldig PR neer, de taart ging erin als koek en de sterke







verhalen ook. Want wist je dat één zwemmer zo langzaam ging dat hij werd ingehaald door een bloedzuiger? Dat drie atleten op hun gewone fiets inclusief fietstassen flink hard doortrapt en daar helemaal geen probleem van maakten? Dat de jongste deelnemer vrij lang in het spoor van de uiteindelijk eerste finisher wist te blijven? En dat een aantal prominente twijfelaars ('ik kan niet zwemmen, ik kan alleen watertrappelen') direct na afloop al aangaven hun PR te willen aanvallen ('ik heb het bij het lopen gewoon laten liggen')?

Kortom: blokkeer de eerste zondag na de zomervakantie van 2022 maar vast in je agenda.

En niet te vergeten: Jan, Nelina, Liz, Sara, Jolijn, Emma, Henry en Naomi, dank voor alle hulp!

Isabelle, Frans en David

*\* vader vs. zoon, Jong Blauw vs. Jong Blauw, vriend vs. vriendin ... alles staat op film :)*

Mini-Triatlon Dirkshorn (3km run - 8km bike - 275m swim)

Deelnemer	Uitslag	Hardlopen	Uitslag	Fietsen	Uitslag	Zwemmen	Totaal tijd	Uitslag
Lieke	8	00:12:12	1	00:14:55	2	00:05:33	00:32:40	1
David W.	5	00:11:34	3	00:16:18	1	00:05:04	00:32:56	2
Stefan	6	00:11:52	2	00:15:25	15	00:08:08	00:35:25	3
Hugo	2	00:11:18	6	00:17:10	7	00:07:07	00:35:35	4
Bram	3	00:11:19	8	00:17:18	10	00:07:30	00:36:07	5
Martijn J.	1	00:11:09	7	00:17:15	12	00:07:50	00:36:14	6
Tijs	4	00:11:23	5	00:17:00	13	00:08:00	00:36:23	7
Kees	13	00:13:24	4	00:16:49	8	00:07:11	00:37:24	8
David R.	11	00:13:22	11	00:18:06	4	00:06:21	00:37:49	9
Martijn K.	10	00:13:13	14	00:18:17	6	00:06:48	00:38:18	10
Dieke	17	00:13:51	12	00:18:13	5	00:06:22	00:38:26	11
Frans	9	00:12:20	9	00:17:27	20	00:09:06	00:38:53	12
Espen	7	00:12:08	15	00:18:58	16	00:08:09	00:39:15	13
Sijmen	16	00:13:45	13	00:18:13	17	00:08:14	00:40:12	14
Isabelle	12	00:13:23	17	00:19:17	11	00:07:41	00:40:21	15
Yde	18	00:13:52	16	00:19:11	9	00:07:19	00:40:22	16
Mattis	14	00:13:42	19	00:20:19	14	00:08:06	00:42:07	17
Tijn*	21	00:16:20	10	00:17:48	19	00:09:05	00:43:13	18
Digna	20	00:14:09	18	00:20:11	18	00:08:56	00:43:16	19
Renze	19	00:14:02	20	00:20:33	21	00:09:15	00:43:50	20
Theo	15	00:13:44	21	00:21:24	22	00:09:57	00:45:05	21
Lonneke*	22	00:17:08	22	00:23:12	3	00:05:56	00:46:16	22
* één onderdeel 50%								

# De Alpe Adria Trail

'Hoe was het?' Mijn vriendin kijkt mij vragend aan. Hoe moet ik dit in woorden uitleggen? Het avontuur waar ik een jaar lang naartoe heb geleefd verwoordt in een paar zinnen. Het lijkt ook niet echt te willen landen dat ik net in 23 dagen 750 kilometer door de bergen heb gerend met alleen mijn rugzak op mijn rug.



*Het is vooral het gevoel van totale vrijheid en onafhankelijkheid wat steeds naar voren komt.*

De eerste vijf dagen liep een vriendin mee. We startten bij de Grossglockner in Oostenrijk. Zenuwachtig en hunkerend naar het avontuur wat op ons stond te wachten. Het was fijn om met haar samen te beginnen. De sprong in het diepe was daardoor minder diep. De route was prachtig, dwars door Oostenrijk. Etappes van 23, maar ook van 54 kilometer. De eerste dagen deden pijn. Als oude vrouwen kwamen we 's morgens uit bed gestrompeld. Maar na vijf dagen wende het lichaam aan de belasting en begon ik mij steeds beter te voelen. In Seeboden ging mijn vriendin terug naar Nederland. Nu was ik echt alleen. Ik had niet gedacht dat ik zo ontzettend zou ge-

nieten. Dat mijn lijf het zo goed zou houden. Ik kwam tot grote hoogten. Ik rende door de bergen, de zon op mijn gezicht, de wind door mijn haren. Alles wat ik nodig had, zat in mijn rugzak.



