

S
P
A
C
E
R
I
J
E
N

Spacerijen

Clubblad van badmintonvereniging 'Space Shuttle'

Beste Space Shuttelaars,

De maatschappij verhardt. Nu denkt u misschien: "Wat een vreemde openingszin in dit jaargetijde van feest en vrede op aarde"; persoonlijk vind ik de zin 'Beste Space Shuttelaars' nog veel vreemder. Maar aangezien ik deze opening ook al in de vorige editie had gebruikt en niemand daar iets op aan te merken had, ga ik daar gewoon vrolijk mee door.

Zoals ik al zei, de maatschappij verhardt en dit is op vele terreinen terug te zien, ook binnen de sportwereld; Supporters van eredivisie clubs ontmoeten elkaar na voetbalwedstrijden om Ajax-Feyenoord nog eens dunnetjes over te doen maar dan met boksbeugels en honkbalknuppels; Terwijl handballende kleuters worstelen met hun eigen onderontwikkelde motoriek om de bal naar hun teamgenootjes te gooien in plaats van naar de tegenstanders staan hun ouders elkaar vanaf de zijlijn naar het leven; Jonge talentjes worden gedrield en gehersenspoeld om in een zo kort mogelijke tijd zo veel mogelijk geld voor zichzelf en voor hun familie bij elkaar te tennissen.

Maar er is een lichtpuntje! En dan bedoel ik niet de geld- en energieverslindende verlichting die een bijkomstigheid is van de gezellige decembermaand en je 's nachts uit je slaap houdt omdat je buurman zonodig al zijn coniferen op wil leuken, ik doel op het eenzame kleine lichtpuntje in een steeds egoïstischer en intolerantere maatschappij: *Badminton!*

De enige sport waar men nog vriendelijk en beleefd is tegen elkaar. Waar tegenstanders na afloop met elkaar proosten op een al dan niet goed gespeelde wedstrijd. Waar men nog kan vertrouwen op elkaars eerlijkheid en

beoordelingsvermogen (ik ben bereid om over deze laatste stelling in discussie te gaan). Ja, in deze tijd van wegvallende normen en waarden is het badmintonveld nog een veilige haven van respect en waardering.

Maar om dit nu en in de toekomst te kunnen blijven waarborgen hebben we regels nodig, regels die veilig stellen dat niet de sores van velen op de schouders van enkelen vallen en de harmonie binnen de vereniging verdwijnt. Daarom staat verderop in deze Spacerijen een kort stukje van onze technische commissie met enige richtlijnen omtrent competitie en clubkampioenschappen.



Wat ook in deze Spacerijen staat, is een stukje over het afgelopen Sinterklaastoernooi, welke weer met veel liefde is georganiseerd door onze jeugdcommissie die eigenlijk geen jeugdcommissie is, en daarom volstrekt anoniem wenst te blijven (Volgt u het nog? Maakt u zich geen zorgen, dat ligt niet aan u).

En nu we het toch over feestdagen hebben, Kerst en Nieuwjaar liggen weer voor de deur en traditioneel sluit de Scheg dan zijn deuren tijdens de twee weken van de kerstvakantie om de vloer weer eens goed in de was te zetten, zodat we weer half verblind van een prachtig glimmende vloer het nieuwe jaar in kunnen luiden.

Sporthal de Kegel is daarentegen gewoon open op woensdagavond, dus iedereen is welkom. We spelen daar op vier banen van 19.00 tot 20.00 uur en op acht banen van 20.00 tot 21.00 uur dus zeker het laatste uur is er ruim voldoende speelgelegenheid.

Tevens beschikt de Kegel over een uitstekende en rond deze tijd altijd mooi versierde kantine, dus ook na 21.00 uur is het nog steeds goed vertoeven.

Training

Veel positieve geluiden over Peter van Diepen, onze nieuwe trainer die het stokje heeft

Uitgave december 2009, nummer 38

overgenomen van Hans de Fretes. Peter traint op woensdagavond de competitiespelers en enkele enthousiaste recreanten van 19.00 tot 20.30 uur in de Kegel. Een negatief punt is er helaas ook, er zijn te weinig spelers om te trainen! Peter is een ervaren trainer en kan meerdere mensen tegelijk dan dat er nu op de training verschijnen iets bijbrengen, maak daar gebruik van!

