

REPORTAGE Wandelstokken, bloemen en glazen wijn: Wandel4daagse Alkmaar is weer van start 'Als je niks doet, roest je vast'

Op het Alkmaarse Canadaplein verzamelt zich een bonte stoet mensen. De een draagt een spijkerbroek, de ander een ANWB-afritsbroek. Aan hun voeten bergschoenen of sportschoenen; een enkel paar Birkenstocks met vrolijk gelakte teennagels. Eén ding hebben ze gemeen: ze staan te popelen om te wandelen.

Jana Flekken
jana.flekken@mediahuis.nl



Zussen Carin van Tricht en Nelleke Nieuwland uit Heiloo.



Jan de Boer en Jack van Brederode uit Zaandam.

Alkmaar ■ Anja de Haay (73) en Loes van Zandvoort (71) zijn speciaal uit Breda gekomen voor de Wandel4daagse. De Brabantse vriendinnen springen meteen in het oog door hun vrolijke, kanariegele outfits. Het blijkt het uniform van wandelsportvereniging WIEGO - Wandelen Is Een Gezonde Ontspanning. Beide dames hebben zin om de 15 kilometer te trotseren: „We kunnen niet wachten tot het half tien is.” Dat De Haay morgen 74 wordt, hield haar niet tegen. „Mijn familie vindt het jammer dat ik niet thuis ben om het te vieren, maar ik heb hier een heel groot feest!” Voor De Haay is wandelen een belangrijk onderdeel in haar leven. „Iedereen kan het, het kost niks en het is gezond. Als je niks doet, roest je vast, net als machines die niet gebruikt worden. We moeten in beweging blijven.”

Een wijntje onderweg

Woensdagochtend werd de zeventiende editie van Wandel4daagse Alkmaar feestelijk afgetrapt voor de Grote Kerk. Met afstanden tussen de 10 en 40 kilometer is er voor iedere wandelaars wat wils. Alle vier de dagen worden afgesloten met een vrij toegankelijk feest, met woensdag als thema: Flower Power.

Dat lieten Carin van Tricht (65) en Nelleke Nieuwland (70) zich geen twee keer zeggen. De zussen uit Heiloo versierden hun tassen uitbundig met bloemen. Voor Nieuwland is het een bijzondere dag: ze is vijftig jaar getrouwd. „Eigenlijk zou ik thuis moeten



De versierde tassen van Carin van Tricht en Nelleke Nieuwland.

zitten,” lacht ze. „Maar ik kon niet thuisblijven, het is hier veels te gezellig.”

Ze lopen wel vaker samen wandelingen van sportorganisatie Le Champignon, zoals de Amsterdam City Walk. „Maar,” beweert Van Tricht, „De Alkmaarse is echt een feestje.” Dat ze dit jaar voor de vijftiende keer meeloopt, wijt ze vooral aan de gezellige sfeer. Dat blijkt ook uit de zelfgemaakte

shirts die de twee zussen dragen. Op de voorkant prijkt een print van twee glazen wijn met de tekst: 'Is dit de laatste?'

„Wij zijn gezellige wandelaars,” biecht Van Tricht op. „We nemen iedere dag een wijntje onderweg. Zometeen eerst ergens koffie met gebak, en dan later bitterballen met een wijntje. Het moet wel leuk blijven natuurlijk.”

Even verderop wachten twee



Anja de Haay en Loes van Zandvoort uit Breda

FOTO'S JIFOTO.NL / JAN JONG

heren ook op het startsein, de wandelstokken in de aanslag. Jack van Brederode (67) uit Zaandam loopt voor de tiende keer mee. Hij wijst naar Jan de Boer (76), die naast hem staat. „Ik zocht een wandelmaatje, en hij trapte erin!” De twee kennen elkaar van vrijwilligerswerk bij atletiekvereniging Zaanland. Voor De Boer is het de eerste keer dat hij meedoet. „Maar,” stelt Van Brederode gerust,

„We hebben al een paar keer de Dam tot Dam gelopen samen. Dus dit komt vast ook goed. En Jan heeft veel humor, we raken niet snel uitgepraat.” De Boer reageert droogjes: „Hij niet, nee.”

Om half tien is het zover: de groep die 10 of 15 kilometer gaat lopen, mag vertrekken. Uitbundig wordt er afgeteld, het gespannen lint wordt weggehaald en ze zijn vertrokken.

Alkmaarse familie Slechtvalk is weer compleet

Connie Vertegaal

vAlkmaar ■ Familie Slechtvalk in Alkmaar is herenigd. Beide jongen zijn opgelapt en aangesterkt in de wildopvang van Krommenie. Nadat zus slechtvalk vorige week al terug kwam naar Alkmaar, kreeg afgelopen weekend ook haar broer weer de vrijheid. Nu zijn ze bezig met hun vliegtrainingen.

Zus slechtvalk had een zwelling in haar vleugel en werd op Hemelvaart door de brandweer van een rinkel van het stadhuis gehaald. Haar broer werd ernstig vermagerd in een

park gevonden. Alkmaarse vogelaars dachten dat broer van een ander nest moest komen, maar dat is toch echt onmogelijk.

Alkmaarder Jeroen van Wetten heeft ook dit tweede jong samen met roofvogelexpert Marc van Bakel teruggebracht naar Alkmaar.

Hij zegt: „Ook dit is wel een Alkmaars jong. We zijn op het verkeerde been gezet door de datum die de wildopvang noemde waarop hij was binnengebracht.. Die kan niet kloppen, want toen was dat jong nog niet uitgevlogen.”

Of het nu goed blijft gaan is af-

wachten. Van Wetten: „Het blijft de natuur. Broer slechtvalk was de zwakkere in het nest. Het kan zelfs

Vlieglessen vanaf de kerk en de telekranen bij Ringers

gebeuren dat het zwakste jong wordt opgegeten door zijn broers of zussen. Slechtvalken hebben nu

eenmaal geen koelkast bij hun nest en als er dagen zijn waarop de ouders geen prooien aanvoeren, zouden ze anders niet overleven.” Van Wetten blijft de slechtvalken in de gaten houden. „Het lijkt goed te gaan. De ouders zijn nog in de buurt en de jongen krijgen vlieglessen. Ik zie ze af en toe bij de kerk, maar ze zitten ook bij de grote kranen van de appartementengebouwen van Ringers.”

Broer slechtvalk is aangesterkt bij de wildopvang van Krommenie.

FOTO DIERENBESCHERMING

