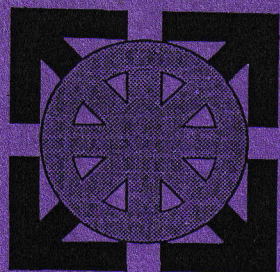


loopgroep



nienoord

de droaver



clubblad van
loopgroep nienoord

opgericht 7 april 1989

Grietje Waaltes
de Gol 10

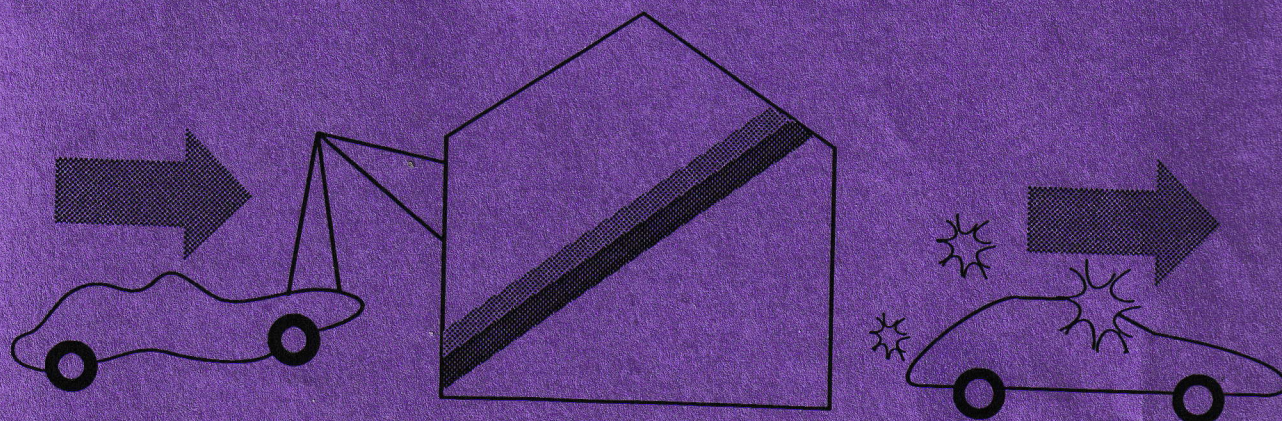


CARROSSERIEBEDRIJF
VEENSTRA

Kerkweg 56-1 9351 AK Leek
telefoon 05945 - 18360 b.g.g. 05945 - 12858

voor al Uw autoschade

- * schaderegeling met de verzekering
- * eigen ophaaldienst
- * voor vervangende auto kunnen wij zorgen



"De Droaver"

6e jaargang

nummer 2

Inhoud

Van de voorzitter	blz. 2
Bestuursmededeling	4
Nieuw lid	4
Midzomer-impressie	4
Van de redactie	5
Ziekte van Pfeiffer en sportbeoefening	6
Rotterdam 1994	8
De jarigen	10
Ot en Sienloop	11
Winsum, 7 mei, Ripperdaloop	12
De Marumer stratenloop	13
Even voorstellen.....	14
Sportmassage	16
Openbaring (niet van Johannes)	17
Wedstrijduitslagen	17
Wedstrijdkalender	18

LOOPGROEP NIENOORD

Voorzitter:	Anko Odding J.P. Santeeweg 86 9312 PH Nietap tel. 05945-15598	Wedstrijdsecretaresse:	Jellie Land Leegeweg 6 9745 CP Hoogkerk tel. 050-565982
Secretaris:	Jan Hovinga (voorlopig)	Technische zaken:	Boele de Wind de Olde Ee 18 9362 RC Boerakker tel. 05945-49936
Penningmeester:	Jan Hovinga Auwemalaan 33 9351 NA Leek tel. 05945-15076	Redactie en typewerk:	Ad v Es/Peter Honde- 't Zuden 157 ^{brink} 9351 LJ Leek tel. 05945-15111

- Contributie:
- gewoon lid; f 65.= per jaar
 - scholieren, studenten e.d.; f 40.= per jaar
 - wedstrijdlicentie; f 30.50 per jaar
- x de contributie dient voor de aanvang van het nieuwe kalenderjaar te worden voldaan.
- x bij inschrijving is eenmalig f 10.= administratiekosten verschuldigd.
- x het lidmaatschap wordt aangegaan voor de duur van een kalenderjaar en wordt steeds voor de duur van een jaar verlengd, tenzij voor 1 november schriftelijk is opgezegd.
- x bij overschrijving naar een andere vereniging dient f 15.= administratiekosten aan de KNAU te worden betaald.

Girorekening: 282415 t.n.v. Loopgroep Nienoord, Leek.

Bankrelatie: Rabobank Leek
gironummer van de bank; 896815
nummer bij de bank van de Loopgroep Nienoord; 385705336

Trainingen: zondag; Boele de Wind
zaterdag; Anko Odding
woensdag; Jellie Land

Kleding:

sweater	f 32.=
t-shirt	f 16.=
wedstrijdshirt	f 40.=
broekje	f 30.=

Van de voorzitter

Vandaag, zaterdag 25 juni. Omdat ik 'al een week te laat ben, heb ik mij vast voorgenomen om nog "snel" even iets voor de "Droaver" te schrijven.

De dag begint 's morgens vroeg met de zaterdagtraining. Het zal volgens het KNMI ongeveer 30 graden worden. Dus maar een rustige duurloop op het programma. Omdat niet iedereen het parkoers kent, blijven we maar op Nienoord. Blijft iedereen lekker in de schaduw. Toch zijn er een aantal die bijna door de warmte bevangen worden. Omdat er die dag zo'n 1500 gymnasten met spelletjes bezig moeten zijn, pas ik het parkoers ter plaatse maar weer aan om zo weinig mogelijk gehinderd te worden, maar dat valt flink tegen.

