

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 3 augustus starten we om 20.00 uur bij Jan Z.

Verslag van woensdag 27 juli 2022

De start was bij Rene in Wateringen waar donderdag de wielerronde weer word gereden, het parcours was al helemaal versierd met vlaggen en spandoeken om op donderdagavond de profs te verwelkomen die in de Toer de Frans hebben meegedaan. Maar wij gingen hardlopen met maar 3 man, en 4 personen gingen stokken.

Wij gingen eerst naar de Ark het bejaarde huis in Wateringen waar ik mijn kamer kon aanwijzen waar ik ooit wil zitten en vandaar uit naar het Wateringse veld en zochten een plekje voor wat oefeningen. Daarna de oude Tomatenlaan op waar hele mooie huizen staan richting de Leyweg. Er veranderd zoveel ook op de Leyweg waar een paar flats stonden die ik nog nooit gezien had. We staken de Erasmus weg over en gingen net achter de flats een fietspad op richting Wateringen, wat een buurt is dat ik zou er niet kunnen wonen, ze hadden er wel een Johan Cruyff sportveld en dat zag er wel leuk uit. We deden nog een paar versnellingen en kwamen uiteindelijk weer in Wateringen uit en stonden om 2 over negen voor de deur.

Paul had een sleutel gekregen van Rene dus wij konden naar binnen want Desiree was er niet, die had een vriendinnen dag vertelde ze later en had veel sjans gehad in Scheveningen, Den haag en Delft maar het liep af met een simpel satétje bij De Bonte Haas.

De stokkers kwamen ook al snel en die waren naar de Uithof geweest, Jos had moeite om ze bij te houden na zijn Corona besmettings periode maar hij komt er wel weer.

Bij de koffie hadden we lekkere Oliebollen die Rene op de Kermis had gekocht echt lekker. Paul had heel veel te vertellen over zijn avontuur bij de 4 daagse en was erg enthousiast, alleen het slapen viel niet mee vlakbij de Rivier de Waal waar heel veel boten varen en het stonk er naar de uitlaatgassen van de boten en rotte vis, de oude vouwwagen voldeed wel goed al was het soms best warm. Hij liep de 4 daagse samen met Sjaak K maar die had een luxe Caravan. Verschil moet er zijn of toch slimmer.

We hadden het ook nog wat tips voor van de Winter als het gas duur blijft, eventueel een houtkachel, iets beter aankleden, naar Portugal, of je woonkamer verkleinen met een Partytent en een klein elektrisch kacheltje. Portugal lijkt mij de beste optie. Volgende week starten we bij mij (Jan) aan de Emmesstraat in Honselersdijk, groetjes aan iedereen en een fijn weekend.

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 4 augustus starten we om 19.30 uur bij Lenie

Verslag van donderdag 28 juli 2022

Na een appie van "ik denk dat ik er op tijd ben" lukte dat nog ook!!

Gezellig met 7 personen gestart, we splitste in 3 groepjes.

Er liepen er via de Achterdijkshoorn, richting fietspad langs de manege. Via de golf velden, naar Schipluiden en kerkpolder terug. Twee andere gingen ook die richting op, via kerkpolder en de kerk. De laatste 2 kwamen bijna via de achterkant (brug) bij de koffie. Maar bij gebrek aan badpak werd het toch wandelen naar de voorkant. Daar stond de man van de schuur hij had voor de koffie gezorgd en voor warme én koude thee. Daarbij was er zelfgebakken kruidcake. Dat ging bijna op. Iedereen wil wel het recept. Paul ging als eerste weg op z'n super snelle, hele mooie nieuwe fiets. De startplaats voor as donderdag is bij Lenie in Wateringen.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 10 augustus starten we om 20.00 uur bij Peet aan de Poeldijksepad

Verslag van woensdag 3 augustus 2022

We verzamelde ons aan de Emmesstraat en doordat het zulk mooi weer was waren de meesten met de fiets. 4 stokkers en 4 hardlopers waren gekomen dus dat was een mooi aantal.

Het was best nog warm ongeveer 26 graden dus begonnen we rustig aan. Onze leider Paul was er weer eens niet dus moesten we het zelf maar doen, mijn plan was een ronde van ongeveer 8 km maar daar bleek het toch te warm voor te zijn.

We gingen richting Kwintsheul via de Vogelaar en deden daar halverwege wat oefeningen, vervolgens staken we de Middelbroekweg over en gingen de Vijverberglaan op, een paar hadden het erg warm dus hebben we ook regelmatig gewandeld, onze leider was er toch niet bij dus... Daarna richting de Wollebrand om via de Oostheullaan weer naar Honselersdijk te lopen. Uiteindelijk waren we toch een uur weg en waren de stokkers ook tegelijk met ons thuis, waar die geweest zijn weet ik niet maar ik denk kwa km de zelfde afstand als wij.

Jeanet had de stoelen buiten op de vlonder gezet zodat we lekker buiten konden zitten en dat was zeer aangenaam, we hadden het nog over de 4 daagse want Sjaak was er ook bij en hij vond het geweldig, de gasprijzen was ook weer een onderwerp, de vakantie ervaringen, het aanhoudende mooie weer, de zonsondergangen ook in Naaldwijk, maar ook de vergelijking van God met Johan Cruyff. Al met al mooie gesprekken over van alles en nog wat. Er valt voor de rest niet veel meer mee te delen en volgende week starten we bij Peter en Wilma aan het Poeldijksepad, geniet van het rustige zomerweer en het weekend. Tot volgende week groetjes van mij JZ.

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 11 augustus starten we om 19.30 uur bij Wilma

Verslag van donderdag 4 augustus 2022

Lekker bijtijds stonden de eerste 2 dames bij Lenie voor de deur, zoetjes aan kwamen er meer dames aanlopen. tenslotte vertrokken we met 11 dames.

Waren we net onderweg moesten we weer terug omdat een van ons zo slim was geweest om haar tasje met portemonnee in haar fietsmandje te laten zitten. Achteraf was dit niet zo heel erg want dame nummer 12 kwam er net aan lopen (2 keer raden wie deze dame was?!).

We vertrokken voor de 2e keer maar nu met 12 man (vrouw). De groep splitsten zich op in drie tempo's, ik liep met de gemiddelde dames mee, dit tempo was op mijn lijf geschreven. Tenslotte moet je onder het lopen kunnen praten zegt Paul altijd en dat is niet tegen dovenmans oren verteld. Ik moest nml. voor 2 weken bijpraten en dit in een uur... dan begrijp je dat het lopen een ondergeschoven kindje was.

We liepen richting de Bovendijk langs de Stadsboerderij en verder liepen wij (de middelste groep) de paden waar hondje Bowie ook mocht komen. En zo werd onze lus iets groter naar mijn idee dan de route van de andere dames, we kwamen dan ook iets later aan in de Oostblok, geeft niets zo was de eerst groep al voorzien van koffie, thee en water en werden wij daardoor gelijk op onze wenken bediend. Wat hadden we het weer goed bij Lenie en Piet!

Afgesproken is dat we as donderdag aan de Poeldijkse pad starten.

We mogen van geluk spreken als de mannen woensdagavond nog een kruimel van wat dan ook

overhouden voor ons maar ik vrees dat wij de hond in de pot zullen vinden (ohhh arme Bowie) ;-)), we gaan het meemaken in elk geval tot dan, groetjes van El.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 17 augustus starten we om 20.00 uur bij Sjaak

Verslag van woensdag 10 augustus 2022

De hardlopers verzamelden zich bij Peter aan het Poeldijkse pad. Ja je leest het goed, de hardlopers. Het is een tijd geleden, maar vandaag werd er enkel hard gelopen. Nou hard, er werd gelopen. De wandelaars/stokkers hadden zich massaal met geldige redenen afgemeld, konden het niet redden, gingen op vakantie of bleven beter in WATERingen.

Met z'n zessen zouden we het redelijk rustig aandoen, de temperatuur was toch nog zo'n 26 graden. Via verburch richting het Uithof gebied. Peter vertelde dat dat alleen al 3 km lopen is. En hij had gelijk, na exact 3 km stonden we op de witte brug onze hamstrings even te rekken. Onderweg hadden we al wat kleinere versnellingen gedaan en in de Uithof zouden we daar mee doorgaan. Onder de bomen in de Uithof was het goed toeven. De temperatuur was oké van zowel de lucht als het asfalt. Zoals gezegd ook hier weer wat versnellingen en daar zaten ook een paar echte snelle tussen. Via de achteruitgang naar de Nieuwe weg, links over de brug om dan het smalle paadje richting het Wenpad weer op te gaan. Het zal je niet verbazen dat we ook hier weer versnellingen deden, maar dat waren dan wel de laatsten. Via Poeldijk liepen we weer naar het Poeldijkse pad en was het rondje weer compleet. In de, weer fantastische, tuin van Peter en Wilma konden we genieten van het natuurschoon, de koffie en de slagroom met cake. Wilma was nog druk bezig met snoeien en ruimen, zo'n mooie tuin komt er niet zomaar, daar zitten echt veel uren in. Je moet ook kennis van de planten en de plantnamen hebben. Als voorbeeldje heb ik een plaatje bijgevoegd, leren wij misschien ook wat planten kennen. Paul zat de resultaten van de loop nog even te bekijken en gaf aan dat sommige versnellingen er wel mochten wezen. Sjaak stelde voor om volgende week in Monster te gaan lopen. Toppie, ga je daar weer zien!

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 18 augustus starten we om 19.30 uur bij Thea

Verslag van donderdag 11 augustus 2022

De fietsen werden 'gestald' in het voorportaal van al het moois wat er achter ligt, het kastje met groente, kruiden, druiven en stekjes, een gezellig zitje met als klap op de vuurpijl de mega mooie tuin. De nieuwe aanwinst van onze leider werd uitgebreid bewondert maar ook bekritiseerd. Bij een nieuwe fiets word tegenwoordig geen pomp meer geleverd... Dus dan maar een oude pomp met touw aan de fiets gebonden, dit verzin je toch niet! Aan de andere kan als een van ons eens een zachte of lekke band heeft dan zijn we heel blij met Paul en zijn oude pomp ;-))

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 24 augustus starten we om 20.00 uur bij Paul

Verslag van woensdag 17 augustus 2022

Het weer was top en 7 hardlopers en 2 stokkers verzamelden zich in Monster, de plek van vertrek vandaag. Als we bij Sjaak vertrekken dan gaan we (de hardlopers) altijd richting het strand, zo ook deze keer. Lekker inlopen en in ter Heide een beetje rekken en strekken. Op het pad naar het strand hangen wat ouderen rond die Sjaak (die daar ook vaak staat waarschijnlijk) aanmoedigden. Bij het

strand aangekomen bleek het zeer hoogwater te zijn. Er was nog een strook zacht zand over om hard te lopen en dat zou toch te pittig worden. Onverrichterzaken keerden we om en zijn door de duinen gaan lopen. Ook dat kan pittig uitpakken. Paul deed rustig aan vanwege een gekneusde voet maar kon goed duidelijk maken hoe te lopen en wat te doen. Versnellingen met rustpauzes, iedereen op eigen snelheid. Het verste punt was het schelpenpad waar vandaan we weer terugkeerden richting Monster, over het vlakke pad of door de duinen. Aan het eind nog een minuutje of wat planken, hoog of laag, waarbij de zweetklieren pas echt gingen werken.

In de Choorstraat ging de tv direct aan om de EK atletiek te volgen. De Nederlanders doen het goed en dan is het zeker leuk om te kijken. Tussendoor werden we goed verzorgd met koffie, thee en koek door Sjaak en Lizette. Na de 400 meter ging eenieder weer op huis aan. Paul stelde voor om volgende week in Kwintsheul te starten. Ja, we blijven gaan, elke week weer!

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 25 augustus starten we, ivm de warmte, om 20.00 uur bij Lizet

Verslag van donderdag 18 augustus 2022

Ruim op tijd hadden er al verschillende loopsters zich bij Thea aan de Meibloem gemeld, de (onze) koppen werden geteld voor de koffie/thee en stoelen op het terras in de tuin.

Aangezien het nog geen tijd was en er nog steeds mensen aan kwamen fietsen moest dit toch zeker wel drie keer bijgesteld worden zodat de gastheer Ton wist wat en hoeveel stoelen hij klaar kon zetten.

Om half 8 vertrok Paul met 9 dames de groep splitsen zich ineens in tweeën.

Ik kreeg een aanwijzing van Paul over mijn telefoon in mijn koutzak daardoor was ik afgeleid en was ik mijn groepje even kwijt. Op weg naar de tunnel vermoede ik dat mijn groepje daar ook zou arriveren en ja hoor zelfs met 2 laatkomers erbij!

Een van deze 2 bleef bij ons de ander, met hond, trok een sprintje naar de voorste groep dus waren we nu met 12 plus hond. Als dit maar goed gaat met de zitplaatsen met zo'n grote opkomst.

Heerlijk rondje gewandeld met zijn drietjes in de prachtige natuur van de Uithof.

Wij waren als eerste terug en werden met open armen ontvangen door gastheer Ton.

Na de beste stoelen te hebben uitgezocht werden we gelijk voorzien van koffie/thee en een heerlijk koekje.

Het aangenaam gezelschap van de gastheer die op zijn tijd ook wel een lekker drankje lust zoals hij vertelde o.a. Aperol wat ook het lievelingsdrankje van Lizet is dus werden de recepten uitgewisseld waarmee je deze drank het beste kan mixen.

Ondertussen was ook de rest van de groep aangekomen op het terras en werden ook snel voorzien van koffie/thee en natuurlijk een overheerlijk koekje. De gastheer was in de veronderstelling dat wij uitgehongerd waren en trok nog een pakje koekjes open maar niemand nam er nog een tweede, ik offerde mij wel op en nam nog lekker een tweede koekje. Ja de gastheer heeft super zijn best gedaan, alles was goed geregeld.

We hebben weer geen calorieën verbrand deze avond ;-((

Het onderwerp irritante fruitvliegjes kwam ter sprake, de gastvrouw heeft vast aandelen bij de Kruidvat want zij kwam met een soort huisje met flesje olie wat fruitvliegjes lokt deze komen op de geur af en blijven aan de binnenkant van het huisje plakken. Kost maar € 3,99.

Deze geweldige uitvinding heeft al op vele plekken in haar huis gestaan ha,ha en het werkt geweldig volgens haar dus allemaal naar Kruidvat voordat ze uitverkocht zijn ;-))

Ook werd het stokpaard van Mariëtte bewonderd die zij met hulp van Thea gemaakt had voor haar kleindochter. Het is echt een mooi kunstwerk geworden en kleindochter was er super blij mee.

Waar zo'n loopgroep best handig voor is voor als je even hulp nodig hebt, maakt niet uit voor wat. Zo is het nooit saai en lachen we wat af.

We hoefden geen rekening te houden met de burens want die waren er toch niet.

Het was al bijna donker toen we moe en voldaan weer naar huis fietsten.

as Donderdag starten we bij Lizet in Monster, Ciska

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 31 augustus starten we om 20.00 uur bij Nico

Verslag van woensdag 24 augustus 2022

Kwintsheul was de startplek bij Paul en Gerda, 2 stokkers en 5 hardlopers en het was warm dus ik dacht dat word rustig aan. En ja we begonnen rustig aan bij de Kastanjehof gingen we al oefeningen doen dus dat was geruststellend, even later de Langewatering op en ja hoor daar begon het, de eerste zeilmast was in zicht dus ook de eerste versnelling. Dat viel tegen, hijgende mannen en het zweet begon te stromen, maar we waren niet de enigste die aan het sporten waren, heel veel wielrenners dus goed opletten, Paul zei ze Allemaal gedag zo is Paul maar kreeg weinig antwoord, ze hadden zeker niets met ex politie agenten. Door naar de Zweth bij Janzen de brug over de polder in, Koetjes, Hazen, Ganzen en op de Zijde heel veel pleziervaartuigen, iedereen was aan het genieten. Wij bleven versnellen tot ver voorbij de pepermolen, dat was het keerpunt. Ik had het toen wel een beetje gehad maar we moesten ook nog terug, we hadden al 4,5 km gelopen dus je raad het al het werd een latertje. Bij het viaduct van de bloemen route toch nog 1 versnelling omhoog, liet ik me nog gek maken door Peet vd Z om wie het eerste boven was. Maar goed ik heb het overleefd en ook de andere en even later zaten we buiten aan de koffie en was het leed snel vergeten.

Tot onze verbazing zat onze wereld reiziger Hans vd Z met echt zo'n zeilbruin hoofd ons op de wachten, we hadden hem lang niet gezien en hij vertelde dat hij een beetje aan het kwakkelen was met pijntjes zo hier en daar en dat hij ook bij de dokter geweest was om te kijken wat er aan te doen. Heel veel sterkte Hans.

De droogte en het weinige water was een van de onderwerpen, ook het droog vallen van bepaalde plekken op de wereld waardoor bepaalde dingen uit de oertijd te voorschijn kwamen, ook bij mij op mijn hoofd zijn haren ontdekt uit mijn jeugd dat is toch bijzonder. Er was veel discussie over waar volgende week starten want Andre v V was natuurlijk jarig vandaag en die wilde dat volgende week vieren met ons maar Nico was hem voor met een toch wel Politieke verhaal (hij is natuurlijk ook ambtenaar geweest). Dus volgende week starten we aan de Colman bij Nico zeg maar Goos, kan die gelijk uitleggen waar die naam vandaan komt. Geniet van het mooie weer allemaal en voor de vakantie gangers heel veel plezier. Groetjes van Jan Z.