Na negen dagen alleen lopen kwam Eline mij vergezellen in Slovenië. Ik dacht dat ik al zoveel moois gezien had in Oostenrijk maar Slovenië spande de kroon. Het was zo fijn om deze schoonheid met haar te kunnen delen.

We hadden besloten om de Triglav te beklimmen. De Triglav is de hoogste berg van Slovenië. Deze zit niet in de route, maar we liepen er langs en wilden er graag eens op. Precies op de dag dat we dat wilden doen, was het weer niet goed. We besloten toch een poging te wagen en in ieder geval tot de hut op 2.100 meter te gaan en daarna te kijken of





lijk de bergen uit en daarmee verloor ik ook een stukje magie wat ik steeds gevoeld had. Het was nog steeds heel mooi, maar minder uitdagend. Ik merkte dat niet elke dag meer een reis op zich was, zoals in de bergen maar de finish nu het doel werd.

Eindelijk na 749 kilometer en 27.317 hoogtemeters kwam ik na 23 loopdagen aan in Muggia waar mijn twee grote liefdes mij opwachten.

Wat een machtig mooi avontuur was het!

**Suzan Nieman**



het verantwoord was om door te lopen. Door de mist misten we de hele hut en voor we het wisten zaten we al op 2.600 meter. Het was behoorlijk technisch geworden en het begon te sneeuwen. We hadden geen klimmateriaal mee. Na 2.657 meter besloten we dat het mooi was geweest, 200 meter onder de top. Het bleef sneeuwen en we vonden het onverantwoordelijk om door te gaan. Dat was een mooi avontuur vonden we.

Na vier dagen ging Eline weer terug naar Nederland en liep ik het laatste deel van de route. Over de grens van Slovenië en Italië liep ik naar de Adriatische zee. Ik liep letter-



# ZEEMAN

RECLAMEGROEP



HISTORISCHE BLADEN,  
PRENTENBOEKEN,  
DICHTBUNDELS,  
KINDERBOEKEN,  
GLOSSY'S



[www.zrgbv.nl](http://www.zrgbv.nl)

# nice id

## INTERIEUR DESIGN

de Cres 5  
1749 DH Warmenhuizen  
0226 741 999  
info@nice-id.nl

[www.nice-id.nl](http://www.nice-id.nl)

GLAZENWASSERIJ EN  
SCHOONMAAKBEDRIJF



Burg. Noletstraat 19  
1749 ED Warmenhuizen  
Tel. 0226-393609  
Fax 0226-394379

## Pedicure Annelies



*Een weldaad voor  
uw voeten...*

Dorpsstraat 235 Warmenhuizen 0226-393803



- ✓ Particuliere verzekeringen
- ✓ Bedrijfsmatige verzekeringen
- ✓ Hypotheken
- ✓ Schadeleregelingen
- ✓ Advies
- ✓ Gratis polischeck
- ✓ Individueel pensioen
- ✓ Kwaliteit voor zeer scherpe prijs

Doortraak 14a - 1749 AM Warmenhuizen  
Telefoon (0226) 39 14 15  
E-mail: [info@ariebleeker.nl](mailto:info@ariebleeker.nl) - Website: [www.ariebleeker.nl](http://www.ariebleeker.nl)

# DE NIJS

Potatoes  
Food

[www.nijs.com](http://www.nijs.com)

## AAD RUITER

voor:  
EERSTE KWALITEIT  
VLEES EN EIGEN GEMAAKTE  
VLEESWAREN

specialiteit:  
SCHOUDER- EN  
ACHTERHAM

WARMENHUIZEN  
OUDEWAL 6  
TEL: 0226-391277  
SCHOORL  
PAARDENMARKT  
TEL: 072-5093223

ADVIESBUREAU

# WIL DE GROOT

*Verzekeringen, administratie, hypotheken*

Bezoekadres  
Bregweid 4 (achterom )  
Warmenhuizen  
Postbus 53  
1749 ZH Warmenhuizen  
T (0226) 39 30 74  
F (0226) 39 49 19

W [www.awdg.nl](http://www.awdg.nl)  
E [info@awdg.nl](mailto:info@awdg.nl)

*Een goed advies betaalt zichzelf!*



# Zaterdag 2 oktober 2021

## Clubkampioenschappen AV NOVA jeugd

+

## Feestavond 🎉



14:00 uur

tot

Pupillen 20:00 uur

Juniores D & C 22:00 uur

Opgeven tot uiterlijk  
30 september bij:

