

***In deze Noviteit van  
November December***

***Boerenkoolloop foto's***

***Groenloop***

***Wintercompetitie Jeugd en Senioren***

***Diverse uitslagen***

***Organisatoren gezocht!!!***

***Kerstcross Heerenveen***



## Inhoudsopgave

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

## Vaste Rubrieken

Redactioneel	6
Van de voorzitter	9
Rijpernieuwtes	10
Dick Smit "Groenkool"	12
Pietpraat	14
Ruud Doodeman "Lost"	17
Geschiedenisles Jos "Ibeto"	18
Jong blauw news 2	20
Gevonden voorwerpen	19
Jeugdportret	23
Verjaardagen	33
Recept "Thaise Kip"	34
Evenementenkalender	42

## Verder in deze Novakrant

Nova-Kompas wandeltocht	11
Start to Run	11
Linda Hurkmans verslag NK Junioren B	12
G Atletiek uitslagen club	12
Linda Hurkmans verslag YEOF	13
Start WC	18
Clubrecords	21
Wintercompetitie Senioren	23
Uitslagen Verlichtingsloop	24
Coopertest 15 okt + Bergen 2de wedstrijd WC	27
Peter en Marian "Nova-Kompas wandeling"	28
Novaweekend	31
Crosscompetitie "jeugd"	35
Louis van de Berg "Bedankt"	37
Totaalstand WC	39
Boerenkoolloop uitslagen	40



## Novabestuur

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>	
Piet Meijer	Spoorlijntje 3	Warmenhuizen	0226 39 0819	Voorzitter
Sylvia Groen	Dergmeerweg 61	Warmenhuizen	0226 390290	Secretaris
Yvonne Boerdijk	Oudewal 60	Warmenhuizen	0226 39 4735	Penningmstr
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209	
Bas Takens	Pastoor Willemsestr.94	Warmenhuizen	0226 39 3671	
René de Nijs	Fuik 21	Warmenhuizen	0226 39 3661	
Joop Nota	Dorpsstraat 71	Tuitjenhorn	0226 39 1602	
Piet Stuyt	De Kloet 3	Tuitjenhorn	0226 39 3177	
Louis Suiker	B. Noletstraat 4	Warmenhuizen	0226 39 2577	
Theo Tesselaar	Rijperweg 25	Sint Maarten	0226 39 3492	
Novakantine	Oostwal 33	Warmenhuizen	0226 39 1082	

## Trainers

<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>	<i>Naam</i>	<i>Telefoon</i>
Ingmar Zondervan	0226-39 1994	Jan Berkhout	0226 39 4278
Frans Kauffman	0226-393426	Peter/Marian Robert	0226 39 3338
Jan Karsten	0226 39 2029	Rob Duvivier	0226 39 5543
Ilse Leegwater	0226 39 3537	Louis Suiker	0226 39 2577
Maaïke Tesselaar	06 22217397	Louis van der Berg	0226 39 2501
Peter van Buijtene	06-41870325	Ron Janssen	06- 13634170

## Trainingstijden

<b>Maandag</b> 9.00 tot 10.30	<b>Vertrek bij Zandspoor</b> Sportief wandelen	<b>Trainer</b> Peter Robert
18.00 tot 19.00	<b>Novabaan</b> Junioren 1	Lars en Kiki
19.00 tot 20.00	Junioren 2	Carol, Rick en Linda
<b>Dinsdag</b> 19.30 tot 21.00	<b>Novabaan</b> Senioren/masters Junioren A	<b>Trainers</b> Jan Berkhout, Maaïke
<b>Woensdag</b> 19.00 tot 20.00 19.30 tot 21.00	<b>Novabaan</b> junioren looptraining optioneel Start to run Senioren/masters	<b>Trainers</b> Ilse Ron Janssen
<b>Donderdag</b> 17.00 tot 18.00 17.00 tot 18.00 18.00 tot 19.00 18.00 tot 19:00 19.00 tot 20.00 19.30 tot 21.00	<b>Novabaan</b> Mini- + C pupillen 2007 -2006 Pupillen B 2005 Pupillen A 2003-2004 G-Atletiek Junioren A Senioren/masters	<b>Trainers</b> Kiki en Davina Deni en Lonneke Ilse en Rick, Maaïke en Jesse Maaïke Peter van Buijtene,
<b>Vrijdag</b> 19.00 tot 20.00	<b>Novabaan</b> Junioren 2	<b>Trainers</b> Carol en Deni
<b>Zaterdag</b> 9.00 tot 10.30 15.00 tot 16.30 15.30 tot 17.00	<b>Vertrek bij Zandspoor</b> Sportief wandelen Nordic Walking (winter) Nordic Walking (zomer)	<b>Trainers</b> Marian Robert, Ingmar Zondervan Louis Suiker, Rob Duvivier, Jan Karsten Louis Suiker, Rob Duvivier, Jan Karsten.
<b>Zondag</b> 9.00 tot 10.30	<b>Vertrek bij begin Zeeweg</b> Start to run	Frans Kauffman

## Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie Belangrijke Informatie

### Contributie

Pupillen	€ 75,00 per jaar	
Junioren	€ 85,00 per jaar - Junioren A/B met wedstrijdlicentie	€ 100,00
Senioren/Masters	€ 100,00 per jaar - Senioren/masters met wedstrijdlicentie	€ 120,00
Sportief wandelen	€ 80,00 per jaar	
Steunend lid	€ 15,00 per jaar (inclusief Novakrant)	
Donateur	€ 5,00 per jaar (zonder krant)	

Het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van één jaar en loopt vanaf het moment van inschrijving. Hierna van januari t/m december. Betaling van de contributie geschiedt bij aanvang van het jaar, een rekening wordt u toegezonden. Opzegging van het lidmaatschap, drie maanden van te voren bij Sylvia Groen, Dergmeerweg 61, Warmenhuizen. bij voorkeur per email [sylvia.groen@quicknet.nl](mailto:sylvia.groen@quicknet.nl)

### Uitleg over leeftijden en categorieën vanaf 1-11-2013 tot 31-10-2014

Categorie	Geboortejaar	Categorie	Geboortejaar
Mini Pupil	2007 en later	Junior C	2000-1999
Pupil C	2006	Junior B	1998-1997
Pupil B	2005	Junior A	1996-1995
Pupil A1	2004	Senioren	<35 jaar
Pupil A2	2003	Masters 35	35-39 jaar
Junior D	2001-2002	Masters 40	30-44 jaar

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

### Diverse commissies:

#### Jeugdcommissie

<i>Naam</i>	<i>Adres</i>	<i>Woonplaats</i>	<i>Telefoon</i>
Cor Wabeke	Leeuwerikstraat 1	Warmenhuizen	0226 39 5688
Luc Rademakers	Rietkraag 16	Tuitjenhorn	0226 39 3603
Sylvia Groen	Dergmeerweg 61	Warmenhuizen	0226 39 0290
Marjon Church	De Waelke 7	Warmenhuizen	0226 39 0490
Mark Dekker	Oudewal 29a	Warmenhuizen	0226 39 5238
Nelina Bruin	Wieder 25	Warmenhuizen	0226 39 2209

#### Kantine commissie:

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

#### Materiaal- en baan commissie:

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

#### Baanwedstrijden commissie:

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

#### Emailadressen jeugdtrainers:

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

## REDACTIONEEL 28 oktober

Altijd een moeilijk momentje van deze alweer laatste editie Noviteit. Je realiseert je dan, dat een jaar voorbij vliegt. Nu vliegt het ook, maar van omgewaaide takken en bomen. Tjeetje wat een storm buiten. Men wordt dan ook geadviseerd om binnen te blijven. Code rood voor onze provincie.

Gelukkig hebben wij het liever over code blauw, wel genoemd het Nova blauw. Zo heeft Matthijs de twee editie "jong blauw nieuws" geschreven. Leuk Matthijs. Bedankt.

Omdat we met z'n allen een warme Nova familie

zijn.....en dat is ook wel weer gebleken door het woordje van René de Nijs....om hierbij Louis v.d Berg te bedanken als jeugdtrainer de afgelopen jaren. Ook de redactie bedankt Louis voor zijn altijd positieve verslagen van de jeugdwedstrijden. Wie o wie neemt deze taak op zich!!!! Hopen dat we een warme Nova familie blijven en er nieuwe organisatoren zich aanmelden voor de jaarlijkse terugkomende evenementen; de wandel 4- daagse en de verlichtingsloop. Bas Takens heeft er een stukje over geschreven, zodat men kan doorlezen wat het precies inhoudt. Het zou super zijn als er een paar enthousiaste mensen zich aanmelden voor deze evenementen. We wachten met spanning af. De wintercompetitie is in aantocht. Voor zowel de jeugdleden als de heren / dames. De datums zijn vermeld in de Noviteit. Kunnen jullie de datums alvast noteren in de agenda. De boerenkoolloop heeft al plaats gevonden als wij van de redactie de Noviteit in orde maken. Bas Takens heeft een aantal foto's gemaakt deze staan nu al in de krant de rest kunt u t.z.t. bekijken op de website van AV Nova.



Ook zijn wij van de redactie bezig geweest om ervoor te zorgen dat er weer adverteerders zijn, die d.m.v. een advertentie onze vereniging met het bijbehorende clubblad willen sponsoren. In tijden van crisis, waarbij we bewust moeten zijn van de kosten, zijn we altijd ontzettend blij als een bedrijf dat voor onze vereniging wilt doen. Onze dank hiervoor is dan ook groot.

Zoals altijd zijn onze vaste rubriek schrijvers ons niet vergeten. Heren bedankt.

Zo langzamerhand komt er een einde aan het redactioneel en wordt het genieten van de herfst en het winter seizoen. We gaan richting de Sinterklaas en de kerst. Of zwarte Piet dit jaar van de partij is blijft een verrassing. Misschien wel het laatste jaar. Voor onze niet de laatste Noviteit. Voor 30 december graag jullie kopij. Begin januari gaan we de krant in orde maken. Graag tot mails.....

Namens de redactie, veel leesplezier.....



### De Novaredactie:

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

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

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









## Van de Voorzitter

Terwijl er een storm over het land trekt en het binnen beter toeven is dan buiten is het een goede gelegenheid om aan het stukje van de voorzitter te gaan werken.

Er zijn de afgelopen weken nogal wat zaken aan de orde die voor de leden niet altijd zichtbaar zijn, maar wel moeten gebeuren zoals:

- De verzekering van ons clubgebouw, moet na 5 jaar geactualiseerd worden, dit houdt in een berekening maken of laten maken omtrent de herbouwwaarde en een inspectie omtrent de arbeids-middelen en de elektrische installatie.
- De gemeente Schagen is langs geweest en wil mogelijk een hoekje grond aan de zuid/west kant van ons terrein innemen.
- Ook zijn we bezig met de voorbereidingen van de boerenkoolloop, dit jaar voor het eerst met elektronische tijdwaarneming, ook dienen alle posten langs de route een examen verkeersregelaar af te leggen, dat kan je thuis doen op je PC.

