

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 2 mei starten we om 20.00 uur bij Wilma

Verslag van donderdag 25 april 2019

Ondanks ze slecht weer door gaven vertrokken we toch met 3 hardloopsters en 7 wandelaars en de viervoeter Elvis bij Paul en Gerda vandaan. De groep ging richting Verburch maar Diana, Elvis en ik namen de Wateringse weg zodat we gelijk tijdig met de rest op de Hollewatering zouden lopen en dat klopte ook aardig. De 3 hardloopsters zijn nog het Uithof gebied in geweest. Wat hadden we goed weer deze eerste avond, het bleef droog en er ging hier en daar al een jasje uit, we hebben heerlijk gewandeld.

Bij terug komst zagen we dat er een van ons plantjes in haar fietsmand had, had ze op de heenweg uit de container gehaald terwijl er aan de overkant hele bakken klaar stonden. Een van ons zei dat het makkelijker had geweest om een hele bak te pakken en dan aan ons uit te delen maar ja dan was het wel diefstal geweest en al zijn de gastheer en gastvrouw niet meer in functie zo iets kan natuurlijk niet. Dus wie er plantjes wil... ze lagen in de container aan de van Burenlaan.

Gezellig aan de koffie /thee met de beruchte koekjes en als afwisseling heerlijke roomboterkoekjes kwam het gesprek op vrijwilligerswerk wat soms niet zo vrijwillig is want sommige klussen moeten op tijd af zoals de klussen in het openlucht zwembad de Waterman. Je zou er door de stress zelfs rugpijn van kunnen krijgen maar ook de klussen thuis blijven zitten en daar moet dan weer een betaalde kracht voor komen. Ook verplichtingen op je hals halen door communicantjes te begeleiden en bingomiddagen te verzorgen, het is allemaal leuk maar ook weer heel fijn als het weer achter de rug is. Toch fijn dat ondanks dit alles er nog vrijwilligers zijn, geef mijzelf maar even een schouder klopje en de rest ook natuurlijk. Zal de volgende generatie hier nog zin en tijd voor hebben? We zien het wel!

Gerda heeft nog verteld over de gezellige nachten dag en haar fijne vakantie, haar koffer laat ze maar ingepakt staan. Ook Dorothy was weer gezond en wel terug uit Madeira, het mooie wandeleiland. Zo zijn we weer aardig bij gekletst en was het tijd om naar huis te gaan.

as Donderdagavond starten we om 20.00 bij de mooie tuin van Wilma en kunnen we haar plantjes bewonderen.

Hallo Woensdagavond lopers,

Woensdag 8 mei starten we om 20.00 uur bij René

Verslag van woensdag 1 mei 2019,

Deze keer was de start vanaf de Cederdreef in Vlaardingen. Paul S. te K. was vanwege kattenverplichtingen in Ruurlo (hier woont Annie Cactus ook) afwezig. Sjeek had na een knieval voor Dorothy op Madeira ook nog wat hersteltijd nodig maar het lijkt allemaal weer goed te komen. Het blijft een gebied met van alles erop en eraan en met een grote verscheidenheid aan natuurschoon.

We waren weer met een mooi cluppie hardlopers en wandelaars al waren laatstgenoemden kort na de start in geen Velde of wege meer te zien. Jan nam het voortouw en had hierop vooruitlopend (met zijn zoon) op de zaterdag een prachtige route uitgestippeld. Zoals meestal als Paul er niet is werd het een duurloop zonder bijzondere versnellingen. Hopelijk gaat het met de blessure van Paul ook weer snel goedkomen. Het tempo zat er al snel goed in en Peet en Corné gooiden er zelfs nog een tempootje bovenop.

De hazen waren weer volop te zien in het landschap en ook was er veel afwisseling in de ondergrond van hard naar gravelachtig. Tussen de weilanden met de nodige Lakenvelders, langs de Vlaardingse

Vaart, door het riet; het was genieten en op deze manier lijkt het allemaal veel gemakkelijker te gaan. Aan het eind van de rit zaten we op ruim negen kilometer en Peter en Corné kwamen uit bij tien km.

Van onze stokkers heb ik geen berichten ontvangen maar het was duidelijk dat ook zij hebben genoten van dit uitstapje. Eenmaal uitgelopen op naar de koffie met de bekende Vlaardingse moppen (dit zijn verhaaltjes waar mensen vaak om kunnen lachen). Dit gold niet voor de koek want hier kwam de notenslof weer tevoorschijn met nog een keur aan andere mogelijkheden; goed gedaan Dré.

