

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 2 februari starten we om 20.00 uur bij Sjeek in Naaldwijk

Verslag van woensdag 26 januari 2022

Het was lekker fris weer, weer goed loopweer. In Honselersdijk bij Jan, daar startten we deze week. Via de app zagen we al dat er wat afzeggingen waren, maar 2 stokkers en 5 hardlopers vertrokken om 20:00 uur richting de Molenlaan.

Langs de tennis, Jans 2e huis de laatste tijd, hij tennist een aantal keer in de week en is bijna niet meer te verslaan. In het fietsenhok aan de Molenbroeklaan deden we de rek- en strekoefeningen. Net zoals vorige week deden we vandaag redelijk lange versnellingen op eigen tempo. De Sprongeloet, deel 1, de Sprongeloet deel 2 enz. Richting de Wollebrand en uiteindelijk eindigend op de brug vlak voor de uitspanning. Zo'n brug laat Paul altijd 2x doen. Zelf 1x, maar dat mag als trainer zijnde.

Richting de veiling kwamen we de stokkers tegen die er ook flink de pas in hadden. Langs de veiling deden we de langste en snelste versnelling. Ik kon Jan en Paul niet meer volgen en was aan het eind wel aan mijn eigen eindje. Paul stelde nog 2 routes voor, een kortere en een langere. Voor de langere werd gekozen en na een kleine 8 km kwamen we weer bij Jan thuis aan. De stokkers kwamen niet veel later ook aan en gaven aan een snelheid van net iets meer dan 10 minuten voor een kilometer te hebben gelopen. Zo loop je als stokker een aardig eind op zo'n avond.

We spraken af om volgende week in Naaldwijk te starten bij Sjeek. Een aantal lopers vertrokken direct richting huis terwijl anderen bij Jan een bakkie bleven doen.

Volgende week dus in Naaldwijk, ga je daar weer zien!

Hallo Zaterdag loopsters,

Zaterdag 5 februari 2022 starten we om 15.30 uur bij Mariëtte

Verslag van Zaterdag 29 januari 2022,

Zaterdagmiddag was het prima wandel weer, dus er stonden heel wat fietsen bij Thea voor het huis. In de ochtend was het wel heel erg mooi zonnig januari weer geweest waar iedereen verschillend van genoten had. De een is heerlijk gaan schoonmaken, "daar krijg ik echt zin in als de zon zo lekker schijnt" hoorde ik! Nou moet ik zeggen dat ik daar totaal geen last van heb, bij een zonnetje denk ik, hup! op de fiets ;-)). Anderen hadden al zon in de tuin, waar ze heerlijk van genoten hebben. Iedereen was zo druk, dat Paul een paar keer moest roepen dat het tijd was om te starten. We zouden naar de Uithof gaan en iedereen kon zelf bepalen welk rondje hij/zij zou lopen, was dat even "boffen"! Rondjes tot Kijkduin, het was allemaal geen probleem ;-)).

Na een uurtje lopen kwamen we weer terug bij Thea, waar de tafel in de voortuin vol stond met glazen water en daarna met de koffie, thee en chocolade! Netjes buiten op een (kleine) afstand van elkaar. Het was weer ouderwets gezellig. Volgende week starten in de Colman.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 9 februari starten we om 20.00 uur bij Sjaak in Monster

Verslag van woensdag 2 februari 2022

In Naaldwijk was het deze week. Zo tegen achten kwamen de mannen binnendruppelen om de wekelijkse loopronde uit te voeren. Ook deze week weer een mooie opkomst, 5 stokkers en 5

hardlopers. Paul was er deze week niet bij, die pakte nog even een weekje skiën mee.

Jan Zuyderwijk was vandaag de 'stand in leider' en die stelde voor om met de hardlopers een rondje snelbinder te doen. Startend door het park en kriskras door de wijk liepen we richting het werkgemeentehuis. De Elsenweg staken we over bij de Mr. Jan Tuningstraat en het rekken en strekken deden we op het slag bij een tuinder. Via de Bruidsboogerd naar de snelbinder.

Het weer was helemaal prima. Een beetje fris bij de start, maar als je eenmaal ingelopen bent is het juist heerlijk weer. Een versnelling de snelbinder op. Dat hadden we natuurlijk niet verwacht.

