

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 1 november starten we om 20.00 uur bij Sjeek

Verslag van Woensdag 25 oktober 2023

Er waren deze week vooraf al aardig wat afzeggers. Vakanties, culturele evenementen, blessures, voetbal en andere bezigheden waren zoal de oorzaak. Het betekende dat we met een heel klein clubje waren: Cees en Rene als wandelaars en Paul en Sjeek voor het hardlopen. De eerste helft van Feyenoord tegen Lazio stond het al 2-0 voor Feyenoord dus dat zag er goed uit. De wegen van hardlopers en wandelaars scheidden al direct vanuit de poort. Wij gingen links richting de lange watering om een rondje Zwet te gaan doen. Al inlopend en keuvelend over van alles en nog wat waren we al snel bij de hoge beer waar we wat rekten en strekten. Ik had zelf het idee dat we samen een duurloop zouden gaan doen maar eenmaal aan de Zwet stelde Paul voor om een lichte versnelling tot aan het gemaal te gaan doen. Het keuvelen stopt dan want dan heb je al je energie nodig voor het lopen. Ook na het gemaal nog versnellingen tot de Zwetlaan en zo ging het lekker door de Vijverberglaan. Het is een bekend rondje en in 45 minuten waren we alweer in de Heul. Nog een klein ommetje door de pastoor Vinkesteynstraat en na ruim 50 minuten zuivere looptijd waren we weer op het startpunt. Feyenoord bleek gewonnen te hebben met 3-1 een top resultaat! Paul had voor de hardlopers een fantastische appel-plaat-taart gebakken met een geheel eigen swung qua uiterlijk, leuk en lekker! De wandelaars waren netjes op tijd en ook Hans van Adrichem kwam gezellig een bakkie doen! Terwijl we aan de taart zaten kwam ook Corne nog even langs en zo zaten we toch met een club van 6 koffie en thee te drinken. Corne is weer gaan studeren dus heeft het behoorlijk druk en ook Hans heeft het druk, maar dan met vakanties. Het ging ook nog even over muziek. Klassieke muziek is een fantastisch genre dat tegenwoordig ook aan kleuters aangeboden wordt en die worden er rustig van. Die ervaring heb ik ook. We spraken af dat we volgende week bij mij starten in Naaldwijk, ga je daar zien!

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 4 november starten we om 10.00 uur bij Paul.

Verslag van Zaterdag 28 oktober 2023

Met de miezerregen zijn we gekomen en met de miezerregen zijn we ook weer naar huis gefietst. En tijdens het lopen was het ook niet droog en toch hebben we genoten van de wandeling. We hebben nml in het Uithofpark gelopen en daar

is de natuur mooi. Paul heeft met 11 dames gelopen en de groep heeft zich in drieën opgesplitst. De gastvrouw liet zich ontvallen (oeps) dat ze deze ochtend hard in huis heeft gewerkt, gangkast leeg gemaakt zodat onze jassen netjes in de kast gehangen konden worden. De kamer en keuken super netjes opgeruimd. Op haar verzoek hebben we maar niet onder de kleedjes gekeken want daar heeft ze al het vuil onder geveegd ;-)) Ik denk dat ieder van ons die aan de beurt is om de wandelaars te ontvangt het huis onder de loep neemt en zo nodig aan het werk slaat. Aangezien Ton, de man van Thea, zaterdags zijn eigen clubje heeft had de gastvrouw het best wel druk. Enkele dames hebben haar geholpen zo stond het water, de koffie en thee toch al snel op tafel. Bij de koffie kregen we de lekkere boter/cokes koek geserveerd, deze kan niemand zo lekker klaarmaken als Thea. Het koffie (half)uurtje was niet alleen gezellig maar helaas moesten we 2 van de dames condoleren met het verlies van hun zwager die afgelopen nacht overleden was. Zo kan het gaan in het leven, dames sterkte de komende tijd. Daarna was het echt tijd om naar huis te gaan. Paul heeft ons uitgenodigd om as zaterdag in de Riviergrondel te komen starten, tot dan.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 8 november starten we om 20.00 uur bij Jan Z.

Verslag van Woensdag 1 november 2023

Het was weer zo'n woensdag zoals er de laatste weken meer zijn. 's-Middags zie je op buienradar dat er in de avond regelmatig buien vallen en als je dan met je club gaat hardlopen blijkt er geen druppel te vallen. En dat is natuurlijk top!

We verzamelden aan de Groen van Prinstererstraat en waren met 5 hardlopers en 4 wandelaars.