's Avonds wil Alie gaan barbecuen vanwege het mooie weer, dus worden er een aantal meeëters uitgenodigd. Tegen de tijd dat het feest kan beginnen, is de temperatuur behoorlijk gekelderd en de wind omgekeerd evenredig toegenomen. Men wil dan ook liever niet te lang buiten zitten en blijf ik met de troep zitten.

Zondags is de temperatuur weer behoorlijk gestegen, maar kent Boele geen enkele clementie, behalve voor een paar bijna-bejaarden. De rest van de dag en de maandag veel corrigeren, want er moeten weer zo nodig rapportcijfers geproduceerd worden.

Voor de dinsdag heb ik een fietstocht uitgezet voor de school. Omdat een aantal "lieverdjes" liever gingen zwemmen tijdens de fietstocht, moesten die als vermist worden opgegeven, wat verder de hele dag kostte om ze weer op te sporen.

's Avonds de caravan weggebracht, want op woensdag moeten we weer zo nodig drie dagen op kamp. Op de camping zijn een aantal ouders bezig grote bungalowtenten op te zetten. Ze maken ons complimenten dat we dat allemaal voor hun lieverdjes organiseren.

Na de camping snel langs de winkelier om de kar op te halen die om zeven uur al klaar zou staan met boodschappen. Om negen uur stond hij echter nog leeg, zodat ik zelf maar weer een uur ga slepen. Sjouwen met fris, blik, bonen en ballen gehakt.

Woensdagmorgen moet ik met de fiets via school naar Molenrij om de jeugd te begeleiden en andere collega's 's avonds weer naar huis moeten en dus met de auto moeten komen.

Juist wanneer ik de deur uit wil gaan, breekt er een zwaar noodweer uit wat de fietstocht er nog dreigender uit laat zien.

Omdat de hele weg verder tegen de sterke wind in gefietst moet worden, daalt mijn stemming behoorlijk. Na eerst een leerling uit een meters diepe sloot gehaald te hebben, waarbij voor- en achterwiel ongeveer 20 centimeter ten opzichte van elkaar uit het lood staan, moet er behoorlijk geïmproviseerd worden.

Wanneer even later twee leerlingen tegen elkaar botsen, blijf ik met drie fietsen achter, waar geen leerling meer op te vervoeren zal zijn.

Nadat de leerlingen in het piepkleine winkeltje alle chips en cola hebben ingekocht, blijven wij met grote pannen aardappelen, boontjes en gehaktballen zitten. Alleen de appelmoes is nog aan de leerling te brengen.

Wanneer 's avonds getracht wordt de camping tot "Molenrijse rust" te brengen, begin ik de complimenten van de ouders op de camping door te krijgen. Zij hartstikke blij dat ze ze konden slijten en ons met onoverzichtelijke bungalowtenten opzadelen, waar veel leerlingen in kunnen, maar waar zelfs een dictator geen rust in zou kunnen scheppen. Het duurt dan ook niet lang of het buurtcomité komt melden dat de hele buurt uit de slaap wordt gehouden. Over onze nachtrust hoor ik ze niet. Wanneer er niet heel snel rust kan worden gegarandeerd door de, in de ogen van de woordvoerder van het buurtcomité c.q. actiegroep, op alle fronten falende kampleiding, belooft hij ons de politie te zullen sturen. Omdat mijn collega's eerst wacht zullen lopen, besluit ik om drie uur maar van wat nachtrust proberen te dromen. Helaas word ik om vijf uur al weer wakker van schreeuwende leerlingen en -hoe is het mogelijk- snurkende leerkrachten. Natuurlijk probeer ik dit zootje ongeregeld direct weer tot rust te brengen, want, daar ben ik bang voor, krijg ik niet één actiecomité, maar het hele dorp, voorzien van harken, schoffels en rieken op de veel te kleine camping met veel te weinig voorzieningen.

Tijdens de, op de donderdag gehouden, kanotocht van maar 17 kilometer, wordt de kritiek van de leerlingen weer genadeloos over mij uit gegoten. Bovendien krijg ik veel commentaar dat het veel te warm is en dat de weinige wind bijna niet te overwinnen is. Omdat 's avonds tijdens de barbecue er weer veel kritiek is, of ze hoeven of mogen geen varkensvlees, begin ik de nacht al weer te vrezen. Natuurlijk wordt dit een copie van de vorige nacht. Op de vrijdag staat er een wadlooptocht op het programma. Waarschijnlijk omdat men alle aardgas uit de bodem heeft weggehaald, zakken ze tot aan hun kruis in de vieze vette klei van de Waddenzee. Wanneer na onderzoek van de klei blijkt, dat er zeer veel beestjes in deze klei zitten, wordt de leiding weer door honderd van die, volgens hun ouders toch zulke leuke, kornuiten onder vuur gelegd, vergelijkbaar met de kracht van exploderende Scudraketten. Mijn enige hoop om dit te overleven, is de gedachte dat ik ze over enige uren weer bij hun ouders kan afleveren.

Na aankomst hoor ik ze tegen hun ouders zeuren dat: alles te ver was, het weer te warm of te koud was, het eten niet te pruimen was en de winkel geen cola en chips meer in voorraad had. En last but not least, ze waren zo slaperig dat ze zeker twee dagen en nachten achter elkaar door konden en gingen slapen. Waarom dan pas, dacht ik nog bij mezelf.

Toen ik mij tenslotte richting Alie sleepte, bedacht ik mij dat er maandag opnieuw een schoolreis van drie dagen gepland staat.