Nelina Bruin

[nelina@kpnplanet.nl](mailto:nelina@kpnplanet.nl)

# Nova Wintercompetitie Jeugd 2021/2022

Hierbij het programma van de wintercompetitie voor het nieuwe seizoen. Ook dit jaar geldt weer dat aan het eind van de competitie een attentie is voor de kinderen die aan minstens 7 van de onderstaande wedstrijden hebben meegedaan. Het gaat dus om het meedoen. De crosscompetitie wedstrijden van de Atletiekunie tellen ook weer mee. Informatie over de inschrijving van deze crosswedstrijden volgt nog. Het is de bedoeling dat wanneer je mee wilt doen aan de overige wedstrijden dat je zelf voor de inschrijving en vervoer zorgt. Mocht er onverwachts iets wijzigen in het programma dan wordt dit tijdig bekend gemaakt.

Zon. 12 september 2021

Meerkamp voor pupillen en junioren. Inschrijven vanaf 10.00 uur bij het clubgebouw, start vanaf 10.30 uur

Zat. 2 oktober 2021

Clubkampioenschappen pupillen en CD junioren met aansluitend feestactiviteit. Aanvang 14.00 uur, zie aankondiging in de Noviteit.

Zon. 17 oktober 2021

Kermisloop Petten, aanvang 11.00 uur. Info op [www.svpetten.nl](http://www.svpetten.nl).

Zon. 7 november 2021

Boerenkoolloop. Informatie op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl).

Zon. 14 november 2021

Rondje Novabaan. De start is om 10.30 uur. Inschrijven vanaf 10.00 uur bij het clubgebouw.

Zat. 20 november 2021

Eerste wedstrijd crosscompetitie Atletiekunie bij A.V. Nova. Info opgave volgt nog. Overige info op [atletiekcompetities.nl](http://atletiekcompetities.nl), crosscompetitie.

Zon. 12 december 2021

Training in de Schoorlse duinen, aanvangstijd volgt nog.

Zon. 19 december 2021

Bosloop A.V. Nova vanaf het klimduin in Schoorl. Afstanden 1,5 en 5 kilometer.

Zat. 15 januari 2022

Tweede wedstrijd crosscompetitie Atletiekunie bij A.V. Lycurgus in Assendelft. Info opgave volgt nog. Overige info op [atletiekcompetities.nl](http://atletiekcompetities.nl), crosscompetitie.

Zat. 5 of 12 februari 2022

Derde wedstrijd crosscompetitie Atletiekunie bij Trias in Heiloo. Info opgave volgt nog. Overige info op [atletiekcompetities.nl](http://atletiekcompetities.nl), crosscompetitie.

Zon. 27 februari 2022

Rondje Novabaan. De start is om 10.30 uur. Inschrijven vanaf 10.00 uur bij het clubgebouw.

Zon. ? maart 2022

A.V. Nova clubcross op het eigen terrein. Start vanaf 10.30 uur.

Tijdens iedere wedstrijd is er iemand van de jeugdcommissie aanwezig om te registreren wie er mee doet, dit wordt tussentijds gepubliceerd in de Noviteit. Mocht er volgens jou iets niet kloppen geef het dan door aan Ariën Kruijer via [l.kruijer07@gmail.com](mailto:l.kruijer07@gmail.com).

We hopen op een goede opkomst en wensen jullie alvast veel plezier en succes bij de wedstrijden.  
De jeugdcommissie



# Crosscompetitie Jeugd 2021/2022



We gaan er van uit dat de crosscompetitie van de Atletiek Unie in november van start mag gaan. De eerste wedstrijd mag Nova organiseren!!

## **Wat is de crosscompetitie?**

Een cross wedstrijd is een hardloop ronde over oneffen terrein (bos, gras, schelpen parcours). De afstand is afhankelijk van de leeftijd van de atleet.

Er worden per regio drie van zulke wedstrijden georganiseerd en daarna wordt er een klassement opgemaakt, zowel individueel als per ploeg. Een ploeg bestaat uit tenminste 3 lopers per categorie. Op grond van dit klassement wordt er een finalewedstrijd gehouden, waaraan de best geklasseerde mee mogen doen. Voor verdere informatie en later de uitslagen zie [www.atletiekcompetities.nl](http://www.atletiekcompetities.nl)

## **Voor welke categorieën?**

Pupillen C (2014)	Junioren D	(2009/2010)
Pupillen B (2013)	Junioren C	(2007/2008)
Pupillen A1 (2012)	Junioren B	(2005/2006)
Pupillen A2 (2011)	Junioren A	(2003/2004)

De mini pupillen (geboren in of na 2015) mogen buiten mededinging mee lopen.