Ook Jan was er gelukkig weer bij om een gezellig rondje te wandelen. Peter, na een paar weekjes zon had er ook weer zin in.

Als Hasso dan binnen is kunnen we vertrekken en dit keer zouden we richting de snelbinder gaan. ' Door het park en de wijk richting de Vlietweg, beetje rekken en strekken en dan komen de eerste versnellingen om een beetje warm te worden. De snelbinder werd een aantal keren van beneden naar boven en vise versa om via de oude brug weer aan de Monnikenlaan te geraken. Langere versnellingen waren het deze week, niet dat korte werk. Van rotonde naar rotonde over de Galgeweg en eindigend meet een sprintje naar het oude politiebureau. Paul heeft daar nog wel wat herinneringen liggen.

Het zwaarste hadden we toen wel gehad dacht ik maar Paul verzon nog een paar minuutjes 'planken' en andere oefeningen in een kinderspeeltuintje (vanwege de ondergrond).

Rustig dribbelend weer naar de GvP om daar de koffie en thee te nuttigen met een lekker stukje appeltaart met of zonder slagroom.

De afstand die we als hardlopers liepen viel een beetje tegen, maar de intensiteit van de loop was wel behoorlijk.

Aan tafel werd het biertje van de Veluwe nog eens besproken en ja, er zijn de laatste jaren nogal wat speciaal biertjes bijgekomen. Al is het voor de brouwerijtjes niet eenvoudig om het hoofd boven water te houden.

Vrouwenvoetbal, ook heel erg hot de laatste jaren, kwam ook ter tafel. Leuk dat we dat nu ook kijken, dat het steeds meer in the picture komt. Mooi dat Nederland nog met 0-1 won van Schotland, mooie goal ook.

Volgende week gaan we, ijs en weder dienende, weer lopen en wel aan de Emmensstraat in Honselersdijk, ga je daar weer zien!

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 11 november starten we om 10.00 uur bij Ciska vd Kn.

Verslag van Zaterdag 4 november 2023

Zaterdag stapten op de fiets naar Kwintsheul en dat was koud!! Sommigen waren zo verstandig om al handschoenen aan te doen, en dat begin november! Anderen waren niet zo verstandig 👍

We verzamelden bij Paul met een man/vrouw of 11 eerst hebben we wat oefeningen gedaan, daarna liepen we richting een mij onbekende laan, die evenwijdig aan de Driesprong loopt naar de v Buerenlaan, langs een "kasteel" in aanbouw links af door de nieuwe wijk. Daarna over het Wenpad heen en weer gelopen en dezelfde weg weer terug. De verschillende groepjes hebben dezelfde route gelopen, keerden alleen wat eerder, hoe simpel kan het zijn 😊 We boften dat het steeds droog was!

We zaten bij Paul en Gerda aan de koffie met zelfgebakken appeltaart! Deze kwam uit de vriezer, "over" van de mannenhardloopgroep, zij waren maar met 4!!!! personen, dus er was nog genoeg appeltaart over voor ons.

Diverse vakanties werden besproken Jordanië, Kaapverdië en dichterbij. Ook schijnt er in Zoetermeer een hele gave locatie te zijn om een feestje te vieren. De tijd draaide lekker door, totdat Paul opmerkte " jullie mogen van mij blijven zitten, maar over een kwartier barst de bui weer los!" Hierop maakte

verschillenden dat ze weg kwamen en ik dus ook, en ik redde het net voor de bui. Hoe het met de anderen is gegaan weet ik niet. Het was weer een gezellige zaterdag morgen. Volgende week starten we bij Ciska aan de Bovendijk.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 15 november starten we om 20.00 uur bij Jos

Verslag van Woensdag 8 november 2023

De laatste weken hebben we het steeds over het weer, deze keer weer. Regen was ook nu weer verwacht en we hebben er ook wel wat van gehad. Het viel uiteindelijk toch weer mee.

Met 4 hardlopers en 2 wandelaars vertrokken we bij Jan Z vandaan. Paul, die het vandaag rustig aan zou doen, opperde om richting de Ockenburchlaan te lopen omdat het daar momenteel lekker rustig is. Ze zijn daar met aardwarmteleidingen bezig. Ik denk dat dat een mooie bijdrage is aan het energievraagstuk,

We startten met windje in de rug dus dat was lekker. Ook rekken en strekken deden we uit de wind en vervolgden richting sportpark Verburch. Heerlijk om een keer een soort van duurloop op eigen tempo te doen. Buiten lekker fris en we gingen niet echt tot het gaatje voor wat betreft de diepgang.