Op de radio hoorde ik dat de formatie van een paars kabinet was mislukt. De PvdA vond dat onderwijs wel kon bezuinigen, terwijl de VVD de wao-ers wilde korten. Ik weet niet waar ik nu het meest mee zit. Dit onderwijs kost me zeker de kop en dan kom ik toch in de WAO. Wat ik daarom nodig heb, is een echte onderwijsvakantie en de kwaliteit die deze zal moeten hebben, wens ik een ieder van jullie toe!

(Ik meen dat ik me in het verleden wel eens iets minder positief heb uitgelaten over onderwijsgegenden. Dat trek ik bij deze allemaal in. -ave-)

Bestuursmededeling

De vakante plaats van sekretaris is inmiddels opgevuld.
Kea de Boer heeft toegezegd dat ze deze taak wel op zich wil nemen.
Het bestuur is hiermee uiteraard erg blij en zullen haar kandidatuur zeker op de algemene vergadering op de agenda plaatsen om het ook formeel te kunnen laten bekrachtigen.

Nieuw lid

Hij loopt al enige tijd mee, maar per 1 juli is hij officieel lid; Jan Klungers, Heidehoek 7, 9354XP Zevenhuizen.
Welkom Jan en een fijne tijd bij de loopgroep!

Midzomer-impressies

Zo'n vijftien doorzetters verzamelden zich (soms aarzelend) op het afgesproken moment. Het weer was "Hollands", dus regen, storm, enfin, je weet het wel.
In het donker, soppend door de Bakkevenster modder, met behulp van enig kunstmatig licht, zochten we onze koers. Onderbroken door zo nu en dan een test op de gemiddelde groepsintelligentie, kwamen we uiteindelijk terug op de parkeerplaats.
De broodjes, koffie en dergelijke gingen er daarna goed in. De groep bleek in staat de vooraf vereiste minimumprestatie te leveren. Daarmee bevestigend dat de gemiddelde Nienoord-loper/loopster een aanvaardbaar niveau bezit.
Prettig om je daartussen te bewegen.
René en ik vonden het plezierig om te organiseren en waardeerden de doorzettingscapaciteit van de deelnemers.
Achteraf is het goed te constateren dat blessureleed niet optrad. Mooi meegenomen dus.
Wellicht goed om een dergelijk gebeuren in de traditie op te nemen. Graag ontvangen we reacties in dit verband.
O ja, de penningmeester wordt ook nog iets rijker als gevolg van de juiste spanning tussen inleg deelnemers en spaarzaam inkoopbeleid.

Mede namens René, deelnemers, bedankt voor je inzet !

Bé Bosman

Van de redactie

Een strak blauwe hemel of hondeweer
Een luchtig topje of warme trui
Een zomergevoel of loodzware melancholie
Een wijde short of saldo-tekort
Een azuurblauwe zee of vervuilde zee
Een factor 10 of huidkanker
Een pina colada of warme chocola
Een verleidelijk decor of troosteloze aanblik
Een linnen doorknoopjurk of lekke tent
Spelende kinderen of jankende jong.

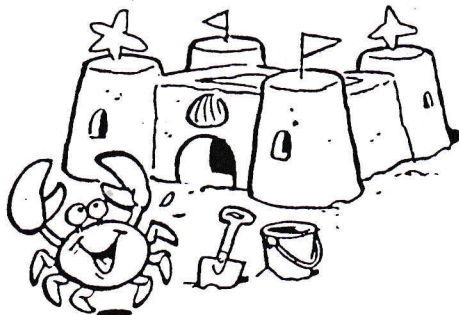
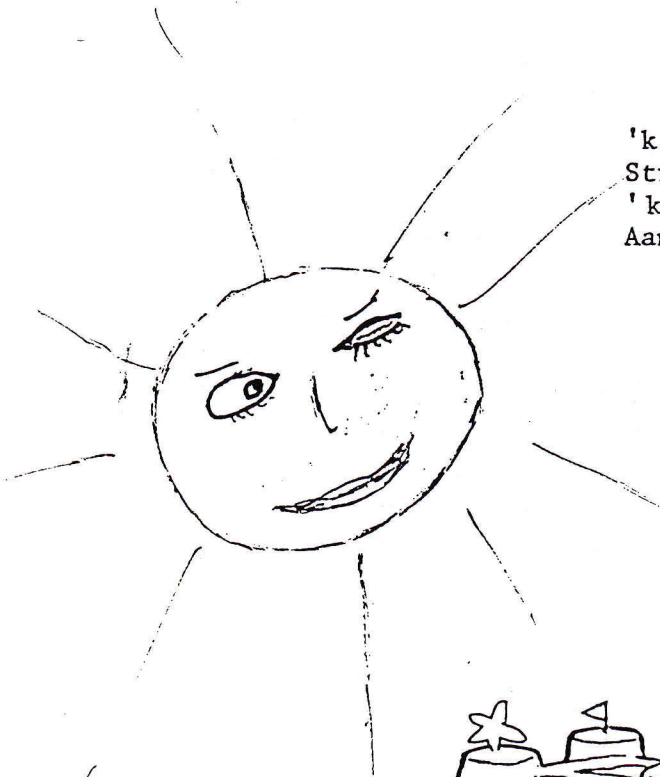
Hoe het ook zij, na veilig bruin, veilig vrijen, ook maar
weer veilig thuis.

Allemaal een prettige vakantie!

En al die leuke vakantie-verhalen en verslagen van
(buitenlandse) wedstrijden wil ik graag ingeleverd
zien vóór of uiterlijk op 28 augustus.



'k Lig in de zun
Strohoud op kop
'k Denk onderwiel
Aan Noordpolderziel



ROTTERDAM 1994

Weer had ik zo dat onbestemd verlangen, dat heilig moeten. Ik richtte mijn blik naar het westen, knielde en murmelde wat gebeden. Ik moest en zou weer naar die heilige oorlog. Ik laadde wat medestanders in en ging op weg.

