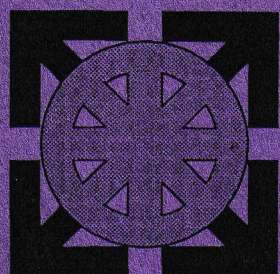


maart/april 2000

loopgroep



nienoord

de droaver



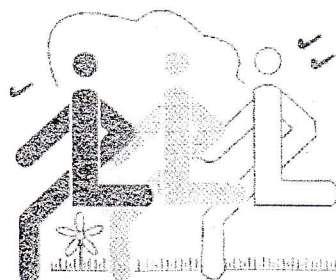
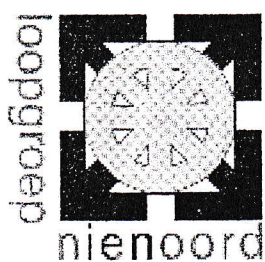
clubblad van
loopgroep nienoord

opgericht 7 april 1989

Grietje Waalkes
De Gol 10
9356 CN Tolbert

INHOUDSOPGAVE

Inhoudsopgave	1
Loopgroep Nienoord	2
Van de voorzitter	3
Van de redactie	3
Trainingsschema	5
Inwonertal Noordenveld	6
Halve van Egmond	7
Gek van turnen	9
Wedstrijduitslagen	11
Westrijdkalender	11/12
Verjaardagen	13
Milleniumbug	15
Bevrijdingsloop	16/17
Kronkel	19/20
Kleurplaat	21
Scheenbeenklachten	22/23



LOOPGROEP NIENOORD

Voorzitter

Anko Odding
J.P. Santeeweg 86
9312 PH Nietap
0594 515598

Wedstrijdsecretaris

Jellie Land
Leegeweg 6
9745 CP Hoogkerk
050 5565982

Secretaris

Kea de Boer
Vijfakkers 37
9356 CB Tolbert
0594 514372

Lid/redactielid

Rene Goossens
Entinge 15
9331 LJ Norg
0592 614427

Penningmeester

Klaas v.d. Marel
Kerkdreef 12
9821 PS Oldekerk
0594 507427

Lid/redactielid

Johan Venema
Euroweg 100
9351 EV Leek
0594 513690

Hoofdtrainer

Boele de Wind
De Olde Ee 18
9362 RC Boerakker
0594 549936

Overige redactieleden

Peter Hondebrink
Alie Seiffers

Henk Ploeg

Contributie

- gewoon lid: f 65,- per jaar
- scholieren en studenten: f 40,- per jaar
- wedstrijdlicentie: f 30,50 per jaar
- de contributie dient voor de aanvang van het nieuwe kalenderjaar te worden voldaan
- bij inschrijving is eenmalig f 10,- administratiekosten verschuldigd
- 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
- bij overschrijving naar een andere vereniging dient f 15,- administratiekosten aan de KNAU te worden betaald.

Girorekening

282415 t.n.v. Loopgroep Nienoord, Leek

Bankrekening

385705336 t.n.v. Loopgroep Nienoord, Leek
Rabobank Leek (gironummer van de bank: 896815)

Trainingen

zondag: Boele de Wind
maandag: Jan de Jong
woensdag: Jellie Land
donderdag: Anko Odding
zaterdag: Anko Odding

Kleding

Bij KNAU-wedstrijden: wit shirt en groene broek

Clubkleding (eigen kleuren)	Jasje met voering fl 132,50	Jasje zonder voering fl 112,50
	Lange strakke loopbroek fl 80,-	Half lange broek fl 60,-
	Wijde lange loopbroek fl 100,-	

VAN DE VOORZITTER

Volgens de kalender moeten we nog winterse omstandigheden hebben. Dat de natuur zich hier niets van aantrekt blijkt wel uit de voor de tijd van het jaar veel te hogere temperaturen. Maar ook de Leekster Lente Loop temperatuur loopt intussen al weer behoorlijk op. De voorbereidingen zijn al weer in volle gang, uiteraard hebben we op deze dag weer de hulp van vele vrijwilligers nodig. De werkzaamheden op op deze dag zijn o.a. het opruimen en opbouwen van het parkoers, de verzorging enz., enz.. Wanneer jezelf of iemand uit je omgeving, of nog liever alletwee, bereid bent om op 25 maart a.s. te helpen geef dit dan even aan mij door. Ook wil ik jullie dit jaar weer vragen om een bundeltje folders en/of posters op te hangen in b.v. winkels, sporthallen, sportkantines, sportzaken, op je werk of waar dan ook ! En natuurlijk hang je een poster thuis voor het raam. Uiteraard gaan we na afloop van de Leekster Lente Loop 's avonds gezellig uit eten. Als je hier aan mee wilt doen, hoor ik dat graag van je.



VAN DE REDACTIE

De redactie is weer tevreden over de geleverde kopy. In dit nummer o.a. een verslag van de halve marathon van Egmond ("heb je het brood ook meegenomen Alie ?") en een kleurplaat voor de jeugdige lezertjes (Boele de Wind ?). Verder weer de vaste rubrieken zoals de wedstrijdagenda en het onvolprezen trainingsschema. De kopy voor de volgende Droaver graag inleveren voor 17 april.