Zo maar een paar dingen die achter de schermen plaats vinden,

Ook voor de schermen is er de afgelopen periode veel gebeurd, zo wisten Hugo Vader, Bram Berkhout, René Tijm en Jesse Smit tijdens de NK estafette 3 tweede plaatsen te behalen, op de 4 maal 100 mtr. de 4 maal 400 mtr. en de Zweedse estafette, bij deze mijn felicitaties voor deze geweldige prestatie. Er zijn filmpjes van deze wedstrijd te zien op onze site.

Nu we het er toch over hebben, onze Novasite is het afgelopen jaar ontzettend mooi geworden, er is veel info over de evenementen en alle uitslagen zijn snel beschikbaar. Ik wil met name Bram maar ook alle andere die er een bijdrage aan hebben geleverd mijn complimenten geven. Ook de nieuwsbrief is een goed werkend informatie onderdeel, ontvang je die nog niet? meld je aan via de site.

Nu de site zo compleet is, vraag je je af of de Noviteit nog wel noodzakelijk is, alle info is immers via de site beschikbaar, maar niet alles wat in de Noviteit staat komt op de site zoals onze vaste columnisten Dick, Piet, Ruud en Theo die worden dan brodeloos en het portret van een jeugdlid, en alle reisverhalen zullen we dan ook moeten missen, de toekomst zal uitkomst brengen en om af te sluiten met een citaat van de natuurvorser Jac. P. Thijsse. "Wanhoop nooit aan vooruitgang"

Op de valreep (want over 10 minuten gaat de krant naar de drukker) nog even wat melden over de succesvol verlopen boerenkoolloop, dit jaar 150 meer hardlopers en 100 meer wandelaars, dat was mede te danken aan de weergoden die in onze regio de zon liet schijnen, maar mijn grootste dank gaat uit naar de ca. 70 vrijwilligers die zich allemaal weer hebben ingezet om dit evenement in goede banen te lijden.

Het zijn erg veel medewerkers die al jaren dezelfde taak verrichten, en als ik ze dan in oktober benader hadden ze het al in de agenda staan, allemaal mensen waar we op kunnen rekenen, geweldig.

De voorzitter.  
Piet Meijer



## Rijpernieuwttjes

Het is momenteel herfstvakantie. Tot op heden met prachtig weer. Ben een dag aan het koolladen geweest bij mijn buurman Willem Blom. De temperatuur liep op tot ongeveer 20 graden. Het zweet stond op mijn rug, maar dat hinderde niets. Een aantal dagen buiten aan het werk op een andere wijze dan in het onderwijs is goed voor een mens, tenminste voor dit mens. En dan nog wel koolladen met Luuk, onze jongste zoon.

Afgelopen zondag zijn wij naar de hardlooprondte van Petten gefietst. De deelname daar was enorm, vond ik. Bijna 300 lopers deden mee aan de diverse afstanden. Heel veel NOVA lopers vielen er te bewonderen. Bij de jeugd deden de gebroeders Hoogeboom het fantastisch. Tom en Bas werden eerste en tweede in de jeugdlap van 1 km. Bij de meisjes ook twee NOVA successen. Meike Kruijer (geen Maaïke!) werd eerste en Femke Wabeke tweede. Verder heel veel NOVA blauw gezien, die uitstekende prestaties neer gezet hebben.

Na de lap hebben wij de kermis van Petten bezocht. Altijd leuk dit festijn, vooral omdat het de laatste is. De dinsdag is er een harddraverij. Ook prachtig om een keer mee te maken. Gesprek van de dag in Petten is natuurlijk de vissersboot. De zondag zijn wij er eventjes heen gereden. Het is er zeer druk met ramptoeristen en ik spot er ook wat NOVA leden. Ikzelf vind het niet zo bijzonder, een boot op de pier. Met vijf minuten heb ik het wel gezien. Dat er mensen reizen van ruim 150 km voor over hebben om dit te zien, verwondert me. Dinsdag sta ik aan een biertje met Cor Snip, een loopmaat van mij uit de vorige eeuw. Cor wil graag naar 't schip, maar hoort dat het schip al van de pier is getrokken. Een gemiste kans voor hem. Voor Petten keert de rust terug en dat zullen veel mensen niet erg vinden.

In het bestuur van AV NOVA zit o.a. René de Nijs. De zoon van René en Anita, Robbert, kan enorm hard fietsen. Laatst is Robbert Nederlands Kampioen geworden. Er stond een mooi stuk in de krant met een foto van Robbert, helemaal onder de modder. Gefeliciteerd met deze prachtige prestatie!

We gaan terug in de tijd. In augustus is de Ronde van Tuitjenhorn. Goed georganiseerd en heel veel deelnemers. Heel goed om deze lap na de zomervakantie te zetten. Vervolgens is de Verlichtingslap in Warmenhuizen. Aad en ik zetten drie aankondigingsborden neer. Een aan de Rijperweg, een bij Schoorldam en een aan het einde van de Warmerhuizerweg (kruising N245). Dit laatste bord is doelwit van vandalisme. Eerst wordt het omvergetrokken en raken wij heen om het opnieuw neer te zetten. De tweede keer is het bord helemaal vertrokken. Jammer natuurlijk en zo onnodig. Wat moeten mensen met zo'n bord. De verlichtingslap loopt op rolletjes begin september. De verlichting is dan niet meer zoals het was, maar de lap is nog steeds prachtig.

Eind september is de wandeltocht van AV NOVA in samenwerking met Kompas. Wat is dit toch fantastisch geregeld. Heel mooie route, die ons naar Schagen voerde (wij lopen de 25 km) Er zijn routes voor iedereen en er is verder overal aan gedacht (geschreven route, nauwkeurige bewegwijzering, catering) Terug van de wandeling genieten we in het zonnetje van een drankje. In het voetbal heet dit de derde helft en daar doe je het, stiekem, toch ook een beetje voor. Gelukkig hebben wij deze dag ook Nel van Wijk in actie gezien bij de inschrijving. Op dagen als deze mis je de aanwezigheid van Kees van Wijk enorm. Ook verheugd omdat Jaap Nieuwland er weer bij was. Hij komt terug van veel ongemak, maar is positief over zijn herstel. In Stroet was Jaap zelfs foto's aan het maken. Jaap, van harte beterschap.

Op school werken wij in thema's. Het eerste onderwerp had te maken met de Boekenweek. Klaar voor de start heette het. We startten met het spelen van spelletjes op school en in oktober gingen we naar de accommodatie van AV NOVA voor een Coopertest. De oudste kinderen liepen een hele Coopertest. De kinderen van de groepen 5 en 6 een halve en de kinderen van groep 4 een kwart Coopertest. Ik hoorde mensen verwonderd roepen, dat het zo mooi was bij AV NOVA. Het was een prachtig uurtje en gelijk een beetje reclame voor onze mooie club.

Ook met school waren wij op bezoek bij onze prachtige bibliotheek. Margriet Kaandorp heeft dan de leiding en doet dit op zeer kundige wijze. Wij hadden een praatje over boeken. Ik lees boeken van Jo Nesbo, een Noorse schrijver. Ik vertel, dat zijn schrijfwijze toch wel een tikje lastig is. Vertelt Margriet dat hij ook jeugdboeken schrijft. Ik krijg er gelijk twee mee. Ik heb ze allebei gelezen en ik vind ze prachtig. Ze gaan over twee bijzondere kinderen en een malle dokter. Het eerste boek heet Dr Proktors Schetenpoeder en het tweede Dr Proktors teletijdtobbe.

Als u dit leest, is de Boerenkoolloop al geweest. We gaan richting winter en feesten (Sint Maarten, Sinterklaas en Kerstmis). Overigens krijg ik de kriebels van de hele discussie over Zwarte Piet.

Het schaatsseizoen is ook begonnen en de SIS zal eerdaags wel met een bericht komen over het jeugdschaatsen. Ik hoop, dat er veel kinderen mee gaan doen aan de schaatslessen. Schaatsen is niet alleen heel gezellig, maar ook heel gezond.

Ik wens jullie allemaal veel sportplezier toe.

De mazzel, Theo Tesselaa



---

## Herhalingscursus hartreanimatie en AED 2013

Graag wil ik onderstaande mensen uitnodigen voor een herhalingscursus.

Deze vindt plaats op:

Woensdag 20 november 2013 om 19.30 uur

In ons NOVA-clubgebouw

Dit betreft dan:

Piet Meijer, Piet van der Welle, Frans Kroes, Sylvia Groen  
Nel Meijer, Dirk Jan Giskes, Yvonne Boerdijk, Ilse Leegwater  
Carol Rademakers, Louis van den Berg, David van der Welle  
Maaïke Tesselaar, Ingmar Zondervan, Irene Glas.

Zij dienen elk jaar een vervolgcursus te volgen om hun kennis te onderhouden.

Als iemand van bovenstaande mensen al een herhalingscursus elders volgt (werk) dan wil ik dat wel graag weten. Ook wil ik het graag weten, als iemand niet meer in de gelegenheid is om de herhalingscursus te volgen. En misschien is er wel iemand in de NOVA familie, die ook deze herhalingscursus wil volgen (let wel, dan moet je wel een diploma hebben!)

(mailadres is: [mc.tesselaar@quicknet.nl](mailto:mc.tesselaar@quicknet.nl))

Theo Tesselaar





## Groenkool

In navolging van andere grote sportevenementen is ook Nova gezwicht op het verzoek van de hoofdsponsor VeZet. Zij willen de wedstrijd namelijk volgen met een sponsorwagen van het bedrijf die gespoten is in de boerenkoolkleuren. Een delegatie overgevlogen uit Zuid-Afrika zijn ditmaal hun gasten. De VeZet wil nl. het product promoten in dit land mede door de vele Hollanders die daar gehuisvest zijn.