Woensdag vertrekken we om 20.00 uur bij René met als doel voor de wedstrijd van Ajax te eindigen; dat wordt doorlopen voor iedereen. Tot woensdag. Sjaak

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 9 mei starten we om 20.00 uur bij Ciska Koene

Verslag van donderdag 2 mei 2019

Ondanks diverse afzeggingen waren we vanavond toch met 4 loopsters en 10 wandelaars. Peet stond bij de deur te tellen hoeveel koffie- en thee drinkers hij kon verwachten. Na overleg zijn de loopsters richting de Uithof gelopen. In het Uithofpark hebben we even niet gelopen en waarom? Geen idee want het is er zo mooi, en nu al zeker met al het fris groen van de bomen en struiken en het fluitenkruid en koolzaad langs de paden. We liepen via de Ockenburglaan, langs sportveld Verburch en kwamen zo uit in het Uithofpark. Onderweg hebben we één keer rek en strek oefeningen gedaan. Na deze oefeningen waren we (gingen we) helemaal los. Met de gastvrouw voorop hebben we een leuke ronden in het park gelopen en liepen we via een fietspad terug naar de Arckelweg, deze weg zijn we over gestoken en liepen achter de woonwijk om en langs de Poeldijkse kerk terug naar het Poeldijkse pad. Met 8.10 km op de teller zaten we na 'n uurtje voldaan aan de koffie met taart en/of gevulde koeken. Voordat het donker zou zijn hebben diverse van ons een ronde door de prachtige tuin gelopen. Wegens allergie word er een goed tehuis gezocht voor een kater van een half jaar, informatie bij Mirjam. Dankzij een foto kwamen wij er achter dat twee van de wandelaars een stuk van de route gefietst hebben ;-(Een van ons was zo heftig aan het scheppen van de heerlijk vlaai dat het gewoon op viel. Ze was 'heftig' aan het scheppen met het idee dat je al bewegend vast niet aan zou komen van deze lekkere vlaai. Eind goed al goed en as donderdag starten we aan de Ambachtsweg in Wateringen.

Hallo Woensdagavond lopers,

Woensdag 15 mei starten we om 20.15 uur bij Jan vd Kn.

Verslag van woensdag 8 mei 2019,

Ik heb gewandeld met Jan en de Hardlopers, Rinus, Rene, Hasso, Marco, Jan, en Peet hebben hun rondje gelopen en we waren beide voor 9 uur terug voor de wedstrijd, Paul.

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 16 mei starten we om 20.00 uur bij Ciska vd Kn.

Verslag van donderdag 9 mei 2019

We hebben deze avond gelopen met 3 groepjes van 4 loopsters en wandelaars. Mooi verdeeld zo kon ieder lopen op zijn/haar niveau. De loopsters zijn, net als vorige week, naar het Uithofpark gelopen. Deze is nu zo mooi zodat wij er nogmaals van wilden genieten. Onderweg hebben we wat rek en strek oefeningen gedaan. Om heel eerlijk te zijn doen we minder oefeningen dan dat de grote baas er bij is. Vergeten of het komt er niet van, wie zal het zeggen? Maar verder hebben we wel ons best gedaan. Ook de dame met de apple watch kon er vanavond niet bij zijn daardoor geen idee hoeveel we gelopen hebben maar laten we het maar op 12 km houden, er is niemand die het kan controleren dus vooruit maar ;-))

Een van de wandelaars heeft de onderstaande 2 foto's gemaakt, dit komt goed uit want de loopsters liepen zo snel dat zij deze mooie bloemetjes niet in zich op konden nemen. Na een extra lusje kwamen we ongeveer gelijk aan met de gastvrouw.

Voordat we ons hebben 'gestort' op de koffie met biologische yoghurttaart en verse aardbeien hebben we ♪♪ lang zal deze 66 jarige dame leven ♪♪ gezongen.

Na de koffie kregen we een rondleiding langs de prachtige beelden die Jan en Ciska gecreëerd hebben en de cactusplanten en plantjes van de heer des huizes. Daarna werd het toch echt tijd om naar huis te gaan, onze lichten moesten al ontstoken worden!