## **Wedstrijden**

1e wedstrijd zaterdag 20 november 2021  
Nova Warmenhuizen

2e wedstrijd zaterdag 15 januari 2022  
Lycurgus Assendelft

3e wedstrijd zaterdag 5 of 12 februari 2022  
Trias Heiloo

Finale zaterdag 5 of 12 maart 2022  
Triathlon Amersfoort

## **Wil je meedoen?**

Geef je dan vóór 14 november 2021 op door een mail te sturen naar Nelina Bruin, [nelina@kpnplanet.nl](mailto:nelina@kpnplanet.nl). Geef in je bericht s.v.p. aan wat je geboortedatum is en aan welke wedstrijden (welke data) je wilt meedoen.

Als je jezelf opgeeft voor 3 wedstrijden in de voorronden, dan tellen de 2 beste resultaten mee voor een eventuele finaleplaats. Je moet in ieder geval 2 wedstrijden meedoen om je te kunnen plaatsen voor de finale.

De vereniging betaalt het inschrijfgeld. Als je onverwacht niet kunt terwijl je jezelf wel had opgegeven, geef dit dan uiterlijk 1 week voor de wedstrijd door aan Nelina Bruin. Als je jezelf later afmeldt, berekenen wij de inschrijfkosten door, tenzij er sprake is van overmacht of ziek en zeer.

Na opgave worden de chronoloog en andere nuttige informatie per mail aan de deelnemers doorgegeven. Voor de finale op 5 of 12 maart 2022 komen alleen de geplaatste deelnemers (of groepen) in aanmerking. Zij ontvangen apart een uitnodiging per mail.

Het zou leuk zijn als NOVA met veel jeugd meedoet aan de crosscompetitie 2021/2022, vooral de eerste wedstrijd thuis! **Geef je op!!**

# Evenementenkalender

Voor het promoten van de hardloop, wandel en atletiek gerelateerde evenementen heb ik gemerkt dat het licht wat meer op groen begint te komen. De Dam-tot-Damloop is echter alsnog geannuleerd. De 1,5 meter maatregel die in elk geval tot 20 september van kracht blijft voorkomt helaas het sportieve, vrij geluidsarme evenement. De gemeenten voelden zich gedwongen om de eerder verleende vergunningen voor de Dam-tot-Damloop in te trekken. Wel zag ik bij het recreatiegebied het Geestmerambacht dat er volop gewerkt werd aan de bouw van de uitdagende hindernissen voor de bootcamp, die dus dit jaar weer doorgaat.

En bij het binnenfietsen van Warmenhuizen zag ik, zeer tot mijn genoegen, een mooi aankondigingsbord voor de eigen Nova Boerenlandwandeltocht op 26 september. Er zijn door de wandelcommissie geheel nieuwe routes samengesteld. Er is voor elk wat wandelwils, aangezien de afstanden van 5 tot 25 km zijn. Dus trek bij Nova de stoute schoenen aan en ga lekker op pad en laat je verrassen door het mooie gebied in je eigen omgeving. De crosscompetitie voor de jeugd gaat dit jaar weer van start. Hiervoor kan je je opgeven voor 14 november 2021 door een mail te sturen naar Nelina Bruin, [nelina@kpnplanet.nl](mailto:nelina@kpnplanet.nl). De Nova clubkampioenschappen voor junioren A/B, senioren en masters, atletiek staan gepland op 26-09. De wintercompetitie voor de jeugd seizoen 2021-2022 staat onderstaand op de agenda. Ooh ja, de Nova bosloop in Schoorl staat in december op het programma. Zo komt er meer leven in de brouwerij en kan je samen met clubgenoten en anderen toelevan naar sportieve uitdagingen. Elders in dit nummer staat aanvullende info voor de zelf georganiseerde dingen. Voor ieder is er vast al weer wat bij binnen onze eigen verenigingsactiviteiten, dus pak je gezonde ruimte, meld je aan en geniet er weer van!

## September

26-09 Trainingsloop 35 km, Stichting Trainingslopen, Amsterdam, [www.trainingslopen.info](http://www.trainingslopen.info)

26-09 Nova Boerenlandwandeltocht, Eigen Nova-terrein, wandeltocht, afstanden 5, 10, 15, 20 en 25 km. Info: [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)

26-09 Nova clubkampioenschappen voor junioren A/B, senioren en masters

## Oktober

02-10 Nova Clubkampioenschappen pupillen en CD junioren met aansluitend feestactiviteit. Aanvang 14.00 uur. Meetellend voor de jeugd wintercompetitie!