Meestal is het een duurloop die we met Jan lopen. De versnelling hakte er aardig in, dan merk je dat de snelbinder tot aan het midden bovenop toch een paar honderd meter is! Via de oude fietsbrug naar de Monnikenlaan en op naar de Galgeweg. Jan had er goed zin in dus, waar we normaal richting het centrum gaan, nam Jan nog een extra rondje Opstal mee.

Uiteindelijk wel weer terug door het centrum en weer richting de Groen van Prinstererstraat. Jan had het toch aardig uitgerekend. Oké, we waren 3 minuten na negenen weer thuis. Inmiddels waren er van de stokkers al 2 naar huis vertrokken en werd er buiten door de overgeblevenen nog het lang zal hij leven gezongen. Mooi! Helaas was de groep te groot om binnen met zn allen een bakkie koffie of thee te doen. Het is te hopen dat dat weer snel kan. Sjaak nodigde ons uit om volgende week in Monster te lopen, ga je daar weer zien!

Hallo Zaterdag loopsters,

Zaterdag 12 februari 2022 starten we om 15.30 uur bij Ciska Koene

Verslag van Zaterdag 5 Februari 2022,

Vanmiddag stonden er 12 dames voor een van de deuren aan de Colman, zij hadden er zin in. Gelukkig had onze gastvrouw al een route uitgedacht, hier gingen we maar al te graag op in. Tenslotte kan zij het beste inschatten welke route het leukst is binnen het bereik van een uurtje lopen.

Precies navertellen kan ik de route niet maar een stukje Oosteinde, Strijp en Wateringse Veld kwam er in voor en verder zie onderstaande kaartje. Nadat we 5 en 1/2 km gewandeld hadden in een uur was het tijd voor een gezellige nazit. Koffie, thee en water werd er geserveerd en dat deze nazit dit keer staande was mocht de pret niet drukken.

Toen een van deze dames tijd vond om naar huis te gaan vertrok zij met haar fiets en haar (lange) nodicstokken achterop haar bagagedrager. Haar werd geadviseerd om de bochten niet te krap te nemen en om af en toe over haar schouder te kijken om te zien of zij niet iemand aan haar stokken had 'gespietst'!?

Nadat we alles besproken hadden en de dienbladen leeg waren stapten ook de andere dames op hun fiets en gingen richting huis.

Afgesproken is dat we as zaterdag starten bij Ciska aan de Ambachtsweg.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 16 februari starten we om 20.00 uur bij Goos (zeg maar)

Verslag van woensdag 9 februari 2022

Vorig jaar om deze tijd lag er sneeuw. Nu was het 8-9 graden met een beetje wind. We startten bij Sjaak in Monster en dat betekent bijna altijd dat we even het strand op gaan. Dat was voor de hardlopers ook vandaag het plan. Wij liepen trouwens met 6 man en de stokkers waren met 5, weer

een mooie opkomst.

Wij liepen eerst richting Ter Heide om daar bij de Wielepet wat te rekken en te strekken. Dan door de duinen richting Monsterse slag om daar af te buigen naar de Haagweg. Het ging lekker. Windje in de rug en dan wil het wel. Tot aan het schelpenpad een lange duurloop op eigen tempo. Dat dat ruim een kilometer is weet ik nu ook. Ik had het in mijn hoofd wat korter gedacht en was dus blij dat we er waren. Het schelpenpad op richting het strand. Omdat we daar naar links gingen hadden we de wind nu tegen maar het strand was goed te belopen. Ook hier een duurloop. Tot aan Elzenduin. Paul had er direct lekker de sokken in en was niet bij te houden. Jan Z was de enige die hem wist te achterhalen. De snelheid zat er ondanks de tegenwind lekker in, zie het plaatje hieronder met de snelheid. Omdat het best pittig en een heel eind was stopte Paul bij de Coast. Daar gingen we de duinen weer in en via Elzenduin weer richting de Choorstraat.

Exact op het moment dat wij terug waren kwamen ook de stokkers weer thuis. Dat kwam mooi uit omdat zo voor Sjaak gezongen kon worden, op een paar uur na was hij 66! Het 'lang zal hij leven' schalde door de wijk en Sjaak vond het mooi. Goos gaf direct aan dat het volgende week bij hem aan de Colman zou zijn. Zou hij ook toegezongen willen worden? Een kleine afvaardiging deed nog een lekker bakkie bij Sjaak en de rest vertrok richting huis.