Het lopen, de koffie, de taart, het lied, de beelden en de plantjes waren een succes conclusie is dus dat deze avond zeer geslaagd is.

as Donderdag starten we aan de andere kant van Wateringen nml aan de Bovendijk.

Hallo Woensdagavond lopers,

Woensdag 22 mei starten we om 20.15 uur bij Paul

Verslag van woensdag 15 mei 2019,

We vertrokken vanavond bij Jan aan de Bovendijk.

Het weer was echt top voor deze tijd van het jaar en het aantal meelopers was redelijk, 4 hardlopers en 5 stokkers. Korte broeken (bij de hardlopers) dus.

Met vieren vertrokken we met Jan Z als loop-leider op de Bovendijk richting Den Haag. Aan het eind bij de kinderboerderij rechtsaf richting de trambaan. Beetje rekken en strekken om vervolgens verder te gaan richting de Schaapweide molen. Je kon zien dat het lekker weer was want er waren veel mensen buiten. Fietsers, wandelaars, skeelers en natuurlijk hardlopers.

Zolang Paul geblesseerd is lopen we meestal een duurloop, ook vanavond dus. Het voordeel daarvan is dat je op een gegeven moment zo lekker in een loop-flow komt dat je zegt: Zo zou ik nog wel een paar uur kunnen lopen. Voor we het wisten liepen we al op de Zwetkade Zuid richting de Bonte Haas. Daar eenmaal aangekomen bleek dat we nog zoveel tijd over hadden dat we een extra lusje richting Boerderij Dichtbij liepen. Daarna richting het Wateringse zwembad om het laatste stuk weer over de Bovendijk te lopen. Andre en Sjaak hadden aangegeven dat ze geen koffie/thee konden meedrinken dus we zaten met een afgeslankt clubje na te praten. Ajax stond al met 3-1 voor dus deze avond was een betere dan die van vorige week. Nederlands kampioen, mooi!!! Toch werd er nog weer teruggekomen op vorige week, Als ze nou..... dan en hadden ze wel in de finale gestaan. Ja zo konden we er nog wel een paar. Ook werden nog extra wetenswaardigheden over de naam Zwinkels aangedragen, die best grappig waren. Vervolgens kwamen er serieuzere berichten over tafel waarmee nog eens duidelijk werd dat gezondheid een groot goed is. Bij het vertrek stelde Paul voor om volgende week in de Heul te vertrekken. Ook volgende week zijn er in ieder geval een aantal op vakantie, maar laten we met de rest afspreken in de Heul. Ga je daar zien!

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 23 mei starten we om 20.00 uur bij El

Verslag van donderdag 16 mei 2019

Na vele afmeldingen vertrokken we de op valreep met 2 hardlopers en 8 wandelaars richting de Kinderboerderij. Wij zijn langs de Reijwetering door het Wateringseveld langs het fietspad van het Anthuriumpad, waar nog even gezwaaid werd naar een vriendin die zaterdag nooit thuis is maar nu wel, door naar de Bovendijk gewandeld.

Waar de 2 hardloopsters heen geweest zijn weet ik niet. Ze werden dit keer ook niet gecontroleerd door een digitale tijd en route waarnemer dus kunnen ze ons alles wijs maken behalve dat ze, net als ik, 5 minuten eerder terug waren.

Terwijl ik de 2 medewandelaars nog de opdracht gaf een rondje om ons huis te lopen (erg hè ;-)) kwam al snel de rest ook binnen lopen voor de koffie /thee met koekjes want met de zomer in aantocht doet iedereen aan de lijn behalve ik, sorry geen discipline genoeg dus heb vrijdag en vandaag samen met Jan alle overgebleven koekjes en de koeken van woensdagavond opgegeten. Dit is voor Jan niet zo erg, hij word er niet dik van maar ik zal nog weer extra moeten gaan sporten om die koekrollen er weer af te krijgen maar daarom blijf ik ook sporten natuurlijk ha,ha.