De promotiewagen compleet met inheemse chauffeur keurig in het pak gestoken met pet en donkere bril op was al een bezienswaardigheid op zich. Ruimschoots op tijd kwamen zij aanrijden richting Novabaan. Op de Oostwal werden zij echter staande gehouden door onze hoofdverkeersregelaar John Vader. HoHo stoppen waar wilt u heen! Ja hallo meneer wij zoek een aftrekplek voor onze gasten. Wat zegt u, vroeg John die dacht dat hij het verkeerd had verstaan. Wij zoek een aftrekplek want moeten nodig naar draailoop. De draailoop dan zitten jullie hier helemaal verkeerd, dit is de Boerenkoolloop van Nova. JaJa dat is oké. Wij uitgenodigd zijn door VeZet voor deze groenkoolloop en wij moet vragen naar meneer de Groot. Nou die komt er godzijdank net aanlopen. Jos hier zijn je Afrikaanse gasten en John zuchtte opgelucht dat hij daar vanaf was. Jos begeleidde ze naar de kantine waar ze werden onthaald op koffie met appelliefie. Tussen de bedrijven door was het oogies maak met de dames achter de bar die direct door hadden dat het geen enkellopers waren maar wel gatkruiperig. Mannen jullie moeten instappen want we gaan zo starten. Oké meneer de Groot, maar we zijn een beetje gesiggestrem. Heeft u misschien ook nog een loerpypie voor ons? Jos verblikte en verbloosde niet en haalde twee loerpypies uit de kast plus een dagstapper gids. Alstublieft zo kan het niet fout gaan en na afloop graag weer inleveren. De wedstrijd werd hangend uit het autoraam gevolgd maar wel in de sitplek gordel. De loerpypies kwamen uitstekend van pas al kregen ze er wel wat kopseer van. Terug in de Novakantine keken ze hun ogen uit naar al de deelnemers die in hun amperbroekie of kaalgat het washok in en uit liepen. Al met al was het een enorme belevens voor deze mannen, die trots zwaaiend met hun zakken groenkool en aardappelskyfies richting Schiphol reden. Eenmaal in het vliegtuig gezeten was het weer oogies maak met de Lugwaardin die als tegenprestatie een zak groenkool kreeg aangeboden waarna een ieder weer voldaan en bakgaat weer op huis aanging.

Dick Smit

Ps: hier nog enige uitleg van de Zuid- Afrikaanse woorden:

Aftrekplaats – parkeerplaats	Draailoop - toilet
Appelliefie – appeltaart	Oogiesmaak - flirten
Enkellopers – vrijgezel	Gatkruiperig - slijmen
Gesiggestrem – slechtiend	Loerpypie - verrekijker
Dagstappersgids – wandelroute	Sitplekgordel - autogordel
Amperbroekie – slip	kaalgat - bloot
Lugwaardin – stewardess	Bakgaat - tevreden

## Organisatoren wandel4daagse en verlichtingsloop gezocht!

De organisaties van twee super evenementen zijn op zoek naar enthousiastelingen!

Recent hebben van zowel de wandel4daagse als de verlichtingsloop mede-organisatoren na jarenlange inzet afgezwaaid. Daarom zijn deze organisaties hard op zoek naar plaatsvervangers voor deze toppers. Ken jij iemand die graag de handen uit de mouwen steekt of wil je zelf helpen? Laat het weten!

### Wandel4daagse:

Ook de wandel4daagse is hard op zoek naar mensen. Van oudsher lopen hordes mensen met veel plezier door de omgeving, maar daarvoor zijn mensen nodig die dit allemaal willen voorbereiden. De organisatie van de wandel4daagse is daarom op zoek naar iemand die de PR voor zijn/haar rekening wil nemen en iemand die de routes kan controleren.

- PR: Bij PR zorg je ervoor dat via zo veel mogelijk kanalen de boodschap van de wandel4daagse gedeeld wordt. Op deze manier hopen we natuurlijk dat ieder jaar weer meer mensen meedoen. Een erg belangrijke job dus!
- Routes: Er is iemand nodig die jaarlijks 5 routes wil checken. Wordt er niet aan de weg gewerkt? Is de weg wel begaanbaar? ...En misschien dat diegene zelf nog wel een paar leuke routes in gedachte heeft? Want ook dat horen we natuurlijk graag!



Denk jij een steentje bij te kunnen dragen of weet je iemand die dat wil? Bel alsjeblieft met Theo Tesselaar op 0226 393492.

### Verlichtingsloop:

De organisatie van de verlichtingsloop is hard op zoek naar twee mensen die bij willen springen in de organisatie. Cor Wabeke, Nelina en David van der Welle hebben hulp nodig bij de opbouw van het parcours en fondsenwerving.

- Fondsenwerving: De verlichtingsloop is voor een heel groot deel afhankelijk van de vrijgevendheid van sponsors. De afgelopen jaren is het een stuk lastiger geworden om mensen en bedrijven te vinden die bereid zijn om een duit in het zakje te doen. Dit heeft dus een impuls nodig! Kan jij die mensen verleiden tot een gift..?
- Parcoursopbouw: In het centrum van Warmenhuizen is de sfeer altijd super op de avond van de verlichtingsloop. Een goed opgebouwd parcours waaraan fans naar harte lust kunnen juichen is daar heel belangrijk voor. Want hoe uitbundiger de verlichting, hoe mooier de avond natuurlijk! Wie-o-wie wil zorg dragen voor het parcours en de verlichting?

Lijkt een van deze functies jou wat? Neem alstjeblieft contact op met de familie Van der Welle. 0226 392209

Met veel dank,  
De organisaties van de wandel4daagse en de verlichtingsloop

## Pietpraat

Ik ben vroeg op vandaag want een helikopter zorgde ervoor dat ik geen wekker nodig had, en deze bleef zo lang boven ons hangen dat ik niet meer in slaap kon komen. Nu dat was ook niet nodig want de telefoon ging en via een amber alert werden we verzocht om uit te kijken naar een dief die bij Albert Hein had ingebroken. Ik ben overigens niet op zoek gegaan naar de dief, wel even uit het raam gekeken maar ik zag niets. Ontsnapt?? Volgens de krant toch gepakt.

De vorige keer aandacht geschonken aan de mooie zomer en wat daarmee samenhangt zoals lekker fietsen, minder onkruidgroei op onze accommodatie, enz. Nu dat is nu verleden tijd. De herfst is er, al hebben we af en toe ook nog wel een mooie dag om van te genieten. Zoals met de Nova-Kompas wandeltocht. Veel wind, maar in de luwte en met de zon toch heerlijk. Dit jaar met geheel nieuwe routes. In mijn overmoed had ik aangeboden om de "verre" route uit te pijlen. Nu dat heb ik geweten. Op zaterdag alvast een stukje kade vanaf Dirkshorn richting Groenveld en verder via Tolke langs de Tolkervaart naar Schagen. Heel mooi maar beter om te lopen dan te fietsen. Zondagmorgen de rest en controle of alles nog aanwezig was. Zoals ik al opmerkte vrij veel wind en bij Tolke trof ik een boom over de weg. Het was nog vrij vroeg en de zon stond nog laag waardoor ik niet veel zag. Ik had het eerst niet eens in de gaten. Verder niemand bij te zien, maar ik kon er net nog langs. Het was weer een goedgeslaagd wandelevenement met veel positieve reacties. Voor mij wel wat zwaar want naast het uitzetten, later nog een controlerondje en tot slot opruimen was het toch zowat 3 x het langste rondje. Dan heb je wel eens trek in wat. Maar helaas bij terugkomst in de kantine bleek het beloofde vocht op te zijn. Minpuntje voor de kantinecommissie. Volgende keer beter neem ik aan.

Dan de voorbereiding voor de Boerenkoolloop. Als jullie dit lezen alweer een gepasseerd station, maar zit er nu nog aan te komen. In Heerhugowaard had Hera de herfstloop, dus daar was flyers en affiches gebracht op de fiets. Tas laten liggen. Geen probleem dacht ik. Ik fiets er nog wel een keertje langs, maar ja er is lang niet altijd iemand aanwezig. Na een paar mislukte pogingen trof ik het op een zaterdagmiddag. Ik zag wat op de baan lopen. Een paar mensen die de nieuwe kunststofbaan bewonderden waaronder een bekende Herman Ab Wassenaar: kantinebaas, starter en nog veel meer. En zowaar mijn tasje was er nog. Voor de flyers in Petten en Hoorn (Parkloop) wist ik een paar andere Novaleden te strikken. En nu maar hopen dat er weer veel hardlopers (en ook wandelaars) interesse hebben in een heerlijke hap boerenkool met worst. Aan de voorbereidingen zal het niet liggen.

Zo zien we dat ook bij de oudere inmiddels rustende (hard)lopers Nova nog steeds een belangrijke rol speelt.

Piet (vdW)

---

## Verkoopavond All4running (vroeger Runnersworld)

Ook dit jaar is er weer een verkoopavond voor kleding en schoenen in ons eigen clubgebouw aan de Oostwal 33.

Dinsdag 19 november a.s. van 17.00 tot 21.00 uur kunnen leden en andere belangstellenden terecht in de kantine voor heel interessante koopjes.

Zie ook de folder welke bij deze Noviteit is gevoegd.





## Lost

We waren een weekendje weg, en we waren ook echt weg, want ineens waren we de weg kwijt. Het uitje was op een locatie in Ede op de Veluwe, en dit stond garant voor een paar geweldige dagen waar de goede dingen van het leven aan bod kwamen. Iets wat voor jongere Nova-leden zeker aan te bevelen is. Een van de leukste dingen, naast het samen optrekken, is dan de sportieve natuurbeleving, vind ik, liefst een in de vorm van een lange hardloophzwervtocht van anderhalf á twee uur. Nu zouden ze dat trailrunning noemen. Alleen hebben ze het bij trailrunning niet helemaal goed begrepen, wanneer de tocht door de vrije natuur volledig bewegwijzerd is, dan is het avontuur volkomen weg. Nu konden we er ook nog eens voor kiezen om op maandag te vertrekken in plaats van zondag. Dat zag ik wel zitten, dan kon ik die maandag met de fiets terug, ook altijd leuk. Op de zondag had een flinke groep nablijvers na een verrukkelijk avondmaal nog zin om te gaan wandelen in het bos om even uit te buiken.



We genoten van de natuur, die bij het invallen van de avond zo bijzonder mooi kan zijn, zeker als de hertjes voorzichtig te voorschijn komen. Nadat we een tijdje op pad waren zag echter geen van ons allen nog herkenning in de richting die we op moesten gaan om terug te keren. Moeten we niet die richting op? Geen idee waar we waren! We hebben het hierbij nog over de tijd zonder GPS op elk mobieltje, laat staan dat je überhaupt bereik hebt op de Veluwe. Intussen begon de schemering in rap tempo in te zetten. In goed overleg was een strategie bedacht om net zo lang rechtdoor te lopen totdat er een bekend punt opdaagde. Nou, aldus duurde het behoorlijk lang voordat we weer op de goede weg waren! Het werd niet alleen een enerverende, maar ook een inspannende ervaring in het donkere bos. Uiteindelijk liepen we bijna nog in het vrijwel duister aan het logeeradres voorbij. Tot we het zachtgele licht zagen branden van de keukens, waar enkele thuisblijvers alvast de kopjes klaar gezet hadden. Wat waren we blij dat we er waren, want in het bos is het echt donker als het nacht wordt. Eenmaal binnen roken we meteen koffie, die beter smaakte dan ooit.