TRAININGSSCHEMA LOOPGROEP NIENOORD

Zaterdag	4-3	Haren 12 en 21.1 km wedstrijd. Training 250m-500m-1000-p250m-1500m-2000m-p500m
Zondag	5-3	Crossloop Bakkeveen 1.15min.
Donderdag	9-3	Van 100 t/m 1200m p100m.
Zaterdag	11-3	4 km ronde Nienoord ronde 1: 100m tempo p100m ronde 2: 200m p100m. ronde 3: 300m p 200m.
Zondag	12-3	Nienoord lange duurloop 1.45min. hierin 1x5min.
Donderdag	16-3	1 uur lopen 1min. snel 1min. rustig.
Zaterdag	18-3	Roden 4x400m p400m 3x15 sp 5min.
Zondag	19-3	Nienoord testloop 1 rondje Lettelbert 1 rondje herstel.
Donderdag	23-3	1x10min 1x15min 1x20min wedstrijd tempo 500m p500m-1000m p500m 1500m p500m sp 5min herhalen in omgekeerde volgorde
Zaterdag	25-3	Leekster Lente Loop geen training, eventueel 26-3.
Zondag	26-3	Nienoord rustige duurloop 1.30min.
Donderdag	30-3	1 keer 1000m-1100m-1200m-1300m-1400m-1500m p 3-4-5-6-7min.
Zaterdag	1-4	Norg vertrek 8.45 uur.
Zondag	2-4	Nietapsterbos 8x1100m p3min.
Donderdag	6-4	10x200m p200m sp 5 min 5x300m p200m.
Zaterdag	8-4	Uurloop Drachten vertrek 10.45 uur geen training eventueel 9-4.
Zondag	9-4	Norg weerstandstraining.
Donderdag	13-4	10x100m p100m sp 5min 8x400m p200m.
Zaterdag	15-4	1400m-1200m-1000m-800m- p de helft.
Zondag	16-4	Nienoord 4x500m p500m sp 5min herhalen + 1x4km.
Donderdag	20-4	100m-200m-300m p100m sp 700m dit 4 keer + 1x3km.
Zaterdag	22-4	Duurloop 1 uur hierin 1 keer 5-10-15min.
Zondag	23-4	Nienoord duurloop rustig 1.15min. deelnemers Klap tot Klaploop rustdag.
Maandag	24-4	Klap tot Klaploop doen we allemaal aan mee behalve zieken en geblesseerden.
Zaterdag	29-4	Bakkeveen vertrek 8.45 uur.
Zondag	30-4	Roden 8x1000m p3min.

Alle trainingen op donderdagavond beginnen met 4x100m steigerung p100m, er wordt wat weinig gebruik gemaakt van de donderdagavond. Het is toch kort tempowerk wat zeer belangrijk is om je wedstrijdtempo te verhogen. De duur van de training is van 18.00 uur tot 19.15 uur.

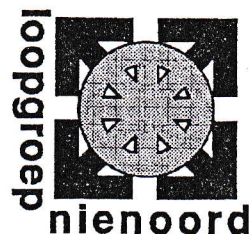
Marathon Berlijn is nog zeer ver weg, te ver om nu al gericht te gaan trainen voor de marathon.

Voor de atleten(tes) die zich voor het eerst aan de marathon gaan wagen, het volgende advies, loop minimaal 3 keer per week, loop 1 keer een duurloop van 1 uur tot 1.15 uur.

In de volgende Droaver een gericht schema voor de marathon om hem uit te lopen.

Voor atleten(tes) die een snelle tijd willen lopen moeten dit aan mij kenbaar maken, dan kunnen we een schema opstellen naar jouw eigen mogelijkheden.

Boele.



INWONERTAL NOORDENVELD

Zoals je in bijgaand artikel kunt lezen is het inwonertal van de gemeente Noordenveld met 35 personen gedaald.

Deze daling is mede veroorzaakt door twee leden van de Loopgroep Nienoord, als we tenminste bijgaand bericht moeten geloven. Rob Houtenbos woont thans in Leek (goede zet Rob) en Hans Reigersberg/Henk Rijgersberg woont tegenwoordig in Haren (minder goede zet Hans/Henk).

Willen bovenstaande personen de adressen nog even doorgeven aan de redactie ?

Dit in verband met de bezorging van de Droaver.



Sporters leven langer

De Wilp loopt nieuwejaar in

De nieuwjaarscross in De Wilp verliep zaterdagmiddag weer ouderwets gezellig. Bij de kantine van de organiserende voetbalclub Wilper Boys gingen welgeteld 78 dames, heren, jongens en meisjes van start. De uitslagen waren als volgt:

Heren, 21,5 km: Marcel Hoekstra (Leek) 1.28.48; 2. Renze Veenstra (Haren) 1.29.30; 3. Jan Ernst (Slochteren) 1.35.26.

Heren, 10 km: 1. R. Houtenbos (Leek) 40.04; 2. Johan Krans (De Wilp) 43.25; 3. Henk Rijgersberg (Haren) 43.56.

Dames, 10 km: 1. L. Veenstra (Marum) 58.22; 2. B. Diepenbroek (Marum) 58.23; 3. P. de

Groot (Marum) 58.41.

Snelste lid Wilper Boys:

Johan Krans.

Heren, 5 km: 1. R. van der Haak (Aduard) 16.28; 2. Menno Huijzen (Appelscha) 18.00; 3. A. van Buiten (Den Horn) 18.30.

Dames, 5 km: 1. K. Bosma (Haulerwijk) 23.49; 2. P. Haak (Wijnjewoude) 26.22; 3. R. Benedictus (Siegerswoude) 26.45.