We hadden dit keer geen rond tafelgesprek maar een langwerpige tafelgesprek. Paul was al naar huis ze hadden Carlijn een paar dagen te logeren, zij was even naar Koperen Kees met iemand anders en Gerda was naar EHBO zo heeft iedereen zijn bezigheden en zitten we voorlopig nog niet achter de geraniums. as donderdag starten we in Naaldwijk dit keer, groetjes Ciska

Hallo Woensdagavond lopers,

Woensdag 29 mei starten we om 20.15 uur bij Peet in Poeldijk

Verslag van woensdag 22 mei 2019,

Er waren al vroeg een heel aantal stokkers en hardlopers bij Paul. Het leek erop dat iedereen er echt zin in had vandaag. Een drietal had zich vanwege vakanties en verhuizing afgemeld, maar als je het kringetje rondging zag je Hans, Paul, Jan, Corne, Andre, Sjaak, Peter, Hasso, Rene en Sjeek. Ik hoop dat ik niet iemand vergeten ben!

Wij hardlopers moesten het nu ook zonder stand-in Jan Z doen, die rijdt vanaf morgen op een grote truck door Amerika. In goed overleg besloten we richting de Uithof te lopen. Via Mariendijk, Vogelaer (even rekken, strekken en opdrukken bij Wim voor) naar Verburch. Daar gaf Corne aan last van z'n kuit te hebben dus die ging onverrichter zaken weer terug naar huis.

Wij liepen uiteindelijk door en via het Wenpad gingen we over de witte brug de Uithof in. Door het hek waar de koeien ook lopen en dan richting de schaatsbaan. Mooi groen is het daar. Het is nu een fantastische tijd om van het jonge groen te genieten. Zeker nu de zon ook zo heerlijk scheen. Het tempo is eigenlijk de gehele tijd, vanaf het begin, best wel stevig geweest. Dat waren we de afgelopen weken niet meer zo gewend. Ja natuurlijk hebben we wel af en toe wat gas terug genomen om even bij te komen, maar tijden onder de 6 minuten per kilometer zijn meermaals voorgekomen. We waren niet de enigen die van de uithof genoten. Paarden, fietsers en wandelaars met honden. Een van de honden werd zo enthousiast toen wij aankwamen dat hij/zij het op een lopen zette. De eigenaren zijn waarschijnlijk nu nog aan het zoeken. Via de Hollewetering zijn we weer richting Kwintshul gegaan. Corne kwam tegelijk met ons bij Paul thuis aan (had zich wel verkleed). De stokkers zaten al binnen waar Paul koffie en thee met een plak cake + aardbeien + slagroom voorschotelde. Heerlijk!

De verhalen die rondgingen waren eerst serieus, daarna niet echt geschikt om in het verslag te

noteren, om vervolgens, toen iedereen een beetje bij gekomen was, weer over te gaan in serieuzere gesprekken.

Paul heeft voor 3 juli wat georganiseerd en ook Rene heeft iedereen een uitnodiging gestuurd om aan een lustrum ontbijt deel te nemen. Een aantal lopers gaf aan volgende week niet aanwezig te kunnen zijn. Het werd dan ook even stil bij de vraag waar het volgende week zou zijn. Peter stelde spontaan het Poeldijkse pad voor en laten we elkaar daar volgende week weer treffen!

Hallo Donderdagavond loopsters,

Donderdag 30 mei lopen we niet met elkaar (Hemelvaartsdag). Donderdag 6 juni starten we om 20.00 uur bij Clarisse

Verslag van donderdag 23 mei 2019

Acht wandelaars stonden al startklaar om hun ronde te lopen, wat hun route uiteindelijk geworden is heb ik niet gehoord. De 2 loopsters hebben een rondje om de 'Plas van alle Winden' gelopen, deze plas heeft een omtrek van 800 meter las ik en maakt deel uit van de Poelzone. Onderweg hebben we nog wat rek en strek oefeningen gedaan (geloof ik ;-)) Verder liepen we via de Rusthovenlaan en Gantellaan naar de Zwartendijk. Onderweg hebben we een kippenhok bezocht, altijd leuk om jonge kuikentjes te zien maar ook mooi om te zien hoe fanatiek de broedse kip z'n eieren aan het uitbroeden is. Maar de show must go on en zo kwamen we weer uit bij de Koraal waar de wandelaars ons al op stonden te wachten.

De gastvrouw stapten als eerste de lift in en als automatische piloot drukte ze op het knopje 'sluit de deur' waardoor haar gasten met hun neus tegen de dichtslaande liftdeur stonden. Wat een gastvrij welkom zeg! Maar ja ruimschoots goedgemaakt met gezellig koffie met snoeperijtjes van Ikea. Wat de een leuk vind is voor de andere te veel prikkels is ook nu weer gebleken. Instagram is leuk! En diegene die het te veel prikkels vindt blijkt dus alles te willen volgen, ze vind veel dingen leuk en dit allemaal op de voet te willen volgen geeft inderdaad onrust.

