

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 8 oktober starten we om 10 uur bij Antoinette

Verslag van zaterdag 1 oktober 2022

Het was even zoeken op welk nummer ik afgezet zou worden, daar liep de heer des huizes (met stokken) en hij wist het huisnummer. Iedereen had de buienradar in de gaten gehouden, wat echt niet nodig was. Het was prachtig weer! We hebben even gewacht op iemand die eerst zou fietsen maar toch de auto nam. De tijd die daarmee gewonnen werd, gauw nog een was draaien en vaatwasser aan.

Gestart met z'n negenen. Tijdens de warming-up dacht Ciska dat ze de stokken van Jan had meegenomen. Jos gebeld (Jan neemt toch niet op of heeft 'm niet mee). Maar beide hadden de goeie dus starten maar. We liepen rondje de bonte Haas en Makro. Bij beide geen twijfel, niet naar binnen! Onze coach had wel voor vers stromend water gezorgd! Lekker! Iets langer dan een uur gelopen, nog lang niet uitgekletst, gewoon verder bij de koffie en thee. Daarbij was een overheerlijke cake, gebakken door kleindochter (fijn die te hebben). Oma Mariëtte had er geen tijd voor, zij was met de ambulance wens naar de dierentuin in Emmen geweest. Dineke was ook bij de koffie aangeschoven, het gaat gelukkig beter met haar. Er komt géén doos meer in huis, ze slikt geen pil meer!!! Paul wist nog een goed boek voor haar, (lees het verslag van de mannen) zou ze zeker van opknappen. Cisca hoorde de titel en vroeg zich af of het niet door een verkeerde beweging in bed was geweest? Op vakantie een vreemd bed, je weet maar nooit!

Volgende week horen of zien we of Dineke het boek gelezen heeft . De bieb is voor haar bekend terrein. We starten volgende week in Den Hoorn het adres laat ik, net als Rinus, via de app weten. De heren starten woensdag hier. Ze zijn ons net vóór. Tot volgende week, groetjes Antoinette

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 12 oktober starten we om 20.00 uur bij Jan in Honselersdijk

Verslag van woensdag 5 oktober 2022

Ja hoor we mochten eindelijk komen kijken bij Rinus en Antoinet naar hun nieuwe appartement nadat alle puntjes op de i waren gezet, wel even zoeken in het donker naar Sionsland maar gelukkig reed Hasso voor ons en die wist de juiste route. En het is zeker een mooi appartement, met mooi uitzicht en een mooi ruim

balkon. We gingen natuurlijk met de trap dat blijft een uitdaging wat Rinus zelf ook doet en paar keer per dag, heel goed Rinus. Een leuk clubje mensen was gekomen en ook onze Andre die voor 5 weken naar Spanje was geweest om er een scheiding door te duwen van een familielid en dat is gelukt. Dus als je denkt over een scheiding bel Andre.

We gingen met 7 man hardlopen en er waren 2 stokkers, net buiten vielen de eerste spetters maar wachten was geen optie want het zouden maar een paar druppels zijn volgens de buienradar maar dat viel een beetje tegen, nog geen 10 min verder deden we allerlei oefeningen onder een viaduct met de hoop dat de regen zou verdwijnen, helaas was dat niet zo maar we moesten verder.

Paul probeerde een weg te vinden zodat we niet zo erg last hadden van de harde wind en dat scheelde wel, allerlei lantaarnpalen hebben we gebruikt voor versnellingen, soms op korte afstand van elkaar maar ook langere. Paul stimuleert ons wel goed om er voor te gaan en dat geeft wel heel veel voldoening na een paar pittige versnellingen. Na een ronde om de voetbalvelden en het park kwamen we weer in het centrum van Den Hoorn uit en gingen snel naar de koffie met lekkere koeken en wel weer via de trap. Daar zaten Jan en Andre al te wachten, zij hadden al koek op dus ze zaten er waarschijnlijk al even, hadden ook last van de regen gehad dus kort rondje gemaakt.