Jongens, 5 km: 1. M. Koehaar (De Wilp) 22.53; 2. M. Alkema (Nietap) 22.59; 3. T. Bakker (De Wilp) 24.19.

Meisjes, 5 km: 1. B. Boersma (Niekerk) 25.25; 2. M. Koshaar (De Wilp) 31.06; 3. A. Vogelzang (Boerakker) 32.33.



Inwonertal Noordenveld licht gedaald in 1999

RODEN. Het aantal inwoners van de gemeente Noordenveld is het afgelopen jaar licht gedaald. Waren er op 1 januari 1999 nog 30.792 inwoners, op 1 januari 2000 waren dat volgens de voorlopige cijfers van de afdeling Burgerzaken 30.757. Dat is een daling van 35 personen. In Noordenveld werden vorig jaar 339 kinderen geboren en overleden er 239 personen. Er vestigden zich 1685 personen in de gemeente, maar er vertrokken 1820.



De halve van Egmond.

Zondagmorgen 9 januari was het al vroeg dag. Ook voor de supporters werd er geen uitzondering gemaakt; om 7.00 uur al!!! zou de bus naar Egmond vertrekken. De laatste hardlopers moesten hard lopen om op tijd bij de bus te zijn. Anko had zo hard gelopen dat hij hierdoor zelfs zijn proviand vergeten was.

We vonden met z'n allen een mooi plaatsje achterin, en onderin de bus. Daar hebben we de hele reis met ons clubje gezeten. Best vermoeiend hoor... Geert Seiffers was tenslotte ook mee en Ria en een kletsende Grietje. Geen mensen die je nog een ochtendslaapje gunnen. Anko was opvallend rustig, nerveus..... of miste hij zijn calorieën?

We kwamen al op tijd in Egmond aan. We waren zo vroeg dat iedereen dacht dat we alle tijd van de wereld hadden. Uiteindelijk waren de lopers hierdoor maar net op tijd bij de start, en hebben Aly Oddink en ondergetekende de wedstrijdlopers niet eens zien vertrekken. Gelukkig stonden de andere lopers achteraan en hebben we die nog wel voorbij zien komen.

Het was koud, maar prachtig weer. Aly en ik zijn eerst maar eens een heel eind het strand op gekuierd. Toen de eerste echte 'Snelle Jelles' voorbij kwamen zijn we langzamerhand weer terug gewandeld naar het punt waar de lopers vlak voor de finish het strand weer zouden verlaten. Onderwijl werden de lopers enthousiast aangemoedigd door het publiek. Vlak voor de finish zochten Aly en ik een strategisch plekje op om **ONZE lopers** voorbij te zien komen.

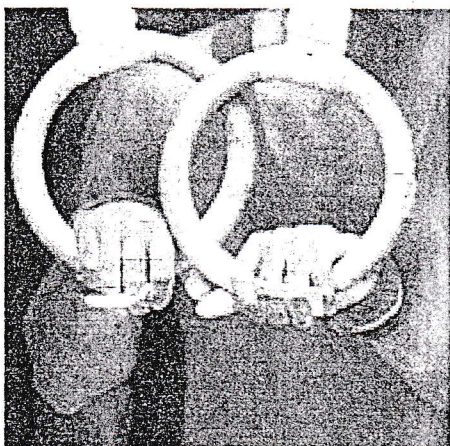
Als eerste zagen we *Bliksemschicht-Aly Seiffers*. Ze was al bijna voorbij voor we er erg in hadden. Hierna volgden de anderen. Alleen Ria hebben we niet gezien. Waarom, was je niet op z'n zondags gekleed, of heb je de afkorting genomen? Anko had alle de tijd (toen hij heuvel-op moest) om ons uitgebreid goeiendag te zeggen.

Iedereen heeft op de juiste manier de finish gehaald. Petje af. Na enig smeren met natte washandjes voelde men zich schoon genoeg om weer met de bus terug te reizen naar Leek, waar we heerlijk met elkaar gegeten hebben. Na zo'n inspannende dag vond iedereen het ook verantwoord om een heerlijk toetje te nemen ter afsluiting.

Mirjam.



Boele de Wind, turntrainer en sportfanaat:

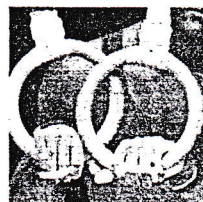


IK BEN NU EENMAAL GEK VAN HET TURNEN

Hij noemt zijn liefde voor het turnen bijna een ziekte. Hardlopen vindt hij een fantastische bezigheid. En ook de zware survivalsport mag op zijn warme belangstelling rekenen. We hebben het over Boele de Wind uit Boerakker in Groningen. Op 33-jarige leeftijd besloot hij na een actieve turnloopbaan trainer te worden. Hij behaalde de nodige diploma's en ging op zoek naar een vereniging. Anno 1999 is hij nog steeds fulltime turntrainer bij een grote gymnastiekvereniging.