Op het exercitie-veld aangekomen, stond het leger al in slagorde opgesteld. Voor het stadhuis, waar vandaan het ook de zegen mee zou krijgen.

Ik zag strijders die hun angst om te sneuvelen met veel geschreeuw en gelach trachtten te verdoezelen. Anderen hingen stilletjes in de armen van hun geliefden en kregen zo nog de beste wensen mee. Het doel van deze hele krijgsmacht-operatie was beperkt; volg de eerste. Maar de vijand mocht men niet onderschatten. Hij was geslepen, laag-bij-de-gronds, en hij kon op ieder moment toeslaan. Mocht het doel beperkt zijn, de vijand is zeer divers; indigestie, vermoeidheid, onderkoeling, blaarvorming, spetterpoep, kramp, inspannings-astma, uitdroging, algehele stijfheid (tijdelijk voor de meesten), maagkrampen en tegenwind.

Eén kanonschot, waarschijnlijk afgevuurd door de vijand, bracht het leger "gretig" in beweging. De Willemsbrug werd zonder al te grote tegenstand -hooguit van de brug zelf- genomen. In grote aanvalsgolven werd Rotterdam-Zuid onder de voet gelopen. En omdat het de eerste keer zo overrompelend ging, werd nog een keer de Willemsbrug bestormd.

Maar, zo langzamerhand werden de eerste gesneuvelden binnen gebracht. Ook Jan van der Kaap behoorde, na zo'n 25 kilometer marsroute, tot deze betreurenswaardige categorie.