We hebben niet over Ajax gesproken, helemaal vergeten, maar wel over rust na een inspanning om je conditie op peil te houden, 2 keer 24 uur vond Paul te lang maar dat kan persoonlijk zijn maar gemiddeld zijn wij allemaal wel mensen die veel bewegen, Sjaak K. wandelt en fietst veel, Hasso loopt iedere dag met zijn hond, ook Andre en Peet, Rinus loopt trappen en tennist, Paul doet iedere dag wel wat, Sjaak E fietst en wandelt met zijn kleindochter, en ik zelf doe ook iedere dag wel wat, fitness, gymen, tennissen en privé dingetjes. Ja wij zijn allemaal goed bezig en daar mag je best trots op zijn.

Uiteindelijk gingen we weer met een tevreden gevoel naar huis, alleen Jan vd K bleef achter want die had nog nooit in een appartement geslapen en hij mocht een nachtje proberen tenminste daar leek het op want hij bleef zitten.

Volgende week zijn er een aantal op reis en Gerda word geopereerd dus zal het rustig zijn, het is bij mij aan de Emmesstraat in Honselersdijk.

Fijn weekend en leuke vakantie voor sommigen en groetjes van mij Jan Z.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 15 oktober starten we om 10 uur bij El in Naaldwijk

Verslag van zaterdag 8 oktober 2022

We zijn dit keer gestart in het mooie nieuwe appartement van Antoinette en Rinus in het Sionsland in Den Hoorn.

Via de app werden er afspraken gemaakt om met elkaar te fietsen naar deze voor ons nieuwe locatie. Ciska wist de route, aan haar hebben we ons vastgehouden (figuurlijk). Het werd een soort 'zwaan kleef aan' op diverse plekken stonden er dames klaar om met ons mee te fietsen. Uiteindelijk kwamen we met 9 personen aange fietst en een andere dame sloot zich ook aan, zij was met de auto gekomen.

We hebben een mooie route gelopen, via Den Hoorn en Delft weer terug naar Den Hoorn. we liepen oa langs schattige alpaca's waar een automaat staat met voer voor deze dieren, 50 eurocent er in en het voer komt er uit gelijk de kauwgomautomaat van vroeger.

Na een uurtje waren we weer terug, en hebben we een rondleiding gehad in het mooie appartement met een weids uitzicht.

Bij de koffie en thee kregen we heerlijke appelkrumeltaart van een recept uit het kookschrift van Antoinette, wat een geluk dat dit kookschrift niet verloren is gegaan tijdens de verhuizing.

De fotoboeken van ons weekend weg zijn ook uitgedeeld, wat heeft Antoinette dit weer leuk voor elkaar. Daarna was het tijd om op de fiets te stappen maar niet voordat er afgesproken is waar we as zaterdag starten. Dit keer was El de gelukkige, we starten dan aan het Koraal in Naaldwijk.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 19 oktober starten we om 20.00 uur bij Jan en Ciska in Wateringen

Verslag van woensdag 12 oktober 2022

Start was aan de Emmesstraat, was benieuwd hoeveel er kwamen, Peet en Wilma naar Cyprus, de Sjaaken naar Wenen, Andre corona klachten, Gerda geopereerd dus Paul? Hasso weet ik niet meer, Jos had een feest? Enzovoort. Maar daar kwam Rinus en Corne, Nico, Jan vd K, Rene en ja ook Paul had toestemming en ikzelf dus toch nog 7 man, geweldig.

Prachtig weer dus gaan als een banaan. En we gingen als een banaan, de eerste kilometers via de Ockenburglaan gingen in een record tempo, 5 min de kilometer, ja we waren snel in Kwintsheul en moesten wel even bijkomen. Hup de Lange

Watering op en daar deden we het vertrouwde patroon met de lantaarnpalen, 1 versneld en 1 rustig aan, zo konden we weer op adem komen.