Wanneer we hadden geweten aan welke zijde onze groepsaccommodatie lag dan had het niet zo moeilijk hoeven zijn. Het is zo dat waar het mos aan de boom zit dat meestal de aan noordkant is. Rechts van het noorden is het oosten en links het westen. Dus dan weet je dat het zuiden de overgebleven andere kant is. Nu hoef je alleen nog maar te weten aan welke kant de gewenste bewoonde wereld is. Wanneer je echter dusdanig van het pad bent dat het donker wordt, dan heb je mazzel want dan kan je beter op de sterren navigeren. Als het tenminste onbewolkt is en de maan niet te veel roet in het eten gooit dan kan je je op de poolster richten. Deze bevindt zich in de buurt van de grote en kleine beer oftewel het steelpannetje. Aan het einde van de steel

is een iets fellere ster te zien en dat is de Poolster. Op het zuidelijk halfrond heb je hier uiteraard niets aan, dan heb je alleen zicht op de andere kant en kan je beter uit de voeten met een sterrenbeeld dat het Zuiderkruis is en waarmee je het zuiden kunt bepalen. Zover zal het vast niet komen. Blijft over de vraag: wie is er nu de weg kwijt? Is dat de bleke jeugd die verslaafd is aan de virtuele wereld van het gamen en liever niet buiten komt of zijn dat de Nova-leden die in de werkelijke wereld even van het bekende pad af zijn?

R.D.

## Iberto Juantorena Danger

(Santiago de Cuba, 3 december 1950) is een voormalige Cubaanse atleet, die gespecialiseerd was in de 400 m en de 800 m. Op de Olympische Spelen van Montreal won hij op beide afstanden, een dubbelslag die nog niemand anders had weten te behalen. In zijn sportcarrière liep hij tweemaal een wereldrecord. Zijn landgenoten noemden hem wegens zijn stijl (lange passen) 'el caballo', het paard.[1]

### Begin atletiecarrière

Alberto Juantorena begon als basketbalspeler, maar in 1971 stapte hij over naar de atletiek. Onder de begeleiding van de Poolse coach Zygmunt Zabierzowski maakte hij snel vorderingen, en het volgende jaar bereikte hij reeds de halve finales op de 400m. vlak op de Olympische Spelen van 1972 in München. Weer een jaar later, in 1973, won hij zijn eerste internationale titel met een gouden medaille op de 400 m tijdens de Universiade in Moskou. In het seizoen 1974 was Juantorena de snelste atleet ter wereld op de 400 m, met een tijd van 44,7 s. Hij bleef ongeslagen in deze beide seizoenen.

### Olympische dubbelslag

Op de Olympische Spelen van Montreal in 1976 was hij één van de favorieten voor het goud op de 400 m, maar hij deed ook mee aan de 800 m, hoewel hij pas datzelfde jaar zich serieus op die afstand was gaan toelagen. Het idee was afkomstig van trainer Zabierzowsky, die altijd al de ambitie had gekoesterd om een wereldrecordhouder op de 800 m voort te brengen, en meende dat hij in de 1,90 m grote Juantorena zijn kandidaat had gevonden. Begin 1976 bereidde hij hem op het waagstuk voor, zonder het echter ook in een wedstrijd te proberen.

Tussen 23 en 31 juli 1976 liep Juantorena in Montreal negen wedstrijden: drie op de 800 m. vier op de 400m. en twee in de 4 x 400m. estafette. Toen hij de finale van de 800m. won, keek hij vaak achterom. Maar hij won in een wereldrecordtijd van 1.43,50 in een finale waarin hij Ivo Van Damme en Rick Wohlhuter (USA) versloeg. Drie dagen later won hij dan ook nog de 400m in 44,26 de snelste tijd tot dan toe op zeeniveau gelopen.

Terug in Havana schonk hij zijn gouden medaille van de 800 m aan het staatshoofd Fidel Castro, die hij de hemel in prees. Overigens was Alberto

Juantorena na zijn successen in Montreal zeer duidelijk over zijn sportieve en professionele toekomst: 'Ik ben nu gediplomeerd econoom, maar voor een hogere graad moet ik nog studeren aan de universiteit van Havana. Ik vind het goed voor een mens om op meer fronten actief te zijn. Dat is trouwens een basisprincipe van het Cubaanse onderwijssysteem. Waar ik van droom, is wijs te worden: dat wil zeggen een compleet mens te zijn.'



Op de Universiade van 1977 in Sofia won Juantorena de 800 m in 1.43,44, een verbetering van zijn eigen wereldrecord met zeshonderdste seconden. Bij de wereldbekerwedstrijden in Düsseldorf van dat jaar won hij opnieuw de dubbel op de 400 en 800 m.

De volgende jaren werd hij geplaagd door blessures en kon hij zijn vroegere niveau niet meer evenaren. Op de Olympische Spelen van 1980 in Moskou bereikte hij nog wel de finale op de 400 m. waarin hij vierde werd. Zijn laatste internationale titels behaalde hij op de Centraal-Amerikaanse Spelen van 1982 die in Cuba plaatsvonden; daar won hij goud op de 800 m en op de 4 x 400 m estafette. Het volgende jaar nam hij deel aan de eerste wereldkampioenschappen atletiek in Helsinki; maar nadat hij zich had geplaatst in de eerste ronde op de 800 m. trapte hij op de rand van de piste, en brak een beentje in zijn voet. Deze blessure betekende het einde van zijn carrière als internationale atleet.

### **Vice-minister van sport.**

Na zijn actieve loopbaan als atleet bleef Juantorena nauw betrokken bij het nationale Cubaanse en internationale sportbeleid. Hij is sedert 1984 viceminister van sport in Cuba en vicevoorzitter van het Cubaans Olympisch Comité. In de IAAF was hij onder meer voorzitter van de atletencommissie en anno 2007 is hij lid van de IAAF Council.

Eén van zijn vijf kinderen, de gelijknamige Alberto Juantorena Jr. (geboren in 1977), is eveneens een atleet die zich toelegt op de tienkamp. In 2007 was zijn beste prestatie 8042 punten

### **Titels**

- Olympisch kampioen 400 m - 1976
- Olympisch kampioen 800 m - 1976
- Centraal-Amerikaans en Caribisch kampioen 400 m - 1973
- Centraal-Amerikaans en Caribisch kampioen 800 m – 1981

### **Wereldrecords**

- 1.43,50 (Montreal, 25 juli 1976)
- 1.43,44 (Sofia, 21 augustus 1977)

---

### **En nog even een foto van de boerenkoolloop**





# Jong Blauw News 2.0



*De opbrengst van 1 weekend NK Estafette*

## **Uitspraak van de maand!**

Echt gehoord op de atletiekbaan bij Nova:

*De techniek is helaas nog niet zo ver dat je een CD op een 45 toerenplaatje kunt branden!*

Ik besef me dat je je nauwelijks 'Jong Blauw' kunt noemen wil je dit begrijpen. Maar hilarisch!

## **Cheer Chard**

Het baanseizoen is ten einde, dit betekent dat na een korte rustmaand de trainingen in het bos weer worden hervat. Om 10 uur op zondagmorgen vertrekt het team weer bij het zandspoor om aan billen, borst en buik te werken.

Wel zullen enkele leden wat crosses afwerken.

Als 'sneak preview' voor het nieuwe jaar kan ik alvast verklappen dat er weer enkele indoorwedstrijden worden afgewerkt, waaronder de altijd laagdrempelige a.v. PEC indoor in het Omnisportcentrum in Apeldoorn. *Geef je tijdig op!*

### **Robyn T. in hordenteam?**

Het gerucht gaat dat Robyn T. het JB hordenteam gaat versterken. Daar zij ongetraind 1.27 liep is het niet onmogelijk dat ze voor komend seizoen volop gaat trainen op de 400mH.

## **'Het Stokje'**

*In de vorige editie van het Jong blauw nieuws werd al vermeld dat de vaste rubriek 'het polletje' komt te vervallen, daarom is er nu een nieuwe rubriek genaamd 'het stokje'.* Deze maand staat 'het stokje' in het teken van het NK Estafette.

De heren Jesse S, Rene T, Hugo V en Bram B deden namens Jong Blauw mee aan het NK estafette.

De afstanden die werden afgelegd waren 4x100m, 4x400m, Zweedse estafette en 4x200m. Per afstand zijn er 3 wissels waarbij het stokje van de een naar de ander gaat. Er is alleen een stok achter de deur, het stokje moet binnen het wisselvak over gegeven worden, bovendien moet het stokje over de finish worden gebracht om een officiële race te volbrengen.

Een snelle rekensom leert hierbij dat er in het hele weekend 12 keer zou moeten worden gewisseld.

Jammer genoeg werd hier een stokje voor gestoken doordat de 12de wissel op de afsluitende 4x200m van het NK estafette niet volgens plan verliep. Voordeel hierbij was dat het Nova Team een dermate grote voorsprong had, dat zij het niet met andere teams aan de stok kregen.

Maar alle gekheid op een stokje, de eindstand na 2 dagen NK estafette bedroeg 2 clubrecords, 3 persoonlijke records en 12 zilveren medailles.

Vader J. Vader merkte hierbij over de prestaties van Jong Blauw op : Zoals op het estafettestokje staat geschreven: Top!

De rubriek 'Het stokje' zal nu worden doorgegeven aan iemand anders van Jong Blauw 2.0 (Binnen het vak en het liefst zonder het te laten vallen).

### Klimduinrun succes

De klimduinrun in Schoorl was voor de Nova-deelname een groot succes. De mannen troffen enkele sterke internationale toppers in de series, desondanks drong Demi van S. door tot de herkansingsseries

In de jeugdklasse wisten Carlien W., Amber H. en Martijn K. allen top 5 plaatsen te bewerkstelligen.

### Pluim

Pluimen van de maanden Oktober en November worden verdeeld door het estafette-team. 'Terecht mogen de heren met zijn vieren twee pluimen delen, zij hebben dit meer dan verdiend' aldus ons onafhankelijke jurylid.

Hier had uw hilarische opmerking kunnen staan

### De Doorstart

Sinds ik ben gaan studeren is er op het trainingsgebied een hoop veranderd. Alweer twee maanden train ik nu als gastlid bij av40 in Delft. Gelukkig kan ik wel in de weekenden met de rest van het jongblauw team blijven trainen, en verandert er op wedstrijd niveau ook niet veel, want wedstrijden blijf ik gewoon lopen in het prachtige blauwe tenue van NOVA. De trainingen zijn wel veranderd want ik plaats van achter aan de groep te bungelen, loop ik nu vier vooraan de groep en neem ik de groep op sleeptouw.

Na twee weken hard getraind te hebben bij mijn nieuwe vereniging was het tijd voor het NK-estafette waar het jongblauwteam in één van zijn sterkste bezettingen aan de startlijn te vinden was. De zaterdag gingen we al vroeg op pad richting Amstelveen. (we is overigens Bram, Jesse, René en ikzelf) Het eerste onderdeel dat op het programma stond was het onderdeel 4x100 meter vrijlooptijl. De verwachtingen waren hoog, maar de kans op eremetaal leek niet al te groot. Maar na een geweldige wissel van René op Bram en daarna een geweldige bocht van Jesse kwamen we als 4e door op de laatste wissel. Terwijl de rest ongerust toekeek of ik nog wel kon lopen, omdat ik al zo lang niet meer getraind had, stooft ik twee man voorbij en veroverde voor het team de zilveren medaille! Na lang wachten en na een hoop goede oefeningen gezien te hebben, was het tijd voor de 4x400. Misschien wel de spannendste strijd van de dag. Na de 4e 400 meter kwam jongblauw weer als twee over de streep en mochten we voor de tweede keer het één na hoogste trapje betreden. Tot zover had het trainen bij de nieuwe vereniging flink zijn vruchten afgeworpen.