Tot zijn drieëndertigste jaar was De Wind zelf een verdienstelijk turner. Zo turnde hij op het A-niveau van het toenmalige KNCGV, het Koninklijke Nederlandse Christelijke Gymnastiek Verbond. Zeg maar de subtop. Van die periode ondervindt hij nog dagelijks de voordelen. 'Eigenlijk is het een vereiste voor een turntrainer om zelf actief geturnd te hebben', zo is De Wind van mening. 'Turnen is namelijk een zeer technische sport. Omdat je weet hoe bepaalde bewegingen aanvoelen kun je ze veel gemakkelijker overbrengen op je pupillen. En verder pik ik sneller de fouten eruit'. Na twee jaar te hebben getraind bij kleinere verenigingen, onder andere in Boerakker, werd hij benaderd door Kracht en Vriendschap, een grote gymnastiekvereniging in Groningen en Hoogkerk, waar hij nog steeds in dienst is. De Wind heeft het er prima naar zijn zin, zeker

gezien zijn werktijden. Meestal beginnen de trainingen 's middags om een uur of vier. Dat laat hem overdag dus voldoende tijd om één van zijn andere favoriete sporten te bedrijven, het hardlopen. 'Een heerlijke bezigheid die je alleen kunt beoefenen en dat ook nog eens op elk gewenst moment van de dag. Bovendien is hardlopen een erg gezonde activiteit'. Dat De Wind het zware werk ook niet schuwt blijkt wel uit het feit dat hij ook de survivalrun-groep uit Boerakker traint. 'Een zware sport waarbij veelvuldig geklommen, geklauterd en getild moet worden', aldus De Wind. Wat betreft de huidige stand van zaken in turnland houdt De Wind er duidelijke opvattingen op na. 'We hebben in Nederland jammer genoeg niet het juiste turnklimaat. Dat zie je onder andere terug in de lage salarissen die worden betaald aan beginnende turntrainers. En toch hebben de bonden in de afgelopen jaren veel tijd en geld in gestoken in het op een hoger niveau bengen van de turnsport in Nederland. Zelfs werd een Russische trainer aangesteld. Toch zal een Nederlandse turner of turnster helaas nooit hoger eindigen dan een twintigste plaats. Dat is op zich nog een heel goede prestatie, maar in de sport tellen alleen de eerste plaatsen. En dus vertrekken de goede turntrainers die we hebben al snel naar het buitenland. Dat kun je ze niet verwijten. De salarissen liggen hoger en de toekomstperspectieven zijn er veel beter'. Toch houdt De Wind de moed er volop in. 'Ik ben nu eenmaal een turnfanaat in hart en nieren. Zeg nu zelf, wat is er nu mooier dan een perfect uitgevoerde ringoefening?'



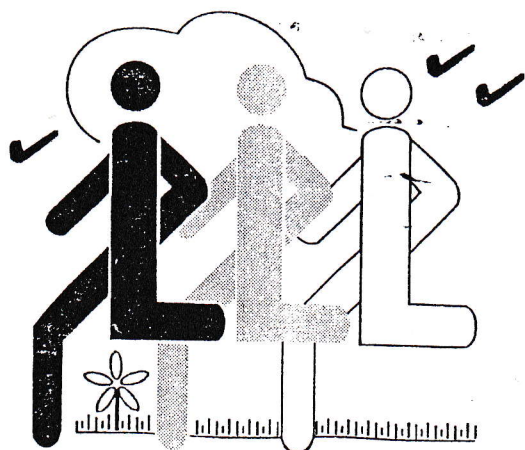
Wedstrijd uitslagen:

31 December 1999 oudejaarsloop Wedderbergen, halve marathon.
Hans Top 5^e mannen senioren 1.18.12 min.

Wedstrijdkalender Maart:

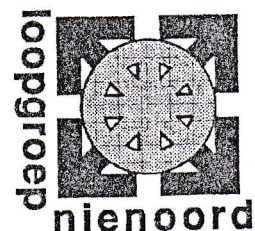
Datum	wedstr.	Plaats	tijd	afstand
4	lenteloop	Haren	12.00	12.5 + 21.1km
4	blikkringlp	Leeuwarden	12.00	3.5-10-21.1km
5	Den helder / Schagen	Den Helder	12.00	25km
11	holdmarathon	Diever	11.00	10-21-30-42km
11	Middelzeelp	Bolsward	11.00	7.3-16.1km
11	Trimloop	Assen	11.00	3-5-10-15km
11	"intraining voor Rotterdam 2000" Groningen 10.00uur 21 en 32km			
12	20 van Alphen	A.a.d.Rijn	13.00	div.afst. t/m 20km
18	Mazdaloop	Emmen	14.30	10km
18	P-R ploegentijdlp	Dokkum	13.30	ploegentijdlp
18	Trimloop	Veenhuizen	10.30	3-5-10km
19	Merenloop	Groningen	14.00	5-12km
25	L.L.L	Leek	jeugd v.a 12.15 uur	
	halve marathon	15.00 uur		
25	Knipeloo0p	de Knijpe	10.30	5-11km
26	ronde van Wymbritseradeel	Sneek	14.00	12-30km
30	Merenloop	Groningen	14.00	5-12km

14^e Leekster Lente Loop



25 MAART 2000

Wedstrijdkalender



April:

Datum	wedstr.	Plaats	tijd	afstand
1	20 jr. SV Friesland	St.Jac.Par.	11.00	5-10-20km
2	de acht v.Assen	Assen	14.00	8km
8	tijdlp hoeve boschoord	Westerveld	13.00	3.5km
8	16 ^e DunlopEnerka uurlp	Drachten	12.00	uurloop
8	Theo de Winterlp 10EM	winschoten	14.00	2-5-10km-en
15	Slach om e mar	Bergum	11.00	5-10-21km
16	Marathon Rotterdam			
22	Bosloop	Diever	11.00	8-16km
22	VSB halve Mar.	Bolsward	11.00	10-21.1km
24	Klap tot Klaplp	Stadskanaal	15.00	10km
26	Ladiesrun	VrouwenPar.	19.30	5-10-15km
28	8 ^e Oranjelp	Hoogkerk	18.45	0.8-1.6-5km
29	OranjeParkloop	Meppel	16.00	3-8km
29	Univè nrd.Drentelp	Norg	15.30	8.5-14.8- 21.1km