Eerst was het idee om via de Zweth langs het oude huis van El te lopen maar dat was toch wel iets te ver. Via de Hooge Beer naar de Molenbroeklaan in een rustig tempo, precies 9 uur kwamen we weer op de basis aan gelijktijd met de stokkers. 9,5 km gelopen dus een mooie prestatie.

Jeanet had de koffie al klaar en bij het zien van de brokken speculaas kwam er bij iedereen een glimlach op het gezicht, ja heerlijk zo'n echte najaars koek wat eigenlijk voor het Sinterklaasfeest is maar daar geloven wij toch niet meer in.

Paul vertelde uitgebreid het verslag van de dag die om half acht begon in het ziekenhuis waarbij Gerda aan haar knie werd geopereerd om dat vervelende krammetje te verwijderen, hij was moeilijk te vinden omdat het krammetje zich had verplaatst maar ze hebben hem gevonden en verwijderd, als het goed is gaat de pijn weg en kan Gerda weer een normaal leven lijden.

Nico had nog een spannend verhaal over een Russische jongen man die niet gemobiliseerd wilde worden om te vechten in de oorlog en bescherming zocht onder de rok van een Non en dat werkte, ze hebben hem niet kunnen vinden. Die Non komt in de hemel zeiden wij maar het was achteraf ook een vluchteling ook een man maar verkleed als Non. Ja je doet er alles voor.

Ik zelf had slecht nieuws over onze burens die in 3 maanden 2 dochters zijn verloren, het leven kan hard zijn dus pluk de dag en geniet van het leven en wees lief voor elkaar.

Over lief zijn voor elkaar gesproken, we hoorde dat onze lieve El ja onze El van de hardloop site ook weer een beetje gelukkig is in de liefde en dat maakt ons ook weer heel blij, fijn El echt geweldig. Nou we weten weer wat, mooie dingen, minder mooie dingen, het leven is kort dus maak er wat van. Volgende week bij Jan en Cis aan de Bovendijk groetjes van mij Jan Z.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 22 oktober starten we om 10 uur bij Clarisse

Verslag van zaterdag 15 oktober 2022

Met de fiets of auto naar Naaldwijk om te wandelen Buienradar in Wateringen regen om kwart voor 11 in Naaldwijk blijft het droog volgens El dus wij zwaan kleef aan via Kwintsheul op de fiets naar Naaldwijk. Bij El vandaan met zijn tieners om 10 uur droog gestart Wij zijn met zijn viertjes de richting de Poel

gewandeld Op de terugweg ja hoor de eerste grote druppels Capuchon op en flink doorlopen Gelukkig liepen we niet tegen de wind in maar de druppels werden gelukkig ook al snel minder groot daardoor waren we niet heel erg nat toen we gelijk met de andere 7 wandelaars terug waren.

We werden gastvrij ontvangen door Cees die de koffie al klaar had staan. Toch wel handig zo'n goeie hulp voor El als we met zoveel zijn dus zaten we dankzij Cees al heel snel aan de koffie /thee met heerlijke vlaai. Ja El als je je vriend aan ons wilt voorstellen is dat wel een feestje hoor ;-)) Eindelijk weer een maatje om mee te lachen en gezellige dingen mee te doe. Cees werd wel gelijk uitgehoord door ons van welke muziek hij houdt en of hij net zo handig is als El met de telefoon en computer maar nee hoor El zei dat Cees weer heel handig is met schroeven in draaien dus zo kunnen ze nog heel veel van elkaar leren. Leuk hoor El Cees is goedgekeurd door de vereniging van huisvrouwen we gunnen jou samen met Cees nog veel plezier en gezelligheid.

Paul ging al snel naar huis want hij had nog een verjaardag, Eline vierde haar 30 ste verjaardag ja kleine meisjes worden snel groot. En Margret vertelde al een keer eerder dat Ivette zwanger is en dat zij dan ook oma word leuke vooruitzichten zijn dat ook dat het goed gaat met Way Cliff en hij een huis heeft. Dineke heeft laten weten dat de fysio ook aanslaat voor haar en zo vliegt de zaterdagochtend weer snel voorbij. Wat we binnen niet in de gaten hadden was dat het buiten erg nat was daar zijn we op de terugweg op de fiets wel achter gekomen. Drijfnat waren we El met in Naaldwijk blijft het droog volgens buienradar El je had vast je roze bril op. En zo is het nooit saai. as Zaterdag starten we om 10 uur bij Clarisse. Dinsdag hoorde ik van Paul dat het met Gerda ook goed gaat Ze hadden samen 18km een stukje gefietst, fijn Gerda dat het zo goed gaat.

Verslag van de gastvrouw van deze dag:

Wel of geen regen rond het Koraal? In Wateringen gaf de app aan dat het tussen 10 en 11 uur niet droog zou blijven, in Kwintsheul gaf de app aan dat we halverwege onze loop nat zouden worden en de app in Naaldwijk gaf aan dat het zwaarbewolkt zou zijn maar we wel droog zou blijven!? Aangezien deze dames geen mietjes zijn hebben zij besloten om op de fiets naar Naaldwijk te komen. We zijn gestart met 9 dames en 1 heer, de overige dames waren aan het oppassen of op vakantie gaven zij via de app aan. Jammer voor hen, zij hebben een heerlijke loop (en nazit) gemist ;-)).

We hebben een lekker rondje gelopen, toen we op het kruispunt stonden van de Plas van alle Winden/Rijnburgerweg en onze neuzen al richting Plas van alle

Winden stonden besliste Paul anders... we sloegen rechtsaf en liepen een stukje Rijnburgerweg af en daarna hoek om en zijn we de Baakwoning af gelopen. Bij Boerengoed zijn we even gestopt, enkele van ons zijn er even naar binnen gestapt maar kwamen met lege handen er weer vandaan. Jammer voor de medewerkers van Boerengoed; aan ons hebben ze niets kunnen verdienen.

Na dit uitstapje zijn we linea recta naar het Koraal gelopen. Op het routekaartje staat te lezen dat we in 59 minuten bijna 6 km. gelopen hebben en 267 kcal verbrand hebben. we mogen best een beetje trots zijn op onszelf.

Na een voorstelrondje aan de kersverse gastheer van vandaag duizelde het voor zijn ogen.

Zoveel dames en evenzoveel namen, dit gaat ie niet onthouden maar dit komt in de loop der tijd vast goed ;-))

Koffie en thee schenken ging Cees in elk geval goed af, de vlaaien met slagroom smaakten ook prima, hij is als gastheer geslaagd en met het eerstvolgend feestje gaan we zien of het wel of niet een feestganger is.

Clarisse heeft aangegeven dat we bij haar mogen starten dus we zien elkaar as zaterdag in Wateringen.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 26 oktober starten we om 20.00 uur bij Sjaak en Lizette

Verslag van woensdag 19 oktober 2022

We gingen naar Jan en Ciska vanavond, blijft apart om die Bovendijk af te rijden zeker in het donker, je moet goed kijken waar de dam ligt, dat er nog niemand naast gereden is blijft een wonder.

Er waren 4 stokkers en 4 hardlopers, onze trainer was er niet dus we maakte er een duurloop van in een rustig tempo zodat we gezellig bijelkaar konden lopen. Er stond een frisse wind en dat was in het begin in de korte broek een beetje koud. We liepen de Bovendijk af richting de Kinderboerderij waar we wat rekte en strekte. Daarna kozen we er voor om verlicht te lopen en gingen via de Winston Churchillaan rechtsaf naar Eikelenburg. Als maar recht door tot aan de Zweth via het tunneltje naar de Bonte Haas, daar stonden wel honderd auto's links en rechts van de weg en we wisten niet precies wat er aan de hand was, achteraf hoorden we van Ciska dat het condoleren was voor de vrouw van een bekende bloemist uit Wateringen. Wel fijn dat ze zoveel steun krijgen voor hun verdriet. Wij liepen voorzichtig tussen de auto's door het viaduct over en hadden bij aankomst van het industrieterrein nog 15 minuten over en besloten we om richting Hornbach te gaan zodat we precies om 9 uur weer bij Ciska waren en met ruim 8 km op de teller en dat is gewoon goed. De stokkers waren er al en ik

had al snel gezien dat Ciska ook van die lekkere speculaasstukken in het trommeltje had liggen dus ik was al blij.