Volgende week starten we dus bij Goos, ga je daar weer zien!

Hallo Zaterdag loopsters,

Zaterdag 19 februari 2022 starten we om 15.30 uur bij Lenie

Verslag van Zaterdag 12 Februari 2022,

Hutje bij mutje stonden de fietsen in de voortuin van ons gastgezin en de twee fietsen die niet meer voor het huis konden staan werden aan een lantaarn vast geklonken. Deze fietsen worden zeker niet gepikt want met een lantaarn en 2 fietsen er aan loop je niet zomaar weg laat staan dat deze in een auto zal passen?!

Vol vertrouwen gingen we op pad, Paul met 9 dames, Paul liep met een mobiel aan z'n oren want 'n onderdeel (skeleton?) van de olympische spelen was nog bezig pas nadat deze uitslag bekend was ('brons') had ie weer aandacht voor zijn eigen 9 meisjes ;-))

We liepen richting het Uithofpark en hadden flink de pas er in, over vele wandelpaden liepen we door het mooie natuur aldaar.

Na 66 minuten met een afstand van ruim 6 kilometer stonden we weer voor de deur in de Ambachtsweg. Wat hebben we weer lekker gelopen en wat was het heerlijk loopweer.

Eenmaal bij ons startadres aangekomen splitsten de groep zich op, de helft stapten gelijk op hun fiets en de andere helft is naar binnen gestapt. Zo kon er binnen voldoende afstand gehouden worden.

Laten we afspreken dat zij die nu koffie zijn blijven drinken as zaterdag gelijk op de fiets stappen zodat de andere helft ook met voldoende afstand gezellig na kan praten over de gebeurtenissen van de afgelopen week.

Het water zacht gemaakt door een staafje, koffie met lekkere koeken, we hadden het weer goed. We hebben tips en trucs uitgewisseld, het was gezellige, we konden er weer een week tegen.

Afgesproken is dat we as zaterdag starten bij Lenie aan de Oostblok.

Buitengekomen stonden we voor een raadsel... er was net een auto geparkeerd met nul ruimte over aan de voor- en achterkant van deze auto?! Heeft ie z'n wielen naar de zijkant gedraaid?? Hoe dan?!!

Deze dames hebben al moeite met auto parkeren als er uiteindelijk nog vele meters voor en nog meer meters achter de auto vrij is. Met vraagtekens boven onze hoofd zijn we naar huis gefietst en hadden iets om over na te denken, HOE DAN?!

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 23 februari starten we om 20.00 uur bij Goos (zeg maar)

Verslag van woensdag 16 februari 2022

Helaas is de loop van deze avond wegens weeromstandigheden (storm) afgelast en starten we as woensdag alsnog bij Nico.

Hallo Zaterdag loopsters,

Zaterdag 26 februari 2022 starten we om 15.30 uur bij Paul

Verslag van Zaterdag 19 Februari 2022,

Paul is aan het trainen voor de 4 daagse van Nijmegen vandaar dat hij (snel)wandelend naar de Oostblok kwam. Aan zijn planning zal het niet liggen want bij aankomst kon ie bijna gelijk door lopen maar dan nu met 8 volgers (en een hond).

Heel verstandig waren de 2 dames die hun eigen plan (eigen tempo) trokken. Na een klein uurtje arriveerden we weer bij de Oostblok en hadden we een afstand van ruim 5 kilometer afgelegd.

Een van de dames sloeg wat eerder af, zij ging koken voor haar gasten.

Uiteindelijk had Piet 8 personen aan zijn 'trog' zitten en hebben we met elkaar de week doorgenomen.

We waren (nog) droog na onze wandeling en de nazit maar diegene die met de fiets gekomen waren zijn aardig nat geregend op weg naar huis. Dit is wat Paul al gezien had op de buienrader maar dit weerhield ons er niet van om toch eerst koffie te blijven drinken.

De gezelligheid van met elkaar een bakkie doen hadden we in elk geval in de pocket en onze kleding en wandelschoenen drogen wel weer.