Informatie over deze wedstrijden is verkrijgbaar bij Jellie Land
050-5565982



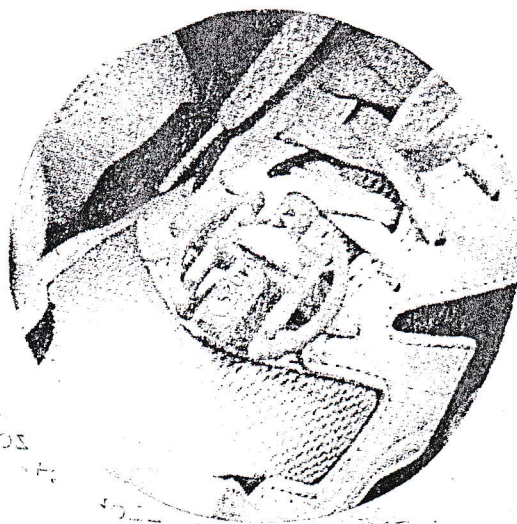
Verjaardagen:

Maart

- 1 Jan Hovinga
- 4 Kina Bijnagte
- 9 Jozephine Wortelboer
- 12 Frank Versèlewel de Witt Hamer
- 13 Harry Kuipers
- 19 Hans van Leeuwen
- 20 Jacinta Linker
- 21 Mineke Melessen
- 22 Arend v.d. Menten
- 25 Geert v.d. Broek
- 27 Marja van den Heuvel
- 30 Karin Stam

April

- 3 Jellie Land
- 12 Akkie v.d. Kevie
- 13 Henk Bouwland
- 14 Dineke Rekker
- 14 Johan Venema
- 17 Marja de Boer
- 20 Rob Amesz
- 24 Wiebe Jongsma
- 24 Jan van der Kaap
- 26 Siep Schepel
- 29 Johan Wegter



Om alvast te noteren:

Trainingsweekend 17 en 18 juni 2000 te Westerbork.

(in de volgende Droaver meer informatie)

Milleniumbug

Haast ongemerkt is de ene eeuw in de andere eeuw overgegaan. Net zomin als er sprake was van de aangekondigde software-rampen, was er sprake van uitbundige eeuwfeesten. Desalniettemin deed zich in mijn kleine lopersbestaan toch een klein milleniummirakeltje voor. Jullie weten dat ik zelden in mijn loop-baan in een wedstrijd tot een eerste plaats ben gestegen. In Rotterdam een keer 987-ste, in Leek 64-ste en in allerlei minieme leeftijdscategorieën weer iets hoger, maar van een eerste plaats kan ik alleen maar dromen. Tot de eeuwwisseling. Ik heb de ene eeuw afgesloten met een overwinning en ik ben de andere eeuw begonnen met een overwinning. Vlak voor het eind van de eeuw kreeg ik de aankondiging van de bekende Veenhuistercross onder ogen: de wintercross op 18 december. Nog nooit geweest en nu paste het mooi. Dus ik op die zaterdagochtend richting Veenhuizen, waar ik om 11.00 uur met een groepje van pakweg 25 man (en een paar boeven) werd weggeschoten. Al snel liepen we met een mannetje of vijf voorop. Het is een fraai parcours, veel mooie, rechte, goed begaanbare paden, dus we liepen een pittig tempo. Drie man vielen af en met zijn tweeën liepen we een tijd lang samen. Dan gaat er toch iets kriebelen en dat gekriebel mondt uit in een gedachte en die gedachte mondt uit in een streven: ik wil winnen. En dan is degene waarmee je loopt niet meer degene waarmee je loopt, maar degene waartegen je loopt. Je kijkt naar zijn stijl en techniek, je luistert naar zijn ademhaling, je taxeert zijn conditie en tempo en dan sla je toe. Vlak voor een bocht kruip je voor, in de bocht versnel je (mooi, een drassig stuk), je trekt door en je ligt 20 meter voor. Je houdt je tempo hoog en je luistert; nee, hij komt niet dichterbij. Nog een kleine versnelling, 20 meter wordt 50 meter: los! Je loopt voorop, je loopt in eerste positie, je gaat winnen, je wordt eerste! En jawel, als nummer 1 onder het finishdoek door in 38,26.

Deze inspanning werd overigens niet uitbundig geeerd; net als elke andere anonieme deelnemer kon ook de winnaar zonder vaan, speld, plak of beker huiswaarts keren. Maakt niet uit: nummer 1.

Daar kun je een eeuw mee afsluiten.

De eerste wedstrijd van de eeuw werd het loopje van De Wilp, waar Jan en Roelof zulke warme herinneringen aan hebben. Ondanks een lichte verkoudheid (die loop je er wel uit' zei Boele) toch maar gegaan, samen met Hans R. Overigens waren er in De Wilp meer bekenden: Boele dus, Evert zelfs, Siep ook, en als goud van oud Peter S. De deelname was wel groter dan in Veenhuizen, maar er zijn er wel eens meer geweest.