Hugo

### Nova Damesteam dwingt respect af!

Op de landelijke promotiewedstrijd op zondag 15 september jl. heeft het Nova damesteam onder leiding van Djessie L. laten zien dat er rekening met ze gehouden dient te worden. Brutaal dwongen ze al een plaatsje af in deze wedstrijd, maar met een gemiddelde van boven de 530 punten scoorden ze samen fantastisch. Natuurlijk was hoogspringen weer een flinke uitschieter, maar ook de 400m vlak mocht er zijn.

Lichte blessures en afwezigheid zorgden er voor dat de aanwezige dames zich flexibel moesten inzetten. Allen toonden karakter en niemand presteerde ondermaats. De brede grijns op het gezicht van trainster Maaïke T. sprak boekdelen. 'Apetrots ben ik op mijn meiden' liet zij zich na de wedstrijd terecht ontvallen aan de aanwezige cameraploeg.

Voor beelden van deze mooie dag moet ik u verwijzen naar de Facebook-pagina van de competitieteams.

### Transferwindow

Rond de jaarwissel gaat de transferwindow weer open. De verwachtingen zijn hooggespannen binnen Jong Blauw over de toptransfer die in de eerdere editie al aangekondigd werd. Jong Blauw News 2.0 houdt u op de hoogte.

**marlequi**

## WINTERCOMPETITIE 2013 - 2014 AV NOVA

### De reglementen:

Dezelfde puntentelling gaat gelden als vorig jaar, er is een apart klassement voor dames en heren.

Uitgangspunt is dat iedereen 100 punten kan halen bij een superprestatie, aftrek geldt voor de tijd die iemand langer nodig heeft.

Daarnaast geldt een reductie naar mate je ouder wordt. Meetmoment leeftijd: 1 september.

Het programma bestaat uit 10 wedstrijden. Loop je hiervan 8 wedstrijden krijg je 10 bonuspunten, loop je 9 wedstrijden krijg je totaal 20 bonuspunten, loop je 10 wedstrijden krijg je totaal 30 bonuspunten, .

Van deze 10 wedstrijden tellen de beste 8 uitslagen mee voor het eindklassement.

Het is verplicht om in NOVA shirt / trui te lopen. Loop je niet in NOVA-kleding, dan worden per wedstrijd 5 punten in mindering gebracht.



### Programma:

Datum	Organisatie	Heren: km	Dames: km	Start to Run km
1 december	Duincross Den Helder. Start 10 km om 12 uur; 5,8 km 11.15 uur. Info: <a href="http://www.noordkopatletiek.nl">www.noordkopatletiek.nl</a>	10	5.8	5.8
22 december	Kerstcross Oranjewoud, Heerenveen. Info: <a href="http://www.avheerenveen.nl">www.avheerenveen.nl</a> In de Noviteit van November staat meer informatie o.a. over inschrijven, vervoer, vertrektijden, starttijden etc.	10	6	6
19 januari	Bosloop Nova Organisatie Nova. Start 10.30 uur. Info <a href="http://www.avnova.nl">www.avnova.nl</a>	11.7	11.7	5.4
16 februari	Verrassingsloop Schoorl-Groet, info volgt			
16 maart	Meer info volgt			
30 maart	Clubcross. Info <a href="http://www.avnova.nl">www.avnova.nl</a> met aansluitend brunch en uitreiking prijzen wintercompetitie	6	4	4

Alle informatie van de lopen t/m december is ook te vinden op de site <http://www.dutchrunners.nl> .

De WC-commissie bestaat dit jaar uit:  
Jan Berkhout, Hilde Ligthart en Peter + Marian Robert.  
Jurylid: Jan Berkhout, Jos de Groot + Marian Robert

### Gevonden Voorwerpen:

Kijk de doos met gevonden voorwerpen na als je weer komt trainen.

- Windjack grijs Fastrider mt. 140 (Irene)
  - Blauw T-shirt M
- De spullen blijven tot 2 maanden na het verschijnen van dit nummer bewaard in de plastic opbergkist in de Novakantine, daarna gaat het in de container van humanitas.

## Uitslagen Verlichtingsloop jeugd

Onder prachtige omstandigheden werd op 7 september de Verlichtingsloop georganiseerd. De eerste groep waren alle kinderen tot en met 6 jaar. Meer dan 35 kinderen gingen van start voor een kleine ronde van 600 meter. In volle sprint vertrokken ze en de ouders er achteraan. Ook de andere jeugdgroepen kenden een goede deelname. Na de prijsuitreiking van de jeugd gingen de senioren van start voor 2 of 4 Engelse mijlen. De opkomst was dit jaar zeer goed met meer dan 100 lopers. Een lang lint van lopers trok door het dorp. De overwinning bij de mannen ging naar Tjerk Conijn, die een week eerder in Tuitjenhorn ook al had gewonnen, voor Michiel de Ruiter en Ferdie van der Heide. Bij de dames ging Suzan Nieman er met de overwinning vandoor, vlak voor de plaatselijke favoriet Margriet Berkhout.

De overwinning in het Rabo Golden 2 klassement, een gezamenlijk klassement met de hardlopronde van Tuitjenhorn, werd gewonnen door Tjerk Conijn en Suzan Nieman.

De organisatie bedankt alle vrijwilligers en de sponsors voor hun bijdrage. Zonder hen zou de Verlichtingsloop niet georganiseerd kunnen worden!

Plaats	Naam	Lft	Woonplaats	Plaats	Naam	Lft	Woonplaats
<b>Jongens t/m 6 jaar</b>				<b>Meisjes t/m 6 jaar</b>			
1	Sean Ligthart	6	WH	1	Meike de Moel	6	TH
2	Tijn Eriks	6	WH	2	Gemma Barsingerhorn	6	WH
3	Nick Vlaar	6	WH	3	Noortje de Geus	6	WH
4	Niek Ligthart	6	WH	4	Jana Ligthart	6	WH
5	Miles Tesselaar	6	WH	5	Fenne de Geus	5	WH
6	Denny Bremmers	6	WH	6	Jasmijn Tesselaar	6	WH
7	Sten vd Welle	6	WH	7	Aniek Barsingerhorn	5	WH
8	Arco Vlaar	5	WH	8	Britt Beentjes	5	WH
9	Jack Duineveld	5	WH	9	Imke Glamus	5	WH
10	Max Meester	6	WH	10	Anne Scheffer	6	WH
11	Espen vd Welle	4	WH	11	Else de Wit	6	WH
12	Sep Entius	4	WH	12	Anna Vast	6	TH
13	Sven Kager	5	WH	13	Maren van der Welle	4	WH
14	Joop Poland	5	WH	14	Gwenn Berger	3	WH
15	Sem Eriks	4	WH	15	Riva Ligthart	4	WH
16	Silas Klein	6	Schoorl	16	Esmay van Wonderen	4	WH
17	Fons Goudsblom	4	WH	<b>Meisjes 7/8 jaar</b>			
18	Roel Dekker	5	WH	1	Silje Bader		WH
19	Jens Meijer	3	WH	2	Tess van Baar		WH
20	Kees Pronk	5	WH	3	Noëlle Ligthart		WH
21	Thom Meester	4	WH	4	Lois Tesselaar		WH
22	Tiemen Pronk	4	WH	5	Elin Pronk	7	WH
23	Tim de Meijer	4	WH	6	Charlotte van den Berg	8	WH
24	Nick Vast	4	TH	7	Jente van den Berg	8	WH
25	Teun vd Molen	4	L.dijk	8	Stacey Tesselaar	8	WH
				9	Sunna Grevelt	7	WH



**Jongens 7/8 jaar**

1	Robin Nannes	8	WH
2	Jesse Stoop	8	WH
3	Bas Dekker	7	WH
4	Kjell Ligthart	8	WH
5	Senne Borst	8	TH
6	Kick Veerman	8	WH
7	Freek Entius	7	WH
8	Hugo Deuling	8	WH
9	Finn Dekker	7	WH
10	Lennard Bruin	7	WH
11	Anthony Young	8	Alkmaar
12	Rijk de Wit	8	WH
13	Thomas Jorritsma	7	WH
14	Guus Dekker	7	WH

**Jongens 9/10 jaar**

1	Daan Emmaneel	10	TH
2	Jordy Negic	10	WH
3	Erik Rademakers	10	TH
4	Robin Glasius	9	WH
5	Per Schipper	9	WH
6	Dark Tesselaar	10	WH
7	Ramon Bonte	9	WH
8	Brett Barsingerhorn	9	WH
9	Jesse Popadic	10	WH
10	Hil Dekker	9	WH
11	Nick Tesselaar	10	WH
12	Partick Jorritsma	9	WH

**Jongens 11/12 jaar**

1	Carlo Klaver	12	WH
2	Luuk Veldman	12	Alkmaar
3	Aris Beers	11	WH
4	Nick Beerepoot	11	Spanbroek
5	Pieter Dekker	12	WH
6	Jens Pronk	12	WH
7	Ties Danenberg	12	WH
8	Maikel Flonk	11	Oudkarspel
9	Chris Jonker	12	WH
10	Jens Barsingerhorn	11	WH
11	Florian vd Berg	11	WH
12	Nick Vriendjes	11	WH

10	Isa Pronk	7	WH
11	Meis Poland	8	WH
12	Nina Popadic	7	WH
13	Noortje Zutt	8	WH
14	Jasmijn Zut	7	WH

**Meisjes 9/10 jaar**

1	Meike Kruijer	10	TH
2	Femke Wabeke	9	WH
3	Rosa Entius	9	WH
4	Kim van Baar	10	WH
5	Imme Pronk	10	WH
6	Iris Hellenkamp	9	WH
7	Lola Bruin	9	WH
8	Iris Kuijs	9	WH
9	Wendy Bremmers	9	WH
10	Eliza Vriendjes	9	WH
11	Fay Pronk	9	WH

**Meisjes 11/12 jaar**

1	Lisette Doodeman	11	WH
2	Casey Rozendaal	12	WH
3	Mireille Ligthart	11	WH
4	Robine Post	8	WH

**Meisjes 13 t/m 15 jaar**

1	Laura Boekel	15	TH
2	Carlien Wabeke	13	WH
3	Bregje Dekker	13	TH
4	Lies Beers	15	WH
5	Roos Poland	13	WH
6	Bianca Brommer	13	Schoorl
7	Sjoanita Brommer	15	Schoorl