58	Ole Peltier	2.29.24	260	Hof	495	Wet
59	Dijk Wim van	2.29.34	261	Borch, C.	496	Wet
60	Kraayeveld, Cees	2.29.42	262	Schoonbrood	497	Wet
	Beurskens, Carla	2.29.43	263	Bryn, J. de	498	Dijk
	Mairesse, M.	2.29.43	264	Keunen, H.	499	Katt
		2.29.52	265	Henry, D.	500	Horat
			266	Boumeester	501	Visse
			267	Berijn, C.	502	Dar
			268	Stefanycz, R.	503	De
			269	Lieshout, J.	504	V
			270	Es, J. van	505	
			271	Janbroek	506	
			272	Domanke	507	
			273	Tielbeek, P.	508	
			274	Koenis, P.	509	
			275	Visse, H.	510	
			276	Prujboom, C.	511	
			277	Stolk, R.	512	
			278	Boers, F.	513	
			279	Rickewaert, G.	514	
			280	Vos, A.	515	
			281	Craenen, P.	516	
			282	Linkers, R.	517	
			283	Zwartevel, J.	518	
			284	Wijk, H. van	519	
			285	Scheider, E. de	520	
			286	Deplae, G.	521	
			287	Oud, N.	522	
			288	Velden, J. van	523	
			289	Jacques, A.	524	
			290	Flacop, P. van	525	
			291	Bachmidt, P.	526	
			292	Beuven, H. van	527	
			293	Wijk, U.	528	
			294	Immer, P.	529	
			295	Wijk, L.	530	
			296	Wijk, L.	531	
			297	Wijk, L.	532	
			298	Wijk, L.	533	
			299	Wijk, L.	534	
			300	Wijk, L.	535	
			301	Wijk, L.	536	
			302	Wijk, L.	537	
			303	Wijk, L.	538	
			304	Wijk, L.	539	
			305	Wijk, L.	540	
			306	Wijk, L.	541	
			307	Wijk, L.	542	
			308	Wijk, L.	543	
			309	Wijk, L.	544	
			310	Wijk, L.	545	
			311	Wijk, L.	546	
			312	Wijk, L.	547	
			313	Wijk, L.	548	
			314	Wijk, L.	549	
			315	Wijk, L.	550	
			316	Wijk, L.	551	
			317	Wijk, L.	552	
			318	Wijk, L.	553	
			319	Wijk, L.	554	
			320	Wijk, L.	555	
			321	Wijk, L.	556	
			322	Wijk, L.	557	
			323	Wijk, L.	558	
			324	Wijk, L.	559	
			325	Wijk, L.	560	
			326	Wijk, L.	561	
			327	Wijk, L.	562	
			328	Wijk, L.	563	
			329	Wijk, L.	564	
			330	Wijk, L.	565	
			331	Wijk, L.	566	
			332	Wijk, L.	567	
			333	Wijk, L.	568	
			334	Wijk, L.	569	
			335	Wijk, L.	570	
			336	Wijk, L.	571	
			337	Wijk, L.	572	
			338	Wijk, L.	573	
			339	Wijk, L.	574	
			340	Wijk, L.	575	
			341	Wijk, L.	576	
			342	Wijk, L.	577	
			343	Wijk, L.	578	
			344	Wijk, L.	579	
			345	Wijk, L.	580	
			346	Wijk, L.	581	
			347	Wijk, L.	582	
			348	Wijk, L.	583	
			349	Wijk, L.	584	
			350	Wijk, L.	585	
			351	Wijk, L.	586	
			352	Wijk, L.	587	
			353	Wijk, L.	588	
			354	Wijk, L.	589	
			355	Wijk, L.	590	
			356	Wijk, L.	591	
			357	Wijk, L.	592	
			358	Wijk, L.	593	
			359	Wijk, L.	594	
			360	Wijk, L.	595	
			361	Wijk, L.	596	
			362	Wijk, L.	597	
			363	Wijk, L.	598	
			364	Wijk, L.	599	
			365	Wijk, L.	600	
			366	Wijk, L.	601	
			367	Wijk, L.	602	
			368	Wijk, L.	603	
			369	Wijk, L.	604	
			370	Wijk, L.	605	
			371	Wijk, L.	606	
			372	Wijk, L.	607	
			373	Wijk, L.	608	
			374	Wijk, L.	609	
			375	Wijk, L.	610	
			376	Wijk, L.	611	
			377	Wijk, L.	612	
			378	Wijk, L.	613	
			379	Wijk, L.	614	
			380	Wijk, L.	615	
			381	Wijk, L.	616	
			382	Wijk, L.	617	
			383	Wijk, L.	618	
			384	Wijk, L.	619	
			385	Wijk, L.	620	
			386	Wijk, L.	621	
			387	Wijk, L.	622	
			388	Wijk, L.	623	
			389	Wijk, L.	624	
			390	Wijk, L.	625	
			391	Wijk, L.	626	
			392	Wijk, L.	627	
			393	Wijk, L.	628	
			394	Wijk, L.	629	
			395	Wijk, L.	630	
			396	Wijk, L.	631	
			397	Wijk, L.	632	
			398	Wijk, L.	633	
			399	Wijk, L.	634	
			400	Wijk, L.	635	
			401	Wijk, L.	636	
			402	Wijk, L.	637	
			403	Wijk, L.	638	
			404	Wijk, L.	639	
			405	Wijk, L.	640	
			406	Wijk, L.	641	
			407	Wijk, L.	642	
			408	Wijk, L.	643	
			409	Wijk, L.	644	
			410	Wijk, L.	645	
			411	Wijk, L.	646	
			412	Wijk, L.	647	
			413	Wijk, L.	648	
			414	Wijk, L.	649	
			415	Wijk, L.	650	
			416	Wijk, L.	651	
			417	Wijk, L.	652	
			418	Wijk, L.	653	
			419	Wijk, L.	654	
			420	Wijk, L.	655	
			421	Wijk, L.	656	
			422	Wijk, L.	657	
			423	Wijk, L.	658	
			424	Wijk, L.	659	
			425	Wijk, L.	660	
			426	Wijk, L.	661	
			427	Wijk, L.	662	
			428	Wijk, L.	663	
			429	Wijk, L.	664	
			430	Wijk, L.	665	
			431	Wijk, L.	666	
			432	Wijk, L.	667	
			433	Wijk, L.	668	
			434	Wijk, L.	669	
			435	Wijk, L.	670	
			436	Wijk, L.	671	
			437	Wijk, L.	672	
			438	Wijk, L.	673	
			439	Wijk, L.	674	
			440	Wijk, L.	675	
			441	Wijk, L.	676	
			442	Wijk, L.	677	
			443	Wijk, L.	678	
			444	Wijk, L.	679	
			445	Wijk, L.	680	
			446	Wijk, L.	681	
			447	Wijk, L.	682	
			448	Wijk, L.	683	
			449	Wijk, L.	684	
			450	Wijk, L.	685	
			451	Wijk, L.	686	
			452	Wijk, L.	687	
			453	Wijk, L.	688	
			454	Wijk, L.	689	
			455	Wijk, L.	690	
			456	Wijk, L.	691	
			457	Wijk, L.	692	
			458	Wijk, L.	693	
			459	Wijk, L.	694	
			460	Wijk, L.	695	
			461	Wijk, L.	696	
			462	Wijk, L.	697	
			463	Wijk, L.	698	
			464	Wijk, L.	699	
			465	Wijk, L.	700	
			466	Wijk, L.	701	
			467	Wijk, L.	702	
			468	Wijk, L.	703	
			469	Wijk, L.	704	
			470	Wijk, L.	705	
			471	Wijk, L.	706	
			472	Wijk, L.	707	
			473	Wijk, L.	708	
			474	Wijk, L.	709	
			475	Wijk, L.	710	
			476	Wijk, L.	711	
			477	Wijk, L.	712	
			478	Wijk, L.	713	
			479	Wijk, L.	714	
			480	Wijk, L.	715	
			481	Wijk, L.	716	
			482	Wijk, L.	717	
			483	Wijk, L.	718	
			484	Wijk, L.	719	
			485	Wijk, L.	720	
			486	Wijk, L.	721	
			487	Wijk, L.	722	
			488	Wijk, L.	723	
			489	Wijk, L.	724	
			490	Wijk, L.	725	
			491	Wijk, L.	726	
			492	Wijk, L.	727	
			493	Wijk, L.	728	
			494	Wijk, L.	729	
			495	Wijk, L.	730	
			496	Wijk, L.	731	
			497	Wijk, L.	732	
			498	Wijk, L.	733	
			499	Wijk, L.	734	
			500	Wijk, L.	735	
			501	Wijk, L.	736	
			502	Wijk, L.	737	
			503	Wijk, L.	738	
			504	Wijk, L.	739	
			505	Wijk, L.	740	

Niet dat-ie nou eervol sneuvelde. Eervol sneuvelen is voor mij door een sluipschutter vanaf de Euromast neêrgeschoten worden. En dan ook nog precies tussen de ogen. Wat ook nog kan, zij het iets minder eervol, is sneuvelen door een fragmenterende anti-personeelsmijn verstoppt in een McDonald's kip-nugget-verpakking. Niets van dit alles. Jan sneuvelde door een plotseling uitbrekende blarenpest, vlak nadat hij zich bij de cadi-wagen nog moed had ingedronken. De troepen stormden inmiddels voort rond het Kralingse Bos. De wijk Crooswijk was waarschijnlijk al bevrijd, want daar ging het voetvolk niet doorheen.

Wel weer terug over een koude -zeven graden- en winderige Maasboulevard. Een verschrikking, een marteling voor deze martelaren. Dan eindelijk, na 41 kilometer en 192 meter, de "drapeau rouge". Deze rode driehoek is het sein voor de troepen dat de overwinning in zicht komt.