De Sjaaken vertelde over hun reis naar Wenen wat heel leuk was, en Andre gaat eerdaags naar Cyprus voor een spotprijs, eerst zien dan geloven. Ook de energie prijzen werden besproken met onderandere de 2 x €190,00 die we krijgen wat toch wel een mooi gebaar is van onze regering. Eigenlijk zouden we het wel willen schenken aan mensen die het echt nodig hebben maar hoe weet je wie het arm heeft, want dat blijft moeilijk, wat is arm. Als je de verhalen hoort over de voedselbank komt het ook wel eens ontevreden over, want sommigen stellen best hoge eisen terwijl je het gratis krijgt. Hasso vertelde dat hij van €95,00 per maand naar €500,00 ging voor zijn energie en dat is veel, dus misschien moeten we het maar aan hem schenken. Maar voorlopig blijft het tussen de 15 en 20 graden dus de kachel kan nog wel even uitblijven en een vest of trui aan en wat dichter bijelkaar zitten en gewoon eerder naar bed, wat ook helpt is een neut dat deden de mensen vroeger ook, niet te veel want dan krijg je weer een bijnaam, ik kon er ook een vroeger die hete Peet Neut, nou dat wil je ook niet. Was niet onze Peter hoor want dat houdt Wilma wel in de gaten. Volgende week gaan we naar Monster naar Sjaak en Lizette en ik hoorde net dat het wel 22 graden kan worden dus kom gerust in korte broek. Fijn weekend allemaal, groetjes van mij Jan Z.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 29 oktober starten we om 10 uur bij Margret

Verslag van zaterdag 22 oktober 2022

Vanochtend zijn we op de grens van Wateringen en Den Haag gestart.

Met 9 dames en 1 heer liepen we langs allerlei sportapparaten, Paul heeft deze links laten liggen (staan). We zijn langs de Strijp naar de Noordweg gelopen, verder langs het fietspad liepen we richting Rijswijk. Daarna rechtsaf liepen we een woonwijk in met best veel groen en kleine watertjes.

Dus van het grensgebied liepen we stukje in Den Haag en Rijswijk en weer terug richting Wateringen.

De koffie is dit keer verzorgd door de hoogzwangere dochter van Hans en Clarisse, binnen zeer korte tijd zal familie van de Zanden uitgebreid worden met nog een kleinkind.

Bij de koffie kregen we een heerlijk stuk door de gastvrouw gebakken worteltaart. De taart is niet met boter gebakken maar met zonnebloemolie is er verteld. En de kruiden die gebruikt zijn waren kennelijk ook niet doorsnee want

er werd aan het kruidenpotje gesnuffeld en is besproken. Ik heb de naam van deze kruiden niet meegekregen maar het recept van deze taart is op te vragen bij Clarisse. Een mini bibliotheek lag uitgespreid over de grond, boeken voor elk wat wils, deze boeken mochten we mee naar huis nemen. Na al dit fijns en lekkers werd het weer tijd om op de fiets te stappen. Afgesproken is dat we as zaterdag starten in Honselersdijk, tot dan.