Hier is de grap dat alle deelnemers van de drie wedstrijden (5 km, 10 km en 21 km) met □□n schot worden weggestart. Ook hier liep ik van meet af aan in de voorste gelederen. Maar na een paar kilometer splitsten de parcoursen van de verschillende wedstrijden en plotsklaps was iedereen om me heen verdwenen en liep ik moederziel alleen door het weidse landschap. Elk gevoel van deelname aan een wedstrijd was weg: een duurloopje door Friesland. Uiteindelijk in een niet echt geweldige tijd, maar wel als eerste over de finish: 40.04.

Wat ze in Veenhuizen te weinig hebben, hebben ze in De Wilp in overvloed: bekens. Voor elke wedstrijd, voor de jeugd, voor de dames, voor de heren, voor de eerste drie plaatsen bekens, bekens, bekens en een wisselbeker. Er stonden denk ik wel 30 van die dingen. Bij de 21 km waren er nauwelijks voldoende deelnemers om bekens in ontvangst te nemen. Sommige lopers gingen met twee bekens naar huis (tweede plaats en eerste Wilper; derde plaats en tweede van de club). Zelf kreeg ik er ook twee; een gewone en een wisselbeker (van 50 cm hoog!). Die toren nam ik voornamelijk mee naar huis om het verbouwvereerde gezicht van zoon Anton te zien bij de aanblik van die ontzaglijke beker (hij weet ook niet beter dan dat ik weer eens 34-ste ben geworden).

Toen ik thuis die beker nog eens beter bekeek zag ik tot mijn ontzetting dat de namen en tijden van de winnaars er ook in worden gegraveerd. Daar staat straks naast de mooie tijden van onder andere Gjalt Terpstra 1994 32.55, Ronald Nihot 1995 32.55, Rene Karreman 1999 35.19 een loosertijd van Rob Houtenbos in 2000 in 40.04.

Als ik dat had geweten ...

BEVRIJDINGSLOOP 4/5 MEI 2000

In de vorige "Droaver" vonden jullie al wat eerste informatie over de op 5 mei a.s. te houden Bevrijdingsloop van Wageningen naar Leek. Voor degenen die dit evenement, dat tegenwoordig één keer per vijf jaar georganiseerd wordt, nog nooit meegemaakt hebben, volgt hier de benodigde informatie.

De bevrijdingsloop is een estafette-loop die in Wageningen begint voor Hotel de Wereld. In dit hotel werd destijds de capitulatie van de Duitsers een feit en werd de tweede wereldoorlog voor Nederland beëindigd.

In Wageningen wordt op 5 mei 2000 om 0.00 uur het bevrijdingsvuur voor Hotel de Wereld wederom ontstoken. Het is de bedoeling dat zoveel mogelijk lopers uit geheel Nederland het vuur, dat met behulp van fakkels of stormlantaarns moet blijven branden, zoveel mogelijk Nederlandse gemeenten bereikt. Na allerlei toespraken en formaliteiten waaieren dan lopers in allerlei richtingen het land in. In Leek zal het vuur aangereikt worden aan de burgemeester. Tot zover de idee achter de bevrijdingsloop.

Om op tijd in Wageningen te kunnen zijn, moeten we vroeg op pad. De ervaring heeft geleerd dat het wat tijd kost om van alles en nog wat in Wageningen te regelen.

Als vertrektijd vanuit Leek geldt dan ook 4 mei 20.15 uur; een kwartier na de beëindiging van de dodenherdenking. Plaats van vertrek: Parkeerterrein voor RABObank/VVV-kantoor.

Onderweg naar Wageningen stoppen we in Staphorst (Hotel Waanders) voor een kop koffie.

Het uiteindelijk vertrek vanuit Wageningen zal omstreeks 01.00 's nachts liggen.

Het is de bedoeling dat telkens twee aan elkaar gelijkwaardige lopers een stuk van het 186 kilometer lange traject hardlopend zullen afleggen. Zij lopen ongeveer een half uur en worden dan afgelost door twee verse lopers. En zo gaat het door tot we weer terug in Leek zijn. Het laatste stuk tot in Leek lopen we met zoveel mogelijk lopers.

Degenen die niet lopen, zitten in de volgbusjes/auto's of fietsen een stukje mee. Er gaan in ieder geval twee fietsen mee, zodat de stijfheid die ontstaat door het in de busjes zitten wat weggefietst kan worden.

De route die we volgen is de kortste route die over de verharde weg afgelegd kan worden door lopers, fietsers en auto's. Dat is de volgende route met kilometeraanduiding: Wageningen(0)-Bennekom(5)-Ede(9)-Wekerom(19)-Kootwijk(31)-Nieuwmilligen(36)-Uddel(41)-Elspeet(45)-Nunspeet(54)-'t Harde(64)-Wezep(74)-Hattemerbroek(77)-Zwolle(81)-Hasselt(94)-Zwartsluis(105)-Beltschutsloot(108)-Wanneperveen(115)-Kolderveen(124)-Nijeveenseboer(126)-Steenwijk(132)-Kallenkote(132)-Wapserveen(137)-Frederiksoord(140)-Vledder(142)-Doldersum(146)-Wateren(150)-Oosterwolde(159)-Haulerwijk(174)-EenWest(175)-Zevenhuizen(180)-Leek(185)-Eindpunt(186)

Als we om 01.00 uur uit Wageningen vertrekken zullen we naar schatting om 15.30 uur in Leek aankomen. In ieder geval moeten we voor 16.00 uur in Leek zijn. Deze schatting is gebaseerd op de tijden van 1991 en 1995, vermeerderd met een half uurtje omdat de meesten van ons vijf jaartjes ouder zijn geworden.