Aan het eind van het Wenpad lag het verste punt en keerden we weer terug richting Honselersdijk. Omdat we nu zij- en tegenwind hadden zijn we via de Gouw in Kwintsheul, de van Buerenlaan en tenslotte de Mariendijk gelopen. Ja, daar regende het wel wat maar voordat de grote buien vielen waren we weer lekker binnen bij Jeanette. Met 8,5 km was het weer een heerlijk ontspannen inspanning.

De wandelaars hadden grote verhalen over de lanen die ze allemaal gelopen hadden maar aan de gezellige gezichten kon je zien dat ze het gewoon naar hun zin gehad hadden. Naast de gebruikelijke prietpraat tijdens de koffie en thee gaf Jan Z nog aan dat er beslag gelegd was op zijn rijbewijs. Daar baalde hij wel van! Gelukkig had hij ook een mooie mop over wel een beetje een triest verhaal maar waar toch een kratje bier mee verdiend werd. En dan is het ineens alweer tijd om richting huis te gaan.

Het bleek buiten droog te zijn dus dat was voor de fietsers lekker. Jos had via de App aangegeven dat het volgende week aan het Perenpad zou kunnen zijn en daar konden wij ons allen goed in vinden. Ga je volgende week weer zien in Wateringen!

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 18 november starten we om 10.00 uur bij Anke

Verslag van Zaterdag 11 november 2023

Vanochtend heeft Paul met 8 dames gewandeld. De gastvrouw van vandaag hebben we 'betrap' met het lappen van haar ramen, dit moest nog even gebeuren ;-)). We weten ondertussen van elkaar dat als er bij je gestart word het een mooi moment is om je huis door een andermans(vrouw) ogen te kijken. Er word extra opgeruimd en schoongemaakt en als je talent hebt voor het bloemsteken staat er een mega mooi bloemstuk op tafel ;-)) Om het geheel af te maken word er lekkers gebakken voor bij de koffie en als je het goed voor elkaar hebt word het bakken gedaan door een van de kleinkinderen.

Toen we door de schone ramen zagen dat Paul 'ja we gaan' zei wisten we dat het tijd was om te vertrekken. We zijn door de Essenlanden gelopen richting de Zwet. In de buurt van de Bonte Haas zagen we een haas die er als een haas vandoor ging. Als de bedoeling van de haas was dat wij hem moesten volgen dan is zijn poging mislukt, deze dames kunnen hem niet (meer) bijhouden, die tijd is voorbij helaas.

We vervolgden het paadje door het groen om bovenaan de Zwet uit te komen (zie onderstaande foto) dit was ons keerpunt, we liepen terug over het fietspad richting de Bonte Haas. Onderweg zagen we 2 konijntjes heel relaxt eten van het gras, dit tempo staat ons beter aan.

Op de terugweg hebben we een stop gehouden aan het Perenpad, we hebben, als cooling-down 'lang zal ze leven' gezongen voor jarige Jetje (Petra).

Terug aan de Bovendijk hebben we genoten van het water, de koffie en thee met soesjes en klets koppen (koekjes). We hebben vandaag oa gehad over opgespoten lippen, wij willen nog kunnen lachen en hebben op tv gezien dat dit dan niet meer gaat lukken dus onze lippen houden we zoals ze zijn, prima! Ook hoorden we dat de winkeliers en marktkooplui niet altijd eerlijk zijn geweest we hebben, zonder dat we het doorhadden, wel eens te veel betaald voor ons waar. Nee we noemen geen namen, we houden het onder ons ;-)). En voordat je het weet was het tijd om naar huis te gaan, afgesproken is dat we as zaterdag starten bij Anke in Kwintsheul.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 22 november starten we om 20.00 uur bij Jan vd Kn.

Verslag van Woensdag 15 november 2023

Droog, ja droog was het deze week! Ok, een paar hele kleine druppeltjes dan. Het was eigenlijk topweer om te lopen.