Waar het nooit rustig op de training is, is van 18.00 tot 19.30 uur op maandagavond in de Scheg, waar een enthousiast team van vrijwilligers onder de bezielende leiding van Hans de Fretes probeert om een eskader losgeslagen kinderen de beginselen van het badminton bij te brengen. Hierbij een woord van dank aan alle leden en ouders die volstrekt belangeloos iedere maandagavond weer de slopende warming up van Hans moeten doorstaan.

Toernooi en clubkampioenschappen

Schrijf het in de agenda! 4 januari organiseert onze technische commissie wederom een geweldig Nieuwjaarstoernooi met mooi gekleurde speelschema's en een gezellige borrel achteraf, dus kom die avond op tijd en deel mee in de feestvreugde!

Over mooi gekleurde speelschema's gesproken, na de afsluiting van de competitie zullen er weer clubkampioenschappen plaatsvinden, maar zoals gezegd meer daarover in het stukje van de technische commissie verderop in deze Spacerijen.

Competitie

Wat hebben ze het zwaar! Te midden van ervaren badmintonzwaargewichten moet ons fonkelnieuwe jeugdteam de hoofdjes boven water zien te houden. Maar ze hebben al uittentreuren van alle ouders, begeleiders, trainers en zelfs tegenstanders moeten aanhoren dat alle begin moeilijk is en dat iedereen ergens moet beginnen, dus als ze dat kunnen doorstaan kunnen ze dat competitiejaar ook nog wel volbrengen. Dus wederom een oproep aan iedereen: kom bij thuiswedstrijden naar de Scheg en moedig ze aan! En juich dan gelijk onze overige teams ook nog even toe; met name het eerste en tweede team hebben het door uitvallende dames zeker niet makkelijk.

Dank

Tot slot nog een woord van dank aan alle vrijwilligers en natuurlijk de sponsors: Alka keukens, F.B. Payralbe loodgieters en Scamander Solutions.

Wist u trouwens dat als je het woord 'shuttelaar' intikt in je tekstverwerker de spellingcontrole als alternatief 'stuntelaar' ophoest? Ik heb tot nu toe altijd nog de verleiding weerstaan en telkens de optie 'negeren' aangeklikt...

Iedereen bijzonder fijne kerstdagen en een heel gelukkig Nieuwjaar toegewenst!

Eric Loogman
Voorzitter





**BC Space Shuttle
begint 2010
spetterend en sportief!**

**Nieuwjaarstoernooi
maandag 4 januari**

MIXTEAM 1

**S
P
A
C
E
R
I
J
E
N**

Zoals onderhand iedereen wel weet, hebben we maar 3 vaste spelers in ons team omdat Ria een rugblessure heeft en het hele seizoen uitgeschakeld is. En dat zonder ook maar 1 wedstrijd gespeeld te hebben. Zeer vervelend natuurlijk en we wensen haar een goed en spoedig herstel toe. Helaas betekent dit voor ons dat we elke wedstrijd een invalster nodig hebben. Dit heeft de afgelopen maanden tot veel gedoe en ergernis geleid, maar het is uiteindelijk toch gelukt om voor elke wedstrijd iemand te regelen. We hopen volgend jaar op meer vastigheid want met de situatie van dit jaar zijn wij niet zo blij.

Al dit gedoe heeft schijnbaar geen invloed op ons spel, want desondanks staan we al sinds speelweek 1 op de eerste plaats. Gaat mixteam 1 kampioen worden? Zou kunnen, maar we zullen nog flink aan de bak moeten omdat het allemaal nog dicht bij elkaar zit.

Maar als Alexander prachtige ballen blijft slaan zoals afgelopen Sinterklaasweekend, heb ik er alle vertrouwen in. Hij noemde het zelf een achterwaartse voorhand. Maar hoe je het ook noemt, het was echt een 'daarom-vind-ik-badminton-zo-leuk' moment. Iedereen kent het wel, je staat aan het net en de shuttle wordt over je heen gespeeld. Eigenlijk kan je hem onmogelijk terugslaan maar meneer Alexander kreeg hem strak cross over het net heen met zijn achterwaartse voorhand en won daarmee het punt.

Waar Alexander je op het puntje van je stoel, of in dit geval het randje van de bank, laat zitten door zijn prachtige spel, doet Anne dat door wedstrijden vaak onnodig spannend te maken. Te vergