

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 9 augustus 2025 starten we om 10 uur bij Paul en Gerda

Verslag van Zaterdag 2 augustus

We zijn gestart bij Ciska Koene

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 13 augustus starten we om 20.00 uur bij Sjaak in Monster

Verslag van woensdag 6 augustus 2025

Gisteren, 6 augustus startten we bij Paul. Iedereen was keurig op tijd dankzij mijn vermaning van vorige week. De hele roedel bestond dit keer uit 9 mannen, nader onder te verdelen in één hardloper, en 8 wandelaars. (De prijsvraag van deze week zou kunnen zijn: 'wie was deze éne hardloper?')

Wij - de wandelaars - hebben een langgerekte route genomen langs en door de Westlandse zoom, ofwel 'De goudkust'. Mooie huizen staan daar. Onderweg vertelde Rene, dat hij een heel geslaagd uitje heeft gehad recent. En verder weet ik niet veel van de gesprekken, want het tempo lag beduidend hoger dan de voorgaande weken. Het was letterlijk aanpoten. Een gemiddelde tijd van minder dan 11 minuten per kilometer. Gemiddeld he. Daar zit dan ook verliestijd in van iemand die onderweg zijn veter weer eens vast moest maken.

Er is meer te vertellen van de koffietijd, toen we weer bij Paul waren. Paul had samen met Gerda die morgen koekjes gebakken. Hij heeft het recept ook met ons gedeeld, maar helemaal weet ik het niet meer. Het was iets met amandelsnippers, rozijnen en gecondenseerde melk. Er was rekening gehouden met twee stuks de neus. Nou, ik moet zeggen het smaakte wel lekker. Zoet, maar lekker.

De gesprekken aan de koffietafel gingen onder andere over voetbal. Verder had Jos thuis nog een blikje gevonden met 'doktersmoppen', waarvan de houdbaarheidsdatum in zicht kwam. Dat blikje heeft hij open getrokken. Zo was er een dokter - vertelde hij - , die thuis nieuwe meubels wilde aanschaffen, en het met zijn vrouw niet eens was, of ze zwarte of witte meubels zouden kopen. Wat uiteindelijk de keuze is geworden weet ik niet, want even daarvoor was de grap al afgelopen.

Er kwam ook nog een vrouw bij diezelfde dokter, maar die was zo oud, die vonden ze in de tombe van Toetanchamon denk ik.

Maar goed. Alle dokters op een stokje, Volgende week is het bij Sjaak K. te M.

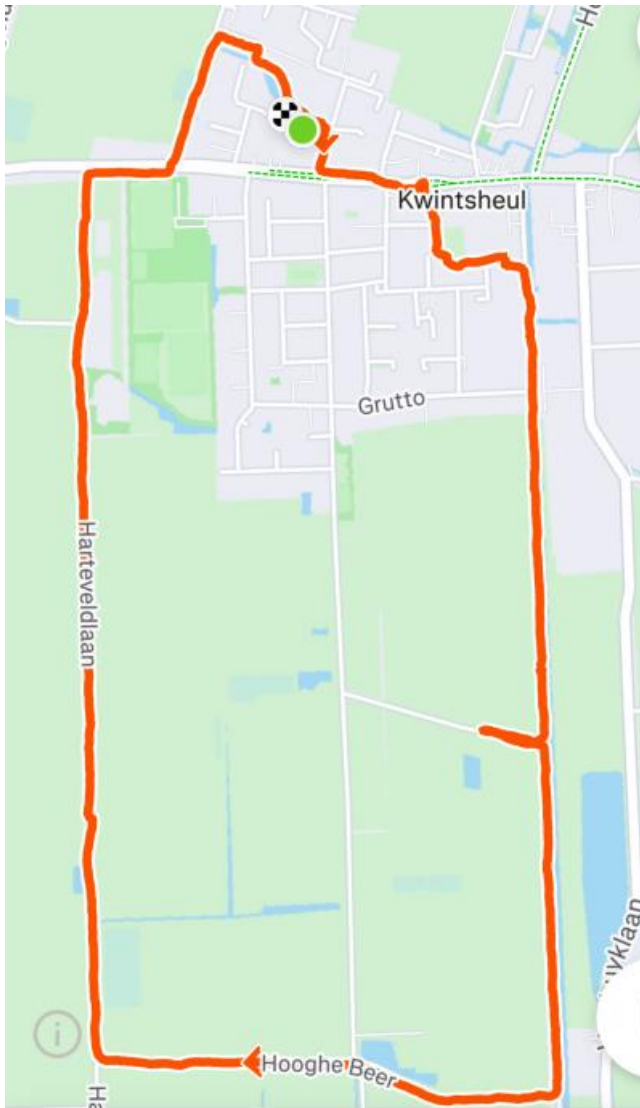
Ik ga jullie daar weer zien. Andre

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 16 augustus 2025 starten we om 10 uur bij Diana

Verslag van Zaterdag 9 augustus

We zijn gestart bij Paul en Gerda:



Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 20 augustus starten we om 20.00 uur bij Cees in Naaldwijk

Verslag van woensdag 13 augustus 2025

In de zomerweken is de opkomst meestal niet heel erg hoog. Deze week was daar duidelijk een uitzondering op. We verzamelden bij Sjaak en Lizette in Monster

en wij waren met 4 hardlopers en maar liefst 8 wandelaars. Dat is een tijd geleden zo'n groep.

De temperatuur leek op voorhand heel hoog te worden en er werd al rekening gehouden met alleen wandelen. De temperaturen waren uiteindelijk prima om ook hard te lopen en zo geschiedde. Bij Sjaak lopen we natuurlijk naar het strand. Vandaag was het vrij hoog water, maar aan de vloedlijn was het toch redelijk lopen. Hier en daar een beetje drassig maar het ging. We liepen een aardig tempo maar bij het begin van de loop werd al aangegeven dat het vanavond niet heel erg hard hoefde te gaan. De temperatuur viel dan wel mee, maar de luchtvochtigheid was best hoog. Het was maar beter om te blijven lopen dan had je nog wat verkoeling van de loopwind. Na ruim 3 kilometer verlieten we het strand en zijn door de duinen teruggelopen naar Monster. Na zo'n 55 minuten en 7,7 km kwamen we weer in de Choorstraat aan. Van de wandelaars was Jan vdK reeds binnen maar hij zat wel buiten. Wij, de hardlopers, deden nog wat rek en strekoefeningen als cooling down en waren echt toe aan een lekker glaasje koud water. Nadat ook de wandelaars binnen waren werd de koffie, thee en heerlijke koeken geserveerd. Ja met z'n grote groep worden er weer kleine groepjes gevormd die het over van alles en nog wat hebben. Een voor mij opmerkelijk iets was dat er tegenwoordig discussie schijnt te zijn als je het wordt 'Sterkte' gebruikt bij een beterschapsgroet naar iemand. Ik wilde daarmee eerst de Feyenoord-supporters nog een hart onder de riem steken maar ik heb het maar gelaten. Ook de reeds gevierde vakanties kwamen natuurlijk aan bod. Rinus vertelde de groep nog even de situatie van Antoinette en dat het goed met haar gaat. Ja en dan gaat uiteindelijk iedereen weer zijnsweeg en wordt er een startplaats voor volgende week bepaald. Links en rechts hoorde ik al van mensen die volgende week niet kunnen. Het zal waarschijnlijk rustiger zijn dan vanavond. Cees wierp zich op als gegadigde maar wel met een klein voorbehoud. Hier op de site heb je altijd de laatste informatie en lees je de definitieve startplaats.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 23 augustus 2025 starten we om 10 uur bij Margret

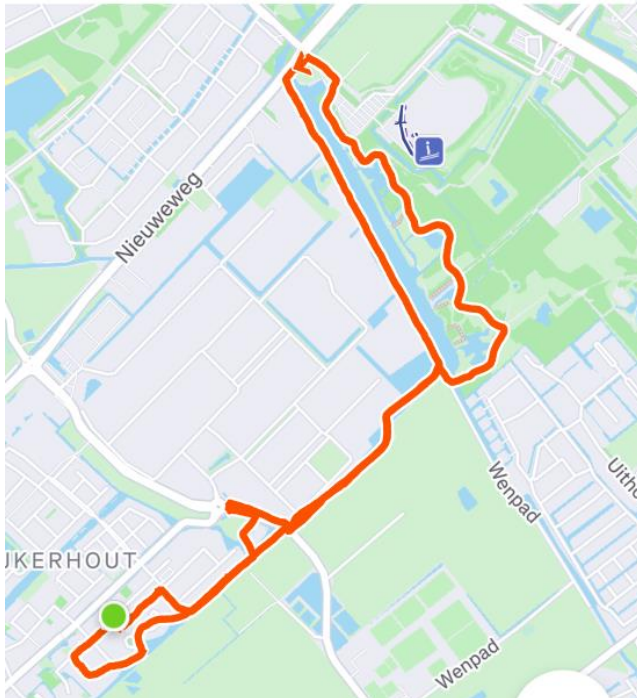
Verslag van Zaterdag 16 augustus

We zijn gestart bij Diana

Morning Walk

Afstand	Stappen	Tijd
5,47 km	6.818	1u 3m

16 Augustus 2025



Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 27 augustus starten we om 20.00 uur bij 'de polderpoort' in Vlaardingen

Verslag van woensdag 20 augustus 2025

Woensdag 20 augustus zijn we gestart bij Cees en El aan de Koraal. We waren met 8 man. En daar was maar één hardloper bij. En laat dat nou net degene zijn, die de week daarvoor zo afgestraft was, omdat hij te laat kwam. Beide feiten hebben overigens niets met elkaar te maken.

Wij - de wandelaars - zijn rondom de plas van alle winden gelopen. Tsja. De plas van alle winden. Je kan er wat van vinden. Slaat nergens op, maar het rijmt. Afijn, ik was er al een hele hele lange tijd niet geweest. Het is best veranderd daar. Een hoop uitgebreid met leuke dingen. We hebben bijna 5 kilometer gelopen. Flink tempo ook wel.

Thuisgekomen bij Cees en El, was er lekker koffie. Er waren ook een soort van appelflappen, maar die waren zo groot! ik durfde er niet aan te beginnen. Ik ben daarom gegaan voor mijn guilty pleasure; De reuze mergpijp. Ik kan maar één kant van de tafel horen, qua gesprek, dus waar de andere kant het over had weet

ik niet. Wij hadden het in elk geval over medicijnen en meer specifiek over dierenmedicijnen. Die zijn mega duur. En aan een kant begrijp ik het wel, dat als je hondje dood is, dat je dan niet je medicijnen terug in kan leveren, als je die net twee weken daarvoor daar hebt gekocht, maar het voelt voor mij niet helemaal oké. Zeker omdat het nog maar zo kort geleden was, dat je een doosje voor € 60,00 kocht. Maar goed. Ik bewaar ze zelf wel.

Peter kwam nog met een verhaal dat hij meegemaakt heeft met vrienden, toen hij een aantal jaar geleden bij de sail was in Amsterdam. Ze zaten in een barretje in Amsterdam, toen er een ongeval gebeurde vlak voor hun neus. Hij vertelde dat het veel indruk had gemaakt, en dat hij daar nog wel eens aan moest denken. Nu ga ik niet het hele verhaal hier opschrijven, maar zoals hij het vertelde begrijp ik wel dat dat indruk heeft gemaakt. Brrr.. En omdat het sail was, waren er onvoldoende ambulances beschikbaar. Er was er één, en dat was nou toevallig een dierenambulance, die de broodnodige hulp kun bieden. Als ik in een ambulance opgehaald zou moeten worden, dan ook maar beter een dierenambulance denk ik. Die broeders helpen de ene keer een vogelspin, dan weer een merel, of een hert, of hondje, maar een mensenambulance hebben alleen maar verstand van 'just' mensen. Kortom bredere kennis zou ik zeggen.

Anyway Volgende week gaan we starten bij - jullie inmiddels welbekend - 'de polderpoort' in Vlaardingen. We gaan je daar zien!

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 30 augustus 2025 starten we om 10 uur bij El

Verslag van Zaterdag 23 augustus

Weer een grote opkomst vandaag 1 heer 10 dames en een hond verzamelde bij Margret.

Margret zelf ging niet meewandelen Zij had een beetje last van haar voet dus vertrokken wij met 11 personen plus viervoeter Bowie. Deze moest natuurlijk alweer gauw poepen Maar dat was geen probleem Wilma had netjes een zakje bij haar maar bij het opruimen van de poep van Bowie trapte ze wel in de poep van een andere hond wat natuurlijk niet leuk is. Na het schoonmaken van haar sandaal trok ze gauw een sprintje om bij de andere groep aan te sluiten.

Lenie en ik liepen dus met zijn tweeën richting de Bloemenveiling en daarna richting de Wollebrand toen de zon door kwam werd het wel warm met mijn spijkerjasje aan deze kon ik niet zo makkelijk omknopen maar gelukkig waren er ook nog genoeg wolken.

Via het leuke Groene Zwaansheulpad zijn wij terug gewandeld.

Wij hoorde in de wijk al dat de groep al buiten op het terras bij Margret en Ton zat. wij aan de tuindeur gevoeld maar die zat veilig op slot dus wij weer netjes door de voordeur naar binnen.

Om aan te schuiven op het terras waar het goed toeven was met bij de koffie super lekkere zelfgebakken speculaas cake en citroen cake.

Mirjam kwam ook gezellig even koffie drinken zij heeft helaas last van haar knie we worden gelukkig wel ouder maar niet gauwer dus genieten we maar van de leuke dingen die we nog wel kunnen b.v fietsen en natuurlijk gezellig koffie drinken.

Paul en Gerda zijn naar de Sail in Amsterdam geweest wat een mooie belevenis is geweest. Om met een boot mee te varen en vanaf een boot alles goed te kunnen bekijken was gaaf. Hij kwam alleen niet aan zijn dagelijkse stappen maar die zal hij vast vd week wel ingehaald hebben.

Zo was het weer erg gezellig en gauw laat in de achtertuin met de gezellige vogelgeluiden op de achtergrond. as Zaterdag starten we bij El.