Voor hun heldhaftig gedrag, wil ik hier twee Nienoord-fuseliers noemen. Vlak na de eerste verkenner -korporaal Rousseau- kwam Hendrik van Wijk binnen als 285ste. Op iets grotere afstand gevolgd door fuselier Hans van Leeuwen als 1849ste. Van Leeuwen kwam echter ruim voor soldaat Vanderberg binnen, die 7625ste werd en 5 uur en 25 seconden deed over de marsroute van ruim 42 kilometer.

Bij de binnenkomst van de helden weer de bekende taferelen. Met bloemen in de armen en tranen in de ogen staan de moeders, vrouwen en kinderen te wachten op hun dapperen. Maar voor dat de helden zich -nat, vuil en stinkend- in de armen van het thuisfront kunnen storten, worden ze in folie verpakt. Dat heeft de legerleiding op de Coolsingel zo bepaald om de familie-leden te vrijwaren van onuitwisbare vlekken op het zondagse tenue.

Zo heeft de leiding meer zekerheid, dat de overlevenden volgend jaar weer mee mogen doen aan deze heilige oorlog.

Ad



ROTTERDAM 1994

Wellicht interessant zijn de tussentijden
van winnaar Rousseau.

5 km	14.47	
10 km	30.30	15.43
15 km	45.37	15.07
20 km	1.01.31	15.54
25 km	1.16.46	15.15
30 km	1.31.20	14.34
35 km	1.46.16	14.55
40 km	2.01.20	15.04

eind-

tijd 2.07.51 6.31

.....en de laatste kilometer ging in 2.47 min.

Ga er maar aan staan!! Ik krijg het al benauwd
bij het noteren.

De jarigen

in juli

9	Bé Bosman
12	Jan de Jong
15	Roelof Roffel
20	Grietje Waalkes
22	Peter Hondebrink
23	Harm Pops

en augustus

6	Gerard van der Velde
11	Alie Seiffers
14	Janny Smit
22	Hans Reygersberg
23	Take van der Velde
24	Anko Odding
28	Bob ten Bruggencate

Allemaal gefeliciteerd !! En voor degenen die hun (mogelijk)
oranje-verdriet willen wegdrinken, die weten waar ze terecht kunnen.

Ot en Sienloop

Natuurlijk weer aan de start dit jaar. De Ot en Sienloop heeft toch een vast plekje in de agenda van veel Nienoorders. Dus richting Roden, nadat een verfrissende bui de benauwdheid van de dag had weggewassen.

De herinnering aan vorig jaar was niet al te prettig. Na de marathon van Rotterdam had ik een dip in plaats van een blakende vorm en dan kan een tien kilometer zéér lang duren.

Aan de start een aantal bekende gezichten, maar minder Nienoorders dan andere jaren. Na het startschot moest ik Marti ten Kate meteen laten gaan. Maar Rob kon ik bijhouden zodat we de eerste ronden gezamenlijk rondrenden.

Leuk is dat in Roden altijd Nienoorders langs de kant staan aan te moedigen. Geeft toch iets extra's.

De loop eindigde voor mij in 36.57, waar ik niet ontevreden over was. Rob kwam iets later over de finish door onder andere een losse veter.

Het was een redelijk constante loop, alleen de eerste ronde ging iets te snel (onzin volgens Jan Hovinga).

Uitrusten en over een week de Marumer stratenloop!

Peter H

Dat lukt hem bij ons ook nog wel,als hij maar tijd van leven heeft.

...en ★
...ate Zeester-toernooi ne-
men deel Tus Ekem, TSG Bokel,
Oranje Nassau Groningen, Oran-
je Nassau Roden, Drachten,
s Zuidhorn, SG Grossenmeer Bar-
et densleth en Zeester zelf uiteraard
ze ★ Trainer-coach Boele de Wind
te van de Groninger gymclub Kracht
en Vriendschap heeft vier van zijn
pupillen zien uitgroeien tot bonds-
kampioen van het KNCGV. ★ De
gelauwerden zijn Marcel Wubs
(heren), Jasper de Vries (heren-
juniores), Matthijs Vogel (heren-
aspiranten) en Ronald IJdens
(jongens 12-13 jaar) ★ Onze fel-
icitaties voor deze christelijke
gymnasten ★ Joan Boskamp; de
10-jarige dochter van ex-wieler-
coach André Boskamp,
h geplaatst voor het Ne-
kampioenschap in de
et morgen in Hel-
★ In de
wordt

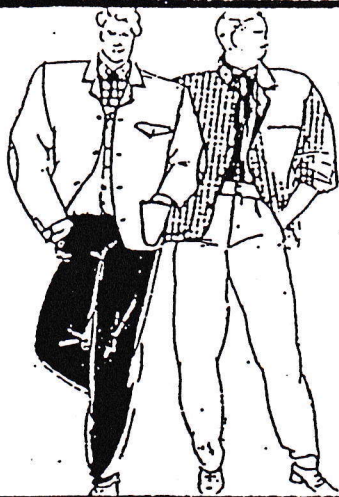
Winsum, 7 mei, Ripperdaloop

Ik weet niet meer hoe lang het is geleden dat ik een wedstrijd gelopen heb, maar eindelijk is het weer zo ver. Bij de sporthal kom ik -wij T en T- Anko, Jan H, Jan P, René G, Wim en Bé tegen. Ik besluit met Bé te gaan lopen en ons op een tijd te richten van vijftig minuten. De eerste ronde loopt lekker, geen achter-de-bosjes-gedoe en zo. Bij de verzorgingspost, even voor de finish, blijft Bé achter en ik pik aan bij een loper uit Leek (Bouma). Bij de tweede ronde van 3,3333 kilometer blijft ook deze achter en ik besluit er nog een schepje boven op te doen voor de laatste ronde. Bij de start/finish loopt iemand mij voorbij en ik probeer hem bij te houden, wat maar moeilijk lukt. Dan voegt René zich naast mij. Hij heeft een snelle tijd gezet op de 3,3 kilometer en is nu aan het uitlopen. Hij verzorgt in de laatste ronde de sponsen en houdt mij lekker uit de wind en spoort mij aan om door te gaan. En bij de laatste 1000 meter probeert hij het tempo nog wat te verhogen. Maar veel heb ik niet meer over. Hij sleurt mij naar het einde en ik snel over de finishlijn in een tijd van 46.47. Ik ben zeer tevreden.