Met 5 hardlopers en 4 wandelaars vertrokken we bij Jos vandaan, vanaf het Perenpad. De hardlopers deden bij Hans van Adrichem op het slag alvast wat warming up oefeningen terwijl de wandelaars dat een beetje bekeken. En dan gaan we weer, eerst een beetje duurlopen en warm worden totaan het bruggetje van het Henri ter Halipad. Daar was het goed rekken en strekken geblazen, het is altijd lekker om na zo'n eerste kilometer weer even op adem te komen. Maar dan gaat het pas echt gebeuren. We liepen via de Bonte Haas, brug over, rechts-af, richting het 'voorheen pannenkoekenhuis'. We deden op dit stuk een soort van steigerungen met lantaarnpalen. 1 snel, 1 rustig, 2 snel 2 rustig, enz tot aan 4 stuks. Vervolgens een rustige duurloop tot het Meerpad. Daar mocht ieder voor zich het hele eind lopen maar wel met 5 versnellingen op eigen initiatief. En dan komt het erop aan hoe je zelf vindt dat je kan lopen en versnellen, en hoe lang dan. In eerste instantie leek ik Paul en Peter nog een beetje bij te houden maar nog voor de helft bleek dat ik dat niet ging redden. Vervolgens ga je dan toch op eigen tempo verder en forceer je zo nu en dan een soort van versnelling. Weer richting het Perenpad zijn er op het industrieterrein nog wat versnellingen gedaan en vervolgens lekker uitlopen. Halverwege toch nog even geplankt in een kinderspeeltuin, lekker voor de buikspieren.

Hans vd Z kwamen we op het laatste stuk nog tegen, die was met stokken van huis uit komen lopen voor een bakkie bij Jos en ook Jan vd K zat al bij Petra aan tafel. Ajax speelde tegen PSG en stond met 1-0 voor, je ziet dat het al beter gaat in Amsterdam. We moeten het ook nu weer van de Dames hebben! Aan de koffie en thee werd er veel gesproken over allerlei kwalen die wij mannen op onze leeftijd zoal tegenkomen. De geest wil wel maar het lijf sputtert soms een beetje tegen. Ook dat van Andre zo bleek in de App groep. Sterkte en beterschap Andre. Na nog een mop van Jan Z (ik ben hem even kwijt....) werd het weer tijd om met een smile weer huiswaarts te keren. Volgende week starten we bij Jan aan de Bovendijk. Het zou mooi zijn als we dan weer zo'n mooie opkomst hebben. Ga je daar weer zien!

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 25 november starten we om 10.00 uur bij Marian

Verslag van Zaterdag 18 november 2023

Een dame en een heer kwamen naar de Hoenderparklaan op de fiets, de dames uit Wateringen kwamen dit keer met de auto. Al nat voordat ze gaan wandelen zagen deze dames niet zitten. Achteraf gezien hadden zij dit niet zo gek bekeken, tijdens het fietsen naar de Hoenderparklaan bleef het best droog, tijdens het wandelen vielen er ook meer spetters naast ons dan op ons koppie maar toen het tijd was om naar huis te gaan stonden alle sluisen open.

Toen de gastvrouw haar schoenen uit de schoenenkast haalde kregen we vol verbazing naar het aantal schoenen dat er achter deze deur schuilde. Een klein beetje jaloers om zo'n mooi opbergkast hebben we de schoenen geteld, 16 paarschoenen stonden er in en dan de slippers en hakken niet meegerekend ;-)) Een van de dames liet weten dat zij ook wel zo'n kast zou willen dus laat de onderstaande foto maar zien Petra zo ie weet manlief welke kast jij ook graag zou willen hebben.

Eenmaal de schoenen aan konden we gaan, via de Bult kwamen we op de Lange Watering deze helemaal afgelopen en aan het eind liepen we via de brug over het water vervolgens onder de weg (Veilingroute) door liepen we een stukje van Luyklaan. Al snel 'pakten' we de Middenzwet en langs de Wippolderlaan liepen we weer richting de Hoenderparklaan.

We hebben 6.13km.gewandeld in 62 minuten, het was een pittig tempo maar gaf wel een goed gevoel. Het water, koffie en thee smaakten daardoor extra lekker en de huisgebakken appelcake smaakten naar (veel) meer maar we hebben ons ingehouden. Het was een gezellige nazit maar tja.... je moet toch wel weer 'in de benen' om thuis te komen. as Zaterdag starten we bij Marian in Honselersdijk.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 29 november starten we om 20.00 uur bij Peter in Poeldijk.

Verslag van Woensdag 22 november 2023

Ja 22 november, een belangrijke dag met de verkiezingen, iedereen had gestemd en het was het gesprek van de dag. Wij gingen verzamelen bij Jan en Ciska aan de Bovendijk. Er waren 5 wandelaars en 6 hardlopers dus een leuk clubje.