17-10 Kermisloop Petten, aanvang 11.00 uur. 5 en 10 km hardlopen en jeugdwedstrijden Meetellend voor de jeugd wintercompetitie! Info op [www.svpetten.nl](http://www.svpetten.nl).

31-10 Hollandia Park-cross, diverse afstanden, [www.avhollandia.nl](http://www.avhollandia.nl)

## November en later

07-11 Vezet Boerenkoolloop, Warmenhuizen, Nova-terrein, diverse afstanden: 1,2 km, 5 en 10 km. Meetellend voor de jeugd wintercompetitie! Info: [www.boerenkoolloop.nl](http://www.boerenkoolloop.nl)

20-11 Crosscompetitie jeugd 1e wedstrijd Nova Meetellend voor de jeugd wintercompetitie!

18 en 19-12 Amsterdamse Boscross in Amsterdam, verschillende afst. [www.boscross.nl](http://www.boscross.nl)

19-12 Bosloop A.V. Nova bij het klimduin in Schoorl. Afstanden 1,5 en 5 km, [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)

26-12 Kerscross Opmeer, wandelen en crossen, verschillende afstanden, [www.kerstcross.nl/](http://www.kerstcross.nl/)

15-01 Crosscompetitie jeugd 2e wedstrijd, Lycurgus Assendelft [www.atletiekcompetities.nl](http://www.atletiekcompetities.nl)

05 of 12-02 Crosscompetitie voor de jeugd 3e wedstrijd, Trias, Heiloo

05 of 12-03 Crosscompetitie voor de jeugd. Finale bij Triathlon Amersfoort



Restaurant

## De Ooievaar

Dorpsstraat 186 / 188  
1749 AK Warmenhuizen  
Tel: 0226 391289  
www.restaurantdeooievaar.nl

Geopend van donderdag t/m zondag



### J.P. BEEMSTERBOER FOOD TRADERS

Hoofdkantoor:  
Stationsstraat 17  
Warmenhuizen  
T 0226 396464  
www.beemsterboer.nl



# Bouwbedrijf Tesselaar B.V.

**NIEUWBOUW**

**VERBOUW**

**KOZIJNEN**

**ONDERHOUD**

Bouwbedrijf Tesselaar BV  
Bregweid10  
1749 DJ Warmenhuizen  
T 0226 39 35 16  
F 0226 39 49 42

*Walter  
Optiek*

Dorpsstraat 142  
1749 AJ Warmenhuizen, T. 0226 399 039  
www.walteroptiek.nl

#### Openingstijden

Maandag:	gesloten		
Dinsdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Woensdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Donderdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	
Vrijdag:	09:00 - 12:00	13:00 - 18:00 uur	19:00 - 21:00 uur
Zaterdag:	09:00 - 17:00 uur		

# R. Duvivier INSTALLATIETECHNIEK

Gas \* Water \* Sanitair \* Elektra \* Databekabeling

Schelphoek Noord 14  
1749 BC Warmenhuizen

Tel.: 06-53945334  
Internet: www.duvivier.nl



IMPORT-EXPORT

G. SEVENHUYSEN V.O.F.

Postbus 22  
1749 ZG Warmenhuizen  
Tel: 0226-320224  
Fax: 0226-316166

Email: info@sevenhuysen.nl  
Homepage: www.sevenhuysen.nl



Domotica installaties  
woonhuizen en  
bedrijfspannen.



▶ Comfortabel

▶ Energiebewust

▶ Veilig

www.energiek-domotica.nl

T 06 52 61 43 56





Bejo is de échte specialist in de veredeling, productie en verkoop van groentezaden.



Bejo, ook op facebook



That's bejo quality > [bejo.nl](http://bejo.nl)

Bejo Zaden B.V.  
Trambaan 1 | 1749 CZ Warmenhuizen | Nederland  
T +31 (0)226 396 162 | F +31 (0)226 393 504 | W [www.bejo.nl](http://www.bejo.nl)

# PRONK BOUWT MET MEERWAARDE

## PRONK BOUWBEDRIJF BV

nieuwbouw  
verbouw  
restauratie  
onderhoud



Machinestraat 2, postbus 20, 1749 ZG Warmenhuizen  
Telefoon (0226) 39 1374, fax (0226) 39 2032

E-mail: [info@pronkbouw.nl](mailto:info@pronkbouw.nl), website: [www.pronkbouw.nl](http://www.pronkbouw.nl)