**Jongens 13 t/m 15 jaar**

1	Edwin Sjerps	15	Nibbixwoud
2	Marc Rademakers	14	TH
3	Jild Wardenaar	14	Schagen
4	Juliën Karsten	13	WH
5	Ivar Ligthart	14	Schagen
6	Sander Doodeman	14	WH
7	Jim van Baar	13	WH

## Uitslag Verlichtingsloop Senioren

### 2 Engelse mijl

Plaats	Naam	Tijd	Lftd	M/V	Woonplaats
1	Meike Hoogeboom	14,15	22	V	Groet
2	Lynn Glas	16,47	16	V	Warmenhuizen

1	Deni van Schagen	12,13	17	M	Warmenhuizen
2	Bas Takens	12,35	20	M	Warmenhuizen
3	Rick Groen	13,11	17	M	Warmenhuizen
4	Aad Pancras	15,14	61	M	Tuitjenhorn

### 4 Engelse mijl

1	Suzan Nieman	23,19	28	V	Sint Maartensbrug
2	Margriet Berkhout	23,30	23	V	Warmenhuizen
3	Lucienne Groenendijk	25,27	44	V	Den Helder

1	Tjerk Conijn	20	26	M	Krommenie
2	Michiel de Ruiter	20,12	27	M	Heerhugowaard
3	Ferdy van der Heide	20,15	27	M	Alkmaar

## 1<sup>e</sup> wedstrijd Wintercompetitie 2013 - 2014

6,4 km Verlichtingsloop		Leeftijd	Punten	Tijd
1	Ruud Doodeman	47	92,01	23,11
2	Piet de Waard	57	90,26	25,15
3	Henry Hofmann	53	90,05	24,24
4	Carol Rademakers	45	86,86	28,33
5	Tijs Hofmann	19	86,58	24,00
6	Martijn Jorritsma	37	86,44	24,04
7	Jeske Hoogeboom	17	85,75	27,48
8	Dirk Jan Giskes	59	85,69	27,02
9	Paul Blom	48	85,00	26,12
10	Peter Pronk	35	84,59	24,58
11	Theo Tesselaar	57	84,49	27,30
12	Arie Kossen	55	82,91	28,07
13	Frans Kroes	46	81,91	27,32
14	Rob van Andel	37	80,44	26,59
15	Peter Kruijer	59	78,56	29,49
16	Pim vd Bulk	50	75,23	30,42
17	Tannes Kruijer	57	75,17	34,18
18	Nynke Barsingerhorn	36	73,21	33,05
19	Mark Dekker	41	73,16	30,59
20	Hilde Ligthart	40	68,34	35,00
21	Emmie vd Bulk	50	68,09	35,26
22	Betsie Groen	57	65,98	36,44
23	Marieke Brakkee	52	53,43	40,21

### 3,2 km Verlichtingsloop StRun

1	Aad Pancras	61	82,53	15,14
---	-------------	----	-------	-------



## Coopertest 15 oktober 2013

	Afstand
Matthijs de Groot	3130
Marc Rademakers	3030
Frans Kroes	3030
Petra Rol	3016
Niels Goudsblom	2911
Theo Tesselaar	2909
Henk Zutt	2900
DirkJan Giskes	2890
Carol Rademakers	2810
Arie Kossen	2792
Mark Dekker	2770
Ron Janssen	2755
Rob Janssen	2720
Paul Blom/Ronald Vreeker	2680
Jos Schalkwijk	2615
Aad Pancras	2520
Renate Sijtsma	2500
Daan Stam	2490
Eric Rademakers	2472
Tom Beukers	2470
Evelien Schouten	2430
Dik Nannes	2424
Olga Jonker	2392
Marc Heinsbroek	2131
Maria de Wit	1810

## 2<sup>e</sup> wedstrijd Wintercompetitie 2013 - 2014

### 5 km Bergen 6 oktober 2013 (dames)

		Leeftijd	Punten	Tijd
1	Petra Rol	46	91,75	21,56
2	Carol Rademakers	45	85,84	24,02
3	Isabelle Brus	38	80,60	25,37
4	Emmy vd Bulk	50	72,17	29,00

### 10 km Bergen 6 oktober 2013

		Leeftijd	Punten	Tijd
1	Piet de Waard	57	92,10	42,17
2	Henry Hofmann	53	89,18	41,48
3	Theo Tesselaar	57	82,02	46,13
4	Arie Kossen	55	80,96	46,38
5	Paul Blom	48	79,76	45,15
6	Tijs Hofmann	19	78,91	43,15
7	Frans Kroes	46	77,82	46,05
8	Rick Houtenbos	48	77,75	46,07
9	Rob van Andel	38	75,75	44,47
10	Peter Robert	64	75,26	50,57
11	Peter Kruijer	59	72,84	49,48
12	Ron Janssen	64	70,60	52,32
13	Pim vd Bulk	50	68,29	50,41
14	David Reijmerink	39	60,83	52,02

## Novakompas wandeltocht 29 september 2013

We kunnen weer terugkijken op een mooi evenement. Ruim 400 wandelaars hebben deelgenomen aan de 5 verschillende afstanden van de wandeltocht.

Elk jaar brengen we in beeld waar de wandelaars vandaan komen. Dit jaar was opvallend dat de deelnemers, die voor het eerst meeliepen, uit veel verschillende plaatsen in NoordHolland kwamen en zelfs daarbuiten. (Valkenswaard, Middelburg, Apeldoorn, Alphen aan de Rijn, Waddinxveen, Harlingen, het Belgische Hoogstraten). Er kwam zelfs een bus met wandelaars uit Purmerend !

Dit jaar hebben we gebruik gemaakt van geheel vernieuwde routes over graskades en mooie weggetjes, de langste ging zelfs over de markt in Schagen.

Het was prima wandelweer met een lekker zonnetje, maar wél met een flinke wind ! Na afloop bleef het terras nog lang gezellig vol (tot er geen wijn en bier meer was.....)

De opbrengst van de wandeltocht komt dit jaar geheel ten goede aan onze eigen vereniging Nova.

Volgend jaar is de wandeltocht op zondag 28 september.

De organisatie van de wandeltocht Piet v.d. Welle, John Vader, Louis Suiker, Peter en Marian Robert.







## Novaweekend 2014.

Via de Noviteit van mei hebben we laten weten in januari 2014 te onderzoeken of er nog voldoende belangstelling is om het weekend te organiseren.

Nu bekijken we af en toe de accommodatie-site of er nog voldoende accommodaties in april beschikbaar zijn tegen een redelijke prijs. De écht goedkope accommodaties waren in september al bezet. Wij wilden echter niet wachten tot januari, omdat de verwachting is dat dan de duurdere accommodaties nog te huren zijn.

In september hebben we een inventarisatie gedaan bij zowel de hardlopers als de wandelaars waarvan wij een e-mailadres hebben. De grens lag voor ons op 25 deelnemers. Er hebben zich op dat moment 30 potentiële deelnemers gemeld, derhalve konden wij overgaan tot vastlegging van een accommodatie van vrijdag 11 t/m maandag 14 april 2014.

Het is de accommodatie De Mepperdennen in Meppen (Drenthe) geworden. Meer informatie: [www.mepperdennen.nl](http://www.mepperdennen.nl). Voor de fietsers: Willem heeft uitgerekend dat de afstand plm. 185 km is. Evenals voorgaande jaren gaat er weer 2 groepen op de fiets heen (en terug), 1 groep in 1 dag en de andere groep doet er 2 dagen over.

Het programma is qua sporten: een weekend lekker wandelen en/of hardlopen en fietsen. Kosten zullen plm. 90,00 euro pp zijn all in (m.u.v. diner op zondagavond).

Mocht je interesse hebben en je nog niet hebt opgegeven om (in principe) mee te willen laat het ons dan even weten (e-mail [peter\\_marian\\_robert@planet.nl](mailto:peter_marian_robert@planet.nl))

Peter en Marian

### Bedankt !

voor de belangstelling, kaarten, attenties na mijn knieoperatie. Ik hoop tweede helft November weer mee te kunnen lopen op de zaterdag (en maandag).

Marian

## Kerstcross 22 december bij AV Heerenveen. (ook interessant voor wandelaars)

Deze cross maakt deel uit van de wintercompetitie senioren 2013-2014. Idee is dat de deelnemers er gezamenlijk met de bus heengaan.

Natuurlijk kunnen er ook andere (wandel)leden van Nova mee. Het (voorlopige) programma ziet er als volgt uit:

12.30 uur	2000 m	D junioren jongens
12.32 uur	2000 m	D junioren meisjes
12.50 uur	1000 m	Sprintcross
13.15 uur	6 km	Ladyloop (Wintercompetitie)
13.45 uur	2000 km	C junioren jongens
13.47 uur	2000 km	C junioren meisjes
14.00 uur	4 km	A/B junioren jongens
14.02 uur	4 km	A/B junioren meisjes
14.40 uur	10 km	Heren (Wintercompetitie)

Er kunnen 50 personen met de bus mee. Kosten zijn € 10,00 per persoon. Om de bus definitief te bestellen is het belangrijk om te weten of deze vol raakt. Opgave voor de bus vóór 15 november a.s. via e-mail [peter\\_marian\\_robert@planet.nl](mailto:peter_marian_robert@planet.nl). Als je je hebt opgegeven voor de bus hoor je z.s.m. ná 15 november of er voldoende deelnemers zijn voor de bus en hoe de betaling ervan geregeld gaat worden.

Inschrijven voor de cross: zelf regelen via [www.inschrijven.nl](http://www.inschrijven.nl). Idee is om na afloop met elkaar een (stampot) maaltijd te gebruiken. Meer daarover hoor je op een later moment.

Wandelaars: de start van de hardloopwedstrijd is vlakbij het natuurgebied Oranjewoud, je kunt daar prachtig wandelen ! Verwachting is dat de bus er rond 11 uur zal zijn en plm. 16 uur zal vertrekken.

De wintercompetitiecommissie Jan Berkhout, Hilde Ligthart, Peter en Marian Robert.

## Portret van een Nova-lid

Hoe heet je?  
Mirte van der Leij

Hoe oud ben je en waar ben je geboren?  
Ik ben 13 jaar (bijna 14), ik ben thuis in Alkmaar geboren.

Op welke school zit je?  
Ik zit op het Regius college in Schagen, Oranjelaan.

Wat wil je later worden?  
Ik wil later met kleine kinderen werken.

Hoe lang zit je op Nova en wat is er zo leuk aan?  
Bijna 2 jaar. Je kunt lekker met vriendinnen kletsen en aan je conditie werken.

Wie is je trainer(ster) en wat maakt hem/haar zo leuk?  
Kiki en Lars, ze zorgen er voor dat het geen saaie les wordt.

Wat is jouw favoriete onderdeel?  
Speerwerpen en sprint

Wat is jouw beste prestatie op dit onderdeel?  
dat weet ik niet

Wie vind je erg goed op atletiekgebied?  
Pieter

Wat is jouw favoriete tv-programma?  
That '70s show

Wat is je mooiste CD?  
Ik luister naar allerlei soorten nieuwe muziek.