Twee weken later de stratenloop van Marum

Toch maar weer eens een gooi doen om de snelste tijd van de gemeente Marum te maken. Op deze avond een lekkere temperatuur, een goede sfeer, dus aanvallen. De twee eerste ronden gaan redelijk. Maar als dan de speaker (Arend) wat opmerkingen plaatst van "hij is ook een pondje zwaarder geworden" en "hij kijkt zorgelijk op zijn horloge", gaat pas echt de beuk er in. In de derde ronde zie ik Alie in de verte lopen. En ja, met zo'n haas is het niet zo moeilijk elke honderd meter dichterbij te kruipen. In de laatste ronde ga ik haar bij plusminus negen kilometer voorbij en vraag of ze mee kan komen. Het lukt haar helaas niet. Ik voer het tempo nog een beetje op en ga in 47.40 over de finish. De afstand is hier 10.300 meter, dus niet zo slecht. Bij de prijsuitreiking zijn diverse leden van Nienoord, dus een geslaagde avond. Ikzelf kreeg nog een aanmoedigings-t-shirt. Na een zak patat en een zuurstang van de Pinksterkermis, gaan we weer tevreden naar huis.

Take



Aktuele mode

Gewoon gaan kijken

**WILLIAM
SPAAN**
MODE

Tolberterstraat 9 05945-13210

FOTOSNELSERVICE

de Liekeblom

Winkelcentrum de Liekeblom

De Schans 14 9351 AZ Leek

tel: 05945-18202

金凌酒家

CHINEES - INDISCH RESTAURANT

„KING LING”

DE DAM 27 - 9351 AL LEEK
TELEFOON 05945-16464



ONGEWOON GOED
BUITENGEWOON GEZELLIG

- * Uitstekende bediening
- * „Voor de deur” parkeren
- * Oók eksklusieve gerechten

* s maandags gesloten.

De Marumer stratenloop

Toch ook een Nienoordgebeuren deze stratenloop, vele bekende gezichten (meer bij de organisatie dan bij de deelnemers).

Klein maar gezellig deze loop en als inwoner van de gemeente Marum, moet je natuurlijk meedoen.

Na enige problemen met het startpistool van starter Jellie maar weer op weg om via de vele bochten en op- en afstapjes de tien kilometer (pardon, 10,3 kilometer!) af te leggen.

De eerste twee ronden was ik in het gezelschap van Rob en een onbekende atleet. In de derde ronde was Rob hier nog van over.

De vierde ronde ging achteraf gezien iets te langzaam en Rob begon de laatste ronde dan ook het tempo op te schroeven. Aanklampen en bijblijven dus en de laatste 150 meter sprinten, want we wilden allebei de ander voorblijven.

Met een neuslengte kon ik Rob voorblijven, waarna we verder zo stonden te hijgen dat stopwatches pas na plusminus dertig seconden werden ingedrukt. Dus tot de officiële uitslag wachten om je tijd te weten te komen. (38.30).

Dus volgend jaar flink doortrainen om toch nog eens Marumer kampioen te worden, bij de veteranen?

Andere tijden van de Nienoorders: Jan H in 34.44 (4e en een plastic tas met inhoud als prijs), Jan P in 44.00 (en ziek over de finish), Evert in 41.53, Alie in 48.05 (ook al zo'n tas), Wytske in 57.36, Sake in 44.20 (maar hij komt weer in vorm de komende maanden) en Take in 47.40.

Mijn volgende doel is de marathon in Berlijn. Hopelijk gaan daar toch nog meerdere Nienoorders heen!

Peter H

Even voorstellen.....

Dat je als kleine jongen brandweerman of trambestuurder wilt worden, dat is normaal. Dat je als kleine jongen iets gewelddadiger bent ingesteld en politie-agent of generaal wilt worden, daar kunnen we ook nog mee leven. Dat je als een avontuurlijke kleine jongen parachutist of diepzee-duiker wilt worden, is ook nog te billijken. Maar dat je als kleine jongen lokettist wilt worden, nou daar viel m'n klep van open.

Want de lokettist zat vroeger -in mijn beleving- alleen in een klein donker hok sikkeneurig te zijn achter een luikje in het gaas. Dat de tegenwoordige kleine jongen lokettist wil worden, daar kan ik inkomen; de hele dag klantvriendelijk te staan zijn aan een brede, hel verlichte balie, met pantserglas en intercom tussen wulpse collega's.

Maar ja, hij wilde 't graag, dus waar zal ik me tegen verzetten. De naam van deze wereldbestormer? B   Bosman!

In '48 in Steenwijk geboren, maar op z'n tweede jaar al in Kampen terecht gekomen. Daar heeft-ie veertig jaar gewoond. Ging daar naar de lagere school, ging daar naar de MULO, ging van daar uit onder de wapenen, groeide daar dicht, ging daar daartegen hardlopen, stond daar achter het loket en ontmoette daar Wil (liefde op het eerste loket).