Afgesproken is dat we, vanwege Hemelvaart dag, een weekje over slaan met lopen, we zien elkaar donderdag 6 juni as.

Hallo Woensdagavond lopers,

Woensdag 5 juni starten we om 20.15 uur bij Sjaak in Monster

Verslag van woensdag 29 mei 2019,

We zijn dit keer gestart aan het Poeldijkse pad, bij Peet. 4 Stokkers en een stuk of 5 6 hardlopers. Het was uitstekend loopweer. We stokten 5,18 kilometer ieder, in een tijd van 54 minuten en 33 seconden, met een verbranding van 359 calorieën ieder. (ongeveer dan hè)

We zijn naar Poeldijk gelopen, alwaar we heel even gestopt zijn bij André zijn familie aan de Casembroot, waar in de tuin schoonzus planten aan het verzorgen was. Kort praatje gemaakt, maar vooral weer snel door, alsof het aangenomen werk was.

Aangekomen liet Peet opgelucht zijn vangst van die dag zien. Een enorme brulkikker. Hij had hem gevangen in de vijver, omdat hij de hele buurt bij elkaar brulde en Peet en Wilma er niet van konden slapen. Hij had hem al eerder gevangen, en hem 300 meter verderop in een sloot gezet, maar dat bleek geen succes. Kikker was eerder thuis dan Peet zelf. Dit keer heeft Peet een exportvergunning afgegeven, en ging de kikker mee met Andre, om daar uitgezet te worden in de polder, waar hij kan brullen wat hij wil. Even dacht ik nog, om hem op de hoek van Poeldijkse pad vrij te laten, zodat Peet hem de volgende morgen weer kon begroeten, en zich zou afvragen, hoe dat beest zo snel van

Vlaardingen naar Poeldijk teruggelopen was. Dit zou ect een grap zijn die bij mij zou passen, maar ach. Ik heb hem maar eerlijk in de polder gezet. Nu ligt Vlaardingen wakker.

Verslag van een van de hardlopers:

Vanavond startten we vanaf het Poeldijkse pad. Bij aankomst bleek dat Peet nog druk aan het krenten was. Rene heeft eea vast gelegd. Ook Wilma was, zoals elke dag, nog druk bezig in de tuin en daarbuiten. Voor we gingen lopen kregen Jos en ik een rondleiding van Wilma door de gigantisch mooie tuin. De wijzigingen tov vorig jaar werden getoond, maar ook de creaties van Peet. Een leuning op de berg, bankjes boven op de berg, een kippenhok, je snapt niet waar hij naast de tijd ook de fantasie vandaan haalt. De rondleiding duurde iets langer dan gepland zodat we met 4 hardlopers en 3 stokkers wat later startten.

Wij zijn door Poeldijk naar de Vredebestlaan gegaan en dan linksaf. Rene wist nog een mooi binnendoorroute naar de v Ruyvenlaan. Geinig was dat. Vervolgens zijn we via de Casembrood (waar we nog even den glimp van de stokkers opvingen) naar Madestein gelopen. Het rondje om de plas was goed te doen maar we hebben wel aan moeten zetten om op tijd weer in Poeldijk te zijn. Uiteindelijk waren we iets te laat terug maar hebben we een mooi uurtje gelopen. Aan de koffie met gebak ging het uiteindelijk meest over dieren: Bowie de hond, lekker druk bij binnenkomst maar o zo gehoorzaam bij de koffie. Steenmarters, die blijken op te rukken vanuit het oosten. Zij houden van rubber dus knagen je remleidingen door. Het is te hopen dat zij er lang over doen om hier te komen. Kikkers, Peter heeft een grote jongen (of meisje) gevangen. Andre neemt deze mee in een emmer om hem in het buitenland uit te zetten. Ook zijn de Sussex kippen van Wilma en Peter aan bod gekomen. Zij hebben gekozen voor dit soort omdat die niet zo gauw 'broeds' zijn maar toch veel eieren leggen. Het was een sportieve, informatieve en vermakelijke avond! Vorige week heeft Sjaak aangegeven dat het volgende week in Monster lopen is. Ga je daar weer zien