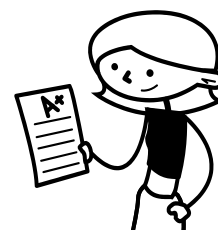
Wat is de laatste film of DVD die je hebt gezien?  
The way back

Wat vond je een mooi en spannend boek en waarom?  
Vals van Mel Wallis de Vries, het zijn jeugdtrillers en die vind ik heel erg leuk om te lezen.

Heb je nog meer hobby's?  
Muziek luisteren

Waar heb je een grote hekel aan?  
aan pesten

En tot slot wie is de volgende voor het portret van een Nova-lid?  
Pieter van der Kuijl





## Van harte gefeliciteerd alle jarigen van November December

### November

02	Per Schipper
04	Glenn Pronk
04	Ans Blekkenhorst
04	Laura Boekel
07	Deni van Schagen
08	Eefje Dalenberg
08	Margje Hoogeboom
10	Kiki Klaver
12	Niek Barsingerhorn
12	Ineke Bas
12	Marian Robert
13	Riet Pronk
16	Kelly Schouten
17	Theo de Nijs
17	Lisanne Buitter
19	Mike Wever
21	Rina Smit
23	Ellen Marnette-Bij
25	Jolijn Prins
27	Luuk Dekker
27	Christiaan Rozendaal
30	Jeske Hoogeboom

### December

01	Willem Schoone
02	Hannah de Waard
02	Myrthe van Dok
03	Anneke Raat
05	Amber Hurkmans
05	Els Rijkeboer
06	Carol Rademakers
07	Chris Karsten
08	Annemiek van der Stoop
09	Rob Duvivier
11	Ida Dekker-Smit
11	Carlien Wabeke
13	Zoë Massing
14	Eefke Milhous
16	Louis Suiker
16	Mark Dekker
18	Niels Goudsblom
18	Mitchell Groen
19	Hanny Blankendaal
19	Bas Takens
19	Minke Schravemade
20	Trieneke Rozendaal
24	Jesper Sintenie
27	Jesse Popadic
27	Mirte van der Leij



### Van harte welkom aan onze nieuwe leden:

Erik Hopman, Anne Ruigrok  
Elles de Groot, Gerrie Masteling  
Suzan Nieman, Meike Hoogeboom  
Sarah Ramdhani, Emile Poingt  
Babs Goudsblom, Lucas de Groot  
Marieke Wisse, Willem Rijlaarsdam  
Koen van Wechem, Thomas Wijnkoor  
Suus Beentjes, Sanna Koenis  
Myrthe van Dok



## Thais gerecht: Groene curry met kip en cashew nootjes

Onderstaande ingrediënten zijn voor 1 persoon.

- 100 gr. kip
- ½ kop dikke kokosmelk (toko het merk is: kara)
- ½ lepel olie
- 1 lepel curry pasta (dat is kant en klare groene curry pasta ligt bij de toko in de koeling)
- **Belangrijk dat je de goede koopt anders kan het veel te heet worden.**
- 1 lepel fish saus (ah)
- ½ lepel palm suiker (toko)
- 1 blaadje kaffir-lime leaf( een soort limoenblaadjes, harde groene blaadjes) Van deze blaadjes snijd je de nerf eruit en de rest van de blaadjes snijd je fijn.
- 5 zoete basilicum blaadjes (toko: horapa leaf/karnang basilicum)
- Zakje cashew nootjes.

Mix de currypasta, suiker, fish saus in een bakje.

Olie zachtjes verhitten in een sauspan. Bak daar dit sausje in op een laag vuur ongeveer 1 minuut. Doe de kip erbij. Wanneer de kip wit wordt doe dan de kokos melk erbij en de fijn gesneden kafirr-lime leaf.

Kook dat voor ongeveer 2 á 3 minuten tot de kip helemaal is gekookt.

Voeg dan de zoete basilicum blaadjes toe en blijf roeren.

Naar eigen inzicht een aantal cashew nootjes .

Als garnering kan wat koriander.

Voor de rijst is het lekker om jasmijn rijst te gebruiken dan krijg je echt een Thais gerecht.

Eet smakelijk.

Margret



## Crosscompetitie 2013/2014

De crosscompetitie van de KNAU gaat weer van start !!

Er zijn 3 voorwedstrijden per regio en daarna wordt er een klassement opgemaakt, zowel individueel als per ploeg. Een ploeg bestaat uit tenminste 3 lopers per categorie (de "best-geplaatste"). Op grond van dit klassement wordt er een finalewedstrijd gehouden waaraan de best geklasseerde mee mogen doen.

### Voor welke categorieën;

Alle pupillen, alle junioren.

De mini pupillen (geboren in of na 2007) mogen buiten mededinging mee lopen.

Pupillen C	(2006)	Junioren D	(2002/2002)
Pupillen B	(2005)	Junioren C	(2000/1999)
Pupillen A1	(2004)	Junioren B	(1998/1997)
Pupillen A2	(2003)	Junioren A	(1996/1995)



### Waar en wanneer:

1e wedstrijd	9 november	2013	AV Trias	Heiloo
2e wedstrijd	11 januari	2014	AV Wieringermeer	Wieringerwerf
3e wedstrijd	1 februari	2014	ARO DOKEV	Obdam
finale wedstrijd	8 maart	2014	AV NOVA	Warmenhuizen

### Wil je meedoen?

Geef je dan uiterlijk (!!) **voor 30 oktober** op door een mail te sturen naar Cor Wabeke: [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl)

Als je geen mail hebt dan graag telefonisch, tel. 0226-395688.

Geef in je bericht s.v.p. aan wat je geboortedatum is en aan welke wedstrijden (welke data) je mee wilt doen.

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

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

Na opgave worden de chronoloog en andere nuttige informatie op tijd doorgegeven.

Voor de finale van 8 maart komen alleen de geplaatste deelnemers in aanmerking. Zij ontvangen apart een uitnodiging.

Het zou toch weer leuk zijn als NOVA met veel jeugd meedoet aan de crosscompetitie 2013-2014.

DUS:

**GEEF JE OP !!!**

Namens de jeugdcommissie  
Cor Wabeke

## Nova Wintercompetitie voor de jeugd seizoen 2013-2014



Zoals ieder jaar hebben we voor de komende winter weer een Nova Wintercompetitie samengesteld. De competitie bestaat dit jaar uit 13 “wedstrijden”. De meeste van deze wedstrijden worden door Nova georganiseerd en zijn dus in de buurt. Zoals ieder jaar is er een attentie voor degenen die minstens 7 van de onderstaande wedstrijden hebben meegedaan. Het gaat dus om het meedoen!

Dit jaar tellen ook weer de crosscompetitiewedstrijden van de KNAU mee, geef je op bij Cor Wabeke.

- Zo 20 okt 2013            Kermisloop in Petten, afstand ongeveer 1km. De start is om 11.05 uur. Inschrijving vanaf 10.00 uur in het restaurant op het plein. Start op het Plein 1945. Info op [www.kermisloop.nl](http://www.kermisloop.nl)
- Zo 27 okt 2013            Hoornse Parkcross, start om 10.00 uur 1000 meter. Info op [www.crosscircuit.nl](http://www.crosscircuit.nl)
- Zo 3 nov 2013            Boerenkoolloop bij AV NOVA: 4,3 km start om 11.05 uur en 1,5 km start om 11.10 uur . Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)
- Za 9 nov 2013            Cross competitie KNAU bij AV Trias, Heiloo. Opgeven bij Cor Wabeke, [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl) Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) : jeugd, wintercompetitie
- Zo 1 dec 2013            Helderse Duincross, start om 10.45 uur 1000 meter. Info op [www.crosscircuit.nl](http://www.crosscircuit.nl)
- Zo 22 dec 2013            De bosloop van AV NOVA bij het klimduin te Schoorl. Afstand 1,5 km en de start is om 10.40 uur. Ook is er een 5 km en die gaat om 10.35 uur van start.
- Za 11 jan 2014            Cross competitie KNAU bij ARO'88 in Obdam. Opgeven bij Cor Wabeke [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl). Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl), jeugd, wintercompetitie
- Zo 19 jan 2014            Voor de 2<sup>e</sup> maal de AV NOVA bosloop bij het klimduin te Schoorl. Afstand 1,5 km; start om 10.40 uur en de 5 km start om 10.35 uur.
- Za 1 febr. 2014            Cross competitie KNAU bij AV Dokev in Anna Paulowna. Opgeven bij Cor Wabeke, [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl) Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) : jeugd, wintercompetitie
- Zo 9 febr. 2014            De Groet Uit Schoorl Scholierenloop. Je loopt met je school, maar toch telt hij mee voor de wintercompetitie. De afstand is 1,2 km.
- Zo 16 febr. 2014            We houden een rondje Nova baan, dus lekker thuis. De afstand wordt nog nader bekend gemaakt, maar de start is om 10.30 uur. Inschrijving op de dag zelf in de Novakantine.
- Zo 16 maart 2014            We houden een ontbijtloop thuis op de Novabaan, alleen voor leden van AV NOVA. Aanvang van de loop is om 9.30 uur en daarna gaan we met z'n allen ontbijten (wel van te voren aanmelden svp). We zouden het erg leuk vinden als de deelnemers in pyjama aan de start verschijnen. Nadere informatie wordt t.z.t. op de website [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) gezet.
- Zo 30 maart 2014            De AV NOVA Clubcross, op eigen terrein. De eerste start is om 10.30 uur. Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl)

### Let op!!!!

De deelnemers dienen zich voor de wedstrijd te melden bij de NOVA-jeugdcoördinator (te herkennen aan een Novajas). Vooral belangrijk voor de kermisloop in Petten (20 okt) en de boslopen op 22 dec en 19 jan. Er moet ook in een Nova-shirt gelopen worden. We hopen op een goede opkomst en wensen jullie alvast veel plezier en succes bij de wedstrijden.

De jeugdcommissie





## Nova bedankt

27 september, "De Nacht van Nova" en zoals gebruikelijk ruim van tevoren een mailtje van Nelina of je wilt helpen. Natuurlijk is dat het geval maar als overbuur denk je, ik zie haar wel vandaag of morgen en dan zeg ik dat even, maar net zo natuurlijk duurt dat tot ze zelf vlak voor aanvang vraagt of je wilt assisteren bij het kogelstoten.

Dat kogelstoten loopt samen de met inzet van de atleten en hulp van buitenaf als een trein en prima op tijd kunnen we gaan opruimen.

Dat opruimen moet echter even wachten want er is overleg met iedereen in de kantine over de te houden speciale estafette.

Helemaal geen overleg, als iedereen binnen is komt René de Nijs naar voren en begint mij toe te spreken.