Hallo Woensdagavondlopers,

Woensdag 2 november starten we om 20.00 uur bij Paul

Verslag van woensdag 26 oktober 2022

Monster was de startlocatie bij Sjaak en Lizette, heel veel afzeggingen, corona, of verschijnselen daarvan, Rinus was te ver weg, Nico had al gelopen de dag ervoor met zijn echte vrienden, Jan en Jos weet ik niet, Andre zijn vrouw had ook corona de Spaanse versie. Rene dacht ja dan loop ik alleen zeker in deze tijd met al die enge Halloween figuren op straat dus die bleef ook thuis. Ja dan blijven er niet veel over maar gelukkig waren er toch nog 5, de Sjaaken, Hasso, en Peet (neut) was ook weer terug en ikzelf.

Natuurlijk gingen we naar het strand, het was zulk lekker weer. Richting Terheijde werd het wel heel erg donker, Alle lantaarnpalen waren uit, je zag helemaal niets maar we hoorden wel een fanfare, eenmaal in Terheijde zagen we wat er aan de hand was, Heloween, wel honderd kinderen liepen met hun Heloween kleding en lichtjes achter de fanfare aan, maar wij moesten er wel even langs, en wij hadden ook lichtjes dus dat viel helemaal niet op, Sjaak K kreeg zelfs een compliment met zijn groene stripes. Even rekken bij de reddingsbrigade en toen de duin over het donker in, ja pikke donker. Eerst liepen we richting Gravenzande voor ongeveer 25 minutes, het was zwaar lopen tegen wind en het was net hoog water geweest dus hier en daar water. De skyline was wel fantastisch met alle lichtjes van de Maasvlakte. Na 25 minuten weer terug voor de wind maar het was zo donker dat echt moest opletten waar je liep. En maar turen naar de duinrand, waar is die afslag nou je zag niks, de strandtenten waren weg dus was moeilijk, uiteindelijk gevonden en ik was blij weer op de straat te lopen.

Eenmaal thuis ging de tv aan voor Ajax en waren er weinig verhalen alleen maar over voetbal, wel had Sjaak gezorgd voor de lekkere notekoeken en Cake. Dus weinig anekdotes en nieuws, wel vertelde Peet dat hij een fijne vakantie had gehad. Volgende week starten we bij Hasso?? Hij zou het even overleggen met Juliana, als het anders is horen jullie het nog wel. Iedereen die ziek is heel veel

beterschap en voor de rest een fijn weekend met hoge temperaturen en dat is toch wel een kadootje. Groetjes van Jan Z.

Hallo Zaterdagochtend Wandelaars,

Zaterdag 5 november starten we om 10 uur bij Ciska vd Kn.

Verslag van zaterdag 29 oktober 2022

Zaterdag waren we met 10 vrouw sterk! Margret had al laten weten dat de achterdeur open was, dus een deel van de fietsen kon in de tuin gestald worden. Paul gaf door dat ze samen genoten van een weekendje Grou in Friesland, groot gelijk om te genieten met dit mooie weer! Bij Margret en Ton was het mooi "gerestyled" nieuwe meubels behang en vloer, het zag er prachtig uit. Maar eerst moesten we nog lopen. We zijn in verschillende groepjes uiteen gevallen, wij liepen een rondje Wollebrand! Het tempo zat er goed in en omdat de temperatuur heerlijk was, gingen de vesten en truien al heel snel uit.

Uit de gesprekken onderweg was het wel duidelijk dat velen van het mooie weer genoten hadden met fiets- en wandeltochten. Ook de vraag of je nu wel of niet de prikken zou halen kwam aan de orde. Marian was flink ziek geweest van de pneumokokken prik, hopelijk is ze weer opgeknapt! En omdat er veel in dezelfde leeftijdscategorie zitten was de oproep bij velen op de mat gevallen, wat doe jij?? Na afloop lekkere cake met abrikozen en extra appel bij de koffie, dus dat ging er goed in! Na nog wat gezellig geklets gingen we weer op de fiets, tot volgende week bij Ciska aan de Bovendijk. O ja, ik vergeet nog wat, tijdens de koffie werd ook de wc borstel nog even getoond! Geen idee waar dat over ging, maar het was een hele handige aanwinst!!👍😄