Iedereen wordt geacht zelf proviand en drinken mee te nemen. Hou er rekening mee dat je 20 uur van huis weg bent; dat zijn dus heel wat broodjes en heel wat drinken. De ervaring heeft geleerd dat iedereen individueel het beste kan bepalen wat hij of zij nodig denkt te hebben. Onderweg stoppen we niet !!
Vergeet ook niet de nodige droge t-shirts en andere droge kleren mee te nemen. Als je van plan bent om te fietsen, denk dan ook aan warme kleren. Vergeet ook de handdoeken niet.

Er zullen enige kosten aan deze dag verbonden zijn. We zullen proberen deze zo laag mogelijk te houden (de vorige keer was het f8,-). Om o.a. de kosten zo laag mogelijk te houden, zullen we zo veel mogelijk met busjes rijden (dat is ook gezelliger). De organisatie houdt zich aanbevolen voor personenbusjes. Denk je aan zo'n busje te kunnen komen, geef het dan even door. Het liefst natuurlijk met zo weinig mogelijk kosten, bijvoorbeeld gratis gebruik; brandstofkosten voor onze rekening.

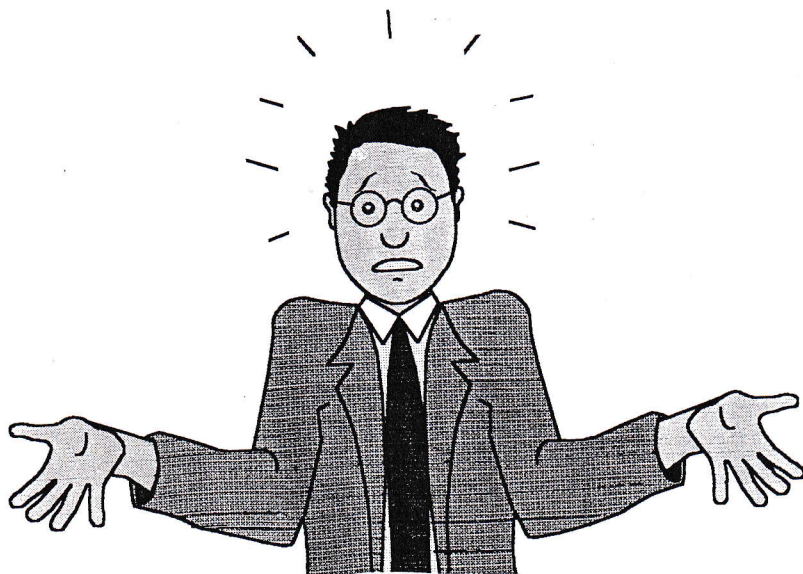
Als je mee wilt lopen, geef je dan zo snel mogelijk op bij Kea de Boer, op de training of op telefoonnummer 0594-514372.

Hans van Leeuwen.

GEMEENTE WAGENINGEN



Hierbij onze welgemeende verontschuldiging aan
Aaltje Kiestra voor het vergeten van haar verjaardag
Deze was n.l 27 januari j.l.



KRONKEL:

Heel lang geleden was ik in een betere vorm dan nu.
Of moet ik zeggen: ik ben in mindere conditie dan heel lang geleden ?

Wat was er het eerst: de kip of het ei, en : Is dit glas melk half vol of half leeg ? behoren tot die zelfde categorie .

Dit soort onzin komt in je op als je van een lange tijd niets doen weer op wilt klimmen naar een in de nabije toekomst gelegen uitdaging.

Die vraag van de kip en het ei wordt veelal beantwoord in het voordeel van de kip. Wie moet immers het ei leggen. Wonderwel vraagt bijna niemand zich af dat genoemde kip uit een ei komt voordat deze kip een ei kan leggen.

Desalniettemin: op dit vraagstuk zal nog menigeen gaan zitten broeden.

Makkelijker wordt het wanneer we de glazen melk erbij pakken uit hetzelfde voorbeeld.

Wanneer ik kritisch een blik werp op mijn melknuttigings-gedrag komt deze situatie zelden in de praktijk voor.

Na de broodnodige maaltijd pleeg ik mijn beker in een teug achterover te slaan om daarna lekker onderuitgezakt niet na te denken. U ziet: geen probleem dus.

Mochten er onder u enkelen zijn die hier wat genuanceerder naar kijken het volgende:

Een wijs voetbalheerschap sprak ooit: *“ elk nadeel hep z'n voordeel ”*.

Deze veldheer houdt zich duidelijk niet met onzinnige levenswijsheden bezig. Als een wijsheid : *“ je mot er eentje meer scoren dan je tegenstander, dan win je alles ”* uit diens mond komt, hoef je niet te verwachten dat hij zich met een kip of ei – verhaal bezig houdt. Wij kunnen de zaken dus allemaal wat rooskleuriger zien.

Dat glas melk is echt half vol en die kip kwam echt uit een ei.

Rest nog dat ellendige statement: conditie beter of conditie slechter dan vroeger.

Na telefonisch consult met eerder genoemde veldheer was ik volledig gerust gesteld.

“ 't ken altijd slechter! ”

Laat ik dus (dus = ook zo'n kreet van die man) alles van de goede kant bekijken.