In '65 kwam B   bij PTT Post te werken en stond daar inderdaad tot '73 achter het loket. Waarom PTT? Overheid in zekerheid (toen nog), maar vooral een veelvuldig contact met mensen trok B   aan. Deze periode werd onderbroken door twintig maanden marine. Marine, maar geen schip gezien. Hij deed dienst als telefonist op de marine-vliegbasis Valkenburg. Leuke tijd, veel gevlogen en dicht bij Wil die toen nog in Sassenheim woonde.

Na z'n lokettentijd werd B   opleider bij Post. Maar in (opleidings) groepen gebeuren dingen die je niet altijd in de hand hebt of kunt houden. Dat vond B   ook en hij ging zich wapenen via een studie sociale pedagogiek. En, omdat werken en studeren hem wel beviel, een studie bedrijfskunde er achteraan.

Gedurende zo'n acht jaar heeft hij verschillende functies bekleed in verschillende standplaatsen; personeelsconsulent, chef bestelling, en hoofd Postdienst.

In '89 is hij naar Groningen gekomen. Niet om kantoorhouder ten plattelande te worden. Nee, hij werd hier hoofd van de dienst Personeel en Organisatie en daarna fungeerde hij weer als een (super) chef bestelling. In het kader van de vele reorganisaties bij de Post is hij, sinds enkele dagen, benoemd tot manager (what's in a name) van een nieuw op te richten Service Center. Hierin disciplines als personeel, kwaliteit, organisatie, financiën en begrotingen. Al met al kun je zeggen dat deze man z'n loketje ver is ontstegen.

Maar al deze carrière-gerichte inspanningen gingen gepaard met het roken van één pakje zware shag per dag. Dat werd Wil, met wie hij in '70 was getrouwd, te veel. Hij stopte met roken.

Maar zocht daarvoor weer compensatie. De vervetting sloeg toe. Of Wil weer heeft ingegrepen, weet ik niet, maar hij ging er wat aan doen. Hij kocht een paar Adidas-schoenen en ging, ver uit het zicht van iedereen, wat draven diep in de Kamper wouden. Tien minuten draven werden dertig minuten hardlopen. Een collega van B , tevens atletiektrainer, nam hem op een keer mee naar een prestatieloop in Heerde. En ziet, hij vond het prachtig. Sindsdien is hij verslingerd aan lopen. Het lopen geeft hem energie in z'n drukke baan.

In Kampen heeft-ie nog een aantal jaren tennis gespeeld en de laatste vermeldenswaardige sportieve prestatie is de jaarlijkse mini-triathlon in Dronten.

Dan speelt-ie ook nog toneel en geeft tweemaal per jaar een voorstelling met de toneelgroep Oldebert. En wat hij ook graag doet, is muziek maken. Als B  binnenkort slaagt voor z'n tweede klarinet-examen, wordt hij opgenomen in de rijen van Gruno's Postharmonie. Daar mag hij dan samen met z'n dochter spelen, die daar al saxofooneert. Rijen dik zullen de Nienoord-leden hem straks toeklappen bij zijn eerste openbare optreden tijdens de Rodermarkt-parade.

B  zou ook graag van alles willen lezen, maar door alle beslommeringen des levens, schiet dat er meestal bij in.

Drie jaar is hij nu lid van de loopgroep en hij heeft er veel plezier in en wil dat graag zo houden. Vandaar zijn slogan: "Komend jaar zorgt ieder lid voor een nieuw lid". "Anders volgt contributie-verhoging" voegt-ie er fijntjes aan toe. Hier ligt dus een schone taak voor ons allen.

Ad

Openbaring (niet van Johannes)

Sportmassage, ja dat was mij bekend. Maar in de krant kom ik tot de ontdekking, dat er nog veel meer vormen van massage zijn.

Ik lees over ontspanningsmassage, heerlijke massage, mystieke massage, Thaise massage, relax-massage, body massage, eerlijke massage, betaalbare massage, tao-massage, sensuele massage, traditional thai massage, oosterse massage, sauna massage en the art of massage.

Nooit geweten dat er zoveel soorten waren!

En wie dat geven zeg; studente, nieuwe meisjes, gediplomeerd masseuse, verpleegster in d'r vrije tijd, thaise masseuse, Patty, Tina, tantra-masseur, drie masseuses.

Wordt het tijd dat ik m'n grenzen ga verleggen ??

Ad

Wedstrijduitslagen

- Harm P deed op 10 april in Groningen mee aan de SNS-loop. Voor deze halve marathon had hij 1.26.47 nodig.

- Veel animo was er voor de Ripperdalloop (10 km) in Winsum op 7 mei. Jan P liep in 42.54, Bē in 53.29, Anko in 43.11, Take in 46.49, Wim in 51.21, Henk H in 39.50, Jan H in 34.42 en René K in 34.01.

- De Ot en Sienloop in Roden op 13 mei; Peter H 36.57.4, Peter S 35.36.9 en Rob H 37.27.3.

- De 11e Drentse Marathon in Klazienaveen op 21 mei en met veel regen. De hele voor René K in 2.36.14 en de halve voor Henk B in 1.23.33.

- En een zonovergoten Kappa Kringloop in Oude Pekela op 1 juni. Henk B deed over de 10,8 kilometer, 41 minuten en 33 seconden.

ZWANGER

"Twee dagen voor de bevalling liep ik nog een wisselduurloop, vijfmaal vijftien minuten. Het was die dag bloedheet en ik kwam kennissen tegen. Ze vielen van verbazing zowat van hun fiets. Een week na de bevalling heb ik de training weer hervat".
Barbara Kamp in Rotterdams Dagblad, 22-02-94.

Dat is nog eens een goed voorbeeld van het zinvol besteden van je zwangerschapsverlof!!