Ik ging met Cees lopen zonder stokken en Jos, Nico en Jan vd K gingen lopen met stokken, Jan vd K ging wat rustig aan doen samen met de andere 2, Cees en ik deden ons eigen tempo.

We liepen de Bovendijk af naar de oude boerderij (kinderboerderij) waar ook een stem locatie was en vervolgens richting Eikeleburg de begraafplaats en crematie ruimte, daar was het donker en niet veel te beleven, een beetje dooi boel dus, maar snel doorgewandeld naar buitenwijken van Rijswijk, onderweg had Cees vele verhalen over zijn werk en woonperiode van vroeger en dat was een belevens om te horen, goede tijden en slechte tijden wat herkenbaar is in ieders leven.

Er viel een lichte motregen maar dat stelde niet veel voor gelukkig. Na precies 1 uur wandelen kwamen we weer terug aan de Bovendijk waar ook de andere wandelaars net arriveerde dus snel naar binnen waar Cis de tafel had gedekt met lekkere dingen, wat ik geweldig vind die roomsoezen, ze staan er eigenlijk altijd echt heerlijk.

De hardlopers waren er nog niet en ja als die soezen zo dicht voor je neus staan is het moeilijk om er af te blijven. Jos en ik hadden er al stiekem een paar verorberd en het duurde best lang voor dat de rest er was dus nog maar een paar genomen, toen de rest een beetje breeduit gelegd en niemand had het in de gaten. Al snel kwamen de andere en iedereen was benieuwd naar de voorlopige uitslagen van de verkiezingen met als grote verrassing Geert Wilders aan kop. Verschillende discussies over de uitslag braken los. Ook Andre van Velden kwam op de koffie en vertelde dat nu ook zijn andere teen geopereerd moest worden, echt vervelend.

Toen begon P. over zijn Cruise en hij had zich heel goed ingelezen over het programma met de boot, bijna 3 weken gaat hij op reis en begint in Italië waar hij aan boord stapt van een mega schip met 3 zwembaden, 15 verdiepingen hoog en een snackbar en wel 6000 mensen aan boord met ook gelukkig wel een aantal restaurants.

Ze beginnen in de Tyrreense zee en gaan vervolgens naar de Ionische zee, via Suezkanaal naar de Rode zee, Arabische zee en dan naar de Golf van Oman, heel veel zee en heel veel stops in allerlei plaatsen dus dat word mooi tenminste of er moet er een ziek worden (corona, norovirus, hoofdluis etcetera) maar dat hopen we maar niet, alhoewel de kans is wel groot met zo'n massa mensen. Ik zou wel van die pillen meenemen.

Cees had ook goed nieuws, ipv nog een half jaar te moeten wachten op zijn operatie aan zijn prostaat kon hij nu nog dit jaar terecht, geweldig Cees, ben je van dat getob af met dat slangetje. Waarschijnlijk gaan we in januari weer iets leuks doen met zijn allen, bv jeu de boules en daarna een etentje, ik weet een

tent waar als je met meer dan 10 man komt er een gratis mag dus dat zou mooi zijn. Nou ik vind het wel genoeg zo, volgende week naar Peter en Wilma in de Villa aan het Poeldijkse pad en ik wens jullie een heel fijn weekend. Groetjes van Jan Z.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 25 november starten we om 10.00 uur bij Wilma

Verslag van Zaterdag 18 november 2023

Vandaag stond de wind in de goede richting, de Mariendijk. 14 Dames hebben zich bij de gastheer gemeld, reken hier de gastvrouw bij en zo liepen er 15 dames met Paul mee.

We liepen langs de sportvelden van Verburg, bij de Gantel de brug over en zo de nieuwe wijk door naar de Uithof hier een lusje gelopen en weer terug naar Honselersdijk. Onderweg hebben we oefeningen gedaan en werden we overvallen door een hagel/regen bui, deze was zo hard dat het zeer deed in je gezicht. Verder is het droog gebleven dus we hebben geboft, we hebben lekker gelopen.

Met een gemiddelde van 5,7 km zaten we met een goed gevoel aan de koffie en thee verzorgd door gastheer Jos.

Het was een kamer vol en zoveel gekakel dat het leek alsof de kippen uit het hok met ons mee naar binnen gelopen waren. Met het zonnetje in de kamer was het er goed vertoeven maar ja.... het werd tijd om te vertrekken.

Afgesproken is dat we as zaterdag aan het Poeldijksepad starten, tot dan.