Dit jaar ben ik namelijk gestopt met het training geven aan de jeugd, iets wat ik altijd met veel plezier heb gedaan, samen met de overige trainers en trainsters en hij wil me hiervoor bedanken.

Onverwacht en een beetje overdonderd hoor ik René aan omdat ik dit helemaal niet had verwacht.

Met een mooie bos bloemen voor het thuisfront en naar later blijkt een zweethemd voor de komende zomer en een paar fietssokken word ik bedankt voor de bewezen diensten.

Vele jaren heb ik, met een kleine onderbreking door werk wat verder van huis, met veel plezier training mogen geven bij Nova, samen met nog vele enthousiaste mensen die allemaal dat specifieke Nova sfeertje weergeven.

Nova nogmaals bedankt en Nelina, bij een volgende vraag voor hulp bij wedstrijden, als het even kan ben ik present.

Louis

---

### 27 oktober Parkcross Hoorn

	<b>Heren 7,8 km</b>	<b>leeftijd</b>	<b>tijd</b>	<b>pnt</b>
1	Piet de Waard	57	34,07	90,89
2	Henry Hofmann	53	33,32	89,24
3	Arie Kossen	55	35,52	86,40
4	Paul Blom	48	34,28	85,98
5	Theo Tesselaar	57	36,21	85,17
6	Matthijs de Groot	34	33,18	84,15
7	Frans Kroes	46	35,16	84,12
8	Tijs Hofmann	19	34,49	81,03
9	Dirk Jan Giskes	59	38,50	78,80
10	Ron Janssen	64	41,13	76,51
11	Peter Kruijer	59	40,26	74,70
12	Rob van Andel	38	37,56	74,62
13	David Reijmerink	39	39,08	72,15
14	Ingmar Zondervan	51	44,29	63,49

	<b>Dames 5,8 km</b>	<b>leeftijd</b>	<b>tijd</b>	<b>pnt</b>
1	Petra Rol	46	25,31	84,48
2	Isabelle Brus	38	27,27	78,38
3	Carol Rademakers	45	27,50	77,96
4	Nynke Barsingerhorn	36	29,28	73,00

**Wintercompetitie 2013 2014,  
de tussenstand**

	<b>Heren</b>	<b>lft</b>	<b>1. Verlichtingsloop Nova 7-9</b>	<b>2. Rondje Bergen 6-10</b>	<b>3. Parkcross Hoorn 27-10</b>	<b>Totaal</b>
1	Piet de Waard	57	90,26	92,10	90,89	273,25
2	Henry Hofmann	53	90,05	89,18	89,24	268,47
3	Theo Tesselaar	57	84,49	82,02	85,17	251,68
4	Paul Blom	48	85,00	79,76	85,98	250,74
5	Arie Kossen	55	82,91	80,96	86,40	250,27
6	Tijs Hofmann	19	86,58	78,91	81,03	246,52
7	Frans Kroes	46	81,91	77,82	84,12	243,85
8	Rob van Aniel	38	80,44	75,75	74,62	230,81
9	Peter Kruijer	59	78,56	72,84	74,70	226,10
10	Dirk Jan Giskens	59	85,69		78,80	164,49
11	Ron Janssen	64		70,60	76,51	147,11
12	Pim vd Bulk	50	75,23	68,29		143,52
13	David Reijmerink	39		60,83	72,15	132,98
14	Ruud Doodeman	47	92,01			92,01
15	Martijn Jorritsma	37	86,44			86,44
16	Peter Pronk	35	84,59			84,59
17	Matthijs de Groot	34			84,15	84,15
18	Aad Pancras	61	82,53			82,53
19	Rick Houtenbos	48		77,75		77,75
20	Peter Robert	64		75,26		75,26
21	Mark Dekker	41	73,16			73,16
22	Ingmar Zondervan	51			63,49	63,49
23	Jos Schalkwijk	56		61,61		61,61

1	Carol Rademakers	45	86,86	85,84	77,96	250,66
2	Petra Rol	46		91,75	84,48	176,23
3	Isabelle Brus	38		80,60	78,38	158,98
4	Nynke Barsingerhorn	36	73,21		73,00	146,21
5	Emmie vd Bulk	49	68,09	72,17		140,26
6	Jeske Hoogeboom	17	85,75			85,75
7	Tannes Kruijer	57	75,17			75,17
8	Hilde Ligthart	40	68,34			68,34
9	Betsy Groen	57	65,98			65,98
10	Marieke Brakkee	52	53,43			53,43

Onjuistheden graag melden bij Peter/Marian Robert (peter\_marian\_robert@planet.nl)



## Recorddeelname Vezet Boerenkoolloop

Een record aantal deelnemers heeft 3 november meegedaan aan de Vezet Boerenkoolloop! Bijna 900 deelnemers trotseerden de harde wind om te wandelen of hard te lopen, een groot succes!

Hieronder een paar uitslagen; de rest is te vinden op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) of [www.uitslagen.nl](http://www.uitslagen.nl) (alleen de 21 en de 11km):

### 11km heren:

1.	Yunis Stitan	AV Nova	37.30
2.	Raymond Koen	Noordkop	37.59
3.	Richard Smit	Hera	39.10

### 21km. heren:

1.	Cees Kersten	TAS	1.16.11
2.	Gerard vd Berg	Hylas	1.18.51
3.	Theo van Graven	Dokev	1.19.30

### 11km. dames

1.	Selma Borst	Vezet	43.13
2.	Eline Lute Kuin		44.24
3.	Charissa Czech	Noordkop	45.27

### 21km. dames

1.	Lyda Deen	Hera	1.33.03
2.	Cuny v.d. Kroon	Hera	1.33.22
3.	Louise Olij	Hylas	1.54,06



## Evenementen kalender

Door de Nova-clubcompetitie hebben diverse leden al meegedaan aan de eerste wedstrijd van het Roele crosscircuit. Hopelijk smaakt het naar meer. Er is geen betere manier om een te worden met de natuur en toch een prachtige sportieve prestatie leveren. Voor degene die zich enigszins voorin het klassement weten te handhaven ligt er in de regel een kerstpakket klaar bij de laatste wedstrijd in Spierdijk. De Dijkgatboscross is een absolute aanrader om het goede gevoel vast te houden. Alle informatie staat op [www.crosscircuit.nl/](http://www.crosscircuit.nl/). Overigens is de Duincross in Den Helder, ook onderdeel van de clubcomp. dus die wedstrijd pak je sowieso mee.



Tussen al die vette loopjes in de modder is de eigen Nova Bosloop op 22 december een oase van zand, maar desalniettemin zeker niet te missen. Het parcours is zelfs zo uitdagend dat je als echte hardloper niet mag ontbreken in het telkens weer zorgvuldig opgezette terrein waar de vlaggers je veelal met een persoonlijke aanmoediging of gemoedelijke blik op het juiste pad houden. Het loopt voor het grootste gedeelte over wandelpaden vanaf het Klimduin in het centrum van Schoorl richting Groet en Hargen. De inschrijving is alleen mogelijk op de dag zelf, vanaf 9:30 uur in Grand café Gnap onderaan het Klimduin vlakbij de start. De Nova Boslopen vinden dit jaar plaats op zondag 22 december 2013 en zondag 19 januari 2014. Voor de jeugdleden van Nova geldt deze loop voor de onderlinge wintercompetitie (5 of 1,5 km). Afstanden: 11 km om 10:30 uur, 5 km om 10:35 uur en de 1,5 km is om 10:40 uur Alle starts bij het Klimduin in het centrum van Schoorl. Het is ook mogelijk om de langste afstand te wandelen. Hiervoor wordt er om 9.30 uur gezamenlijk gestart. Inschrijfgeld: Jeugd t/m 15 jaar: € 3,00. Ouder dan 15 jaar: € 4,00

### November

03-11 Boerenkoolloop NOVA, 5, 10 en halve marathon

09-11 1e Crosscompetitie Cross competitie KNAU bij AV Trias, Heiloo. Opgeven bij Cor Wabeke, [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl) Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) : jeugd, wintercompetitie

10-11 16e Eenhoornloop, Hoorn. Afstanden: 5 - 10 - 16,1 - 21,1 km [www.Eenhoornloop.nl](http://www.Eenhoornloop.nl)

10-11 29e Dijksgatboscross, diverse afstanden voor jong en oud. [www.Crosscircuit.nl](http://www.Crosscircuit.nl)

10-11 Bosloop Schoorl, Schaatstrainingsgroep Schoorl, Bij het Klimduin, 4 of 10,5 kilometer

17-11 SAV Cross in het Streekbos, [www.savatletiek.nl/](http://www.savatletiek.nl/) en [www.crosscircuit.nl](http://www.crosscircuit.nl)

24-11 Garden Pleasure Cross Anna Paulowna. Loopafstanden: 1.2 km - 2.5 km - 5 km - 9 km. Start 11 uur Info: [www.atletiekvereniging-dokev.nl](http://www.atletiekvereniging-dokev.nl)

### December

01-12 Helderse Duincross te Den Helder, [www.Crosscircuit.nl](http://www.Crosscircuit.nl), Jeugswintercompetitie, start om 10.45 uur 1000 meter. Info op [www.crosscircuit.nl](http://www.crosscircuit.nl)

08-12 St.Georgecross te Spierdijk Spierdijk atletiek [www.Crosscircuit.nl](http://www.Crosscircuit.nl)

15-12 Lycurgus Run, Krommenie. Start 10.30 uur. Info: [www.avlycurgus.nl](http://www.avlycurgus.nl)

14-12 Triple IT Indoor Gala te Alkmaar Av Hylas

15-12 Lycurgus Run te Krommenie Lycurgus

22-12 Indoor Ookmeerhal, 60m en 60m Horden Phanos

22-12 Bosloop Av Nova Wintercompetitie Jeugd. bij het klimduin te Schoorl. Afstand 1,5 km en de start is om 10.40 uur. Ook is er een 5 km en die gaat om 10.35 uur van start.

26-12 Kerstcross te Opmeer diverse afstanden, ook. wandelen, voorinschrijving. [www.kerstcross.nl](http://www.kerstcross.nl)

31-12 Oudejaarsdijkenloop, crossloop diverse afstanden, Aartswoud

### Januari en verder 2014

11-01 2e Crosscompetitie jeugd te Wieringerwerf

12-01 PWN Egmond Halve Marathon Le Champion

01-02 Cross competitie KNAU bij AV Dokev in Anna Paulowna. Opgeven bij Cor Wabeke, [coryvo@quicknet.nl](mailto:coryvo@quicknet.nl) Info op [www.avnova.nl](http://www.avnova.nl) : jeugd, wintercompetitie

09-02 Groet uit Schoorl Run + NK 10 km Le Champion, Schoorl, 30, 21 en 10 km. De scholierenloop is 1,2 km. Naast de scholierenloop kan je ook zelfstandig meedoen op de afstanden voor de jeugd.

16-02 Verassingsloop Schoorl-Groet, Clubcomp. av Nova