Ik begin met de ultieme uitdaging die 3 jaar terug gestalte kreeg: ‘ in het jaar dat ik 40 wordt ga ik een marathon lopen ‘.

Volgens Cruijff sr.: *‘ een eitje ! ’*. (Toen ik hem daarop vroeg wie dat ei gelegd zou moeten hebben kreeg ik geen antwoord).

JC: *‘ 't Is maar 42.198 meter. Je mot maar so denke: de Sjinese muur is langer. ’*

Abij: *: De Berlijnse muur , hoe lang is die eigenlijk?*

JC: *Wat hep die rotmuur hier nou mee te make.*

Abij: *Ik was van plan die 42.198 met in Berlijn te lopen*

JC: *Dan ben je mooi te laat, want die muur is pleite, heine, weg, foetsie. Die marathon is ook korter geworre: je hoef niet meer om die muur heen. Je ken gewoon rechtdoor lopen, ben je ook eerder bij de goal.*

Abij *Ben ik dus mooi de pineut. Maar nu weet ik nog niet hoelang die muur was.*

JC: *Hij was langer dan de schutting van me buurman. Anders mot je hem effe vrage.*

Tuut tuut tuut tuut tuut... ..

Opgehangen, de krent. Rijk de Gooyer hoef ik ook niet te bellen.....

Dan maar vertrouwen op het bezielend enthousiasme van de loopgroep. Afgelopen zondag stond een rondje Leekstermeer op het programma. Eerst even in- en daarna rondlopen.

Het eerste met en het tweede zonder Boele. Jammer. Onze JC van de loopgroep is helaas geblesseerd.

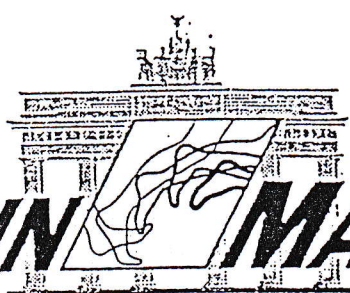
Hij schijnt zich trouwens prima te vermaken met de woensdagochtendclub. (Jelly: pas op je plekkie!.)

Er waren al klachten binnen gekomen van omwonenden dat op woensdag de muziek harder staat dan op zondag. Vast nog nooit gehoord van die kip en 't ei.

Anne

BERLIJN 10 SEPTEMBER 2000

We komen er aan.....



BERLIN MARATHON

10. September 2000

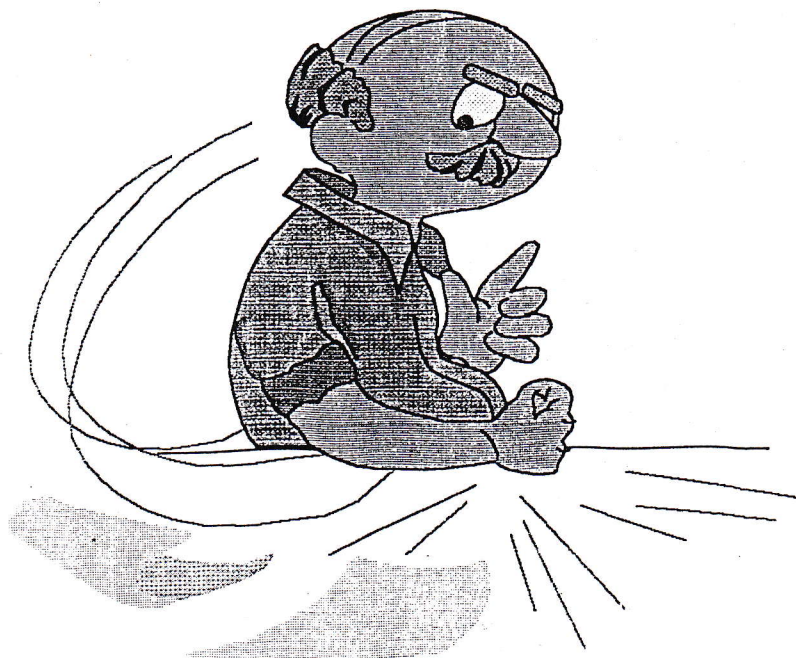
Wie wil er mee naar Berlijn:

Op Zondag 10 September a.s. wordt de marathon van Berlijn gehouden .

I.v.m. met het reserveren van Bus, hotel, startnrs e.d.

Gaarne zo snel mogelijk melden

Inlichtingen hierover verkrijgbaar bij Griet Waalkes en Henk Ploeg.



AKTIE!

AKTIE!

AKTIE!

'n *Kwestie van Samenspel*



Het organiseren van een evenement doe je niet alleen. Vrijwilligers, medewerkers, sponsors en adverteerders zorgen samen, in goed overleg, voor een prima organisatie. Een kwestie van samenspel. Samenwerking is ook voor Univé Westerkwartier erg belangrijk. Samen met andere Onderlingen ondersteunen wij vele verenigingsactiviteiten. Bovendien werken wij samen om onze verzekerden de beste verzekeringen te bieden tegen gunstige premies.

Zonder te streven naar winst.

Wilt u meer weten? Bel ons of kom langs op één van onze kantoren. Ons team staat voor u klaar.



Univé. Daar plukt ú de vruchten van!

Univé Westerkwartier

Tolberterstraat 50, 9351 BH Leek, tel. (0594) 515945

Hoofdstraat 95, 9861 AC Grootegast, tel. (0594) 612345
Grote Beerstraat 212, 9742 SJ Groningen, tel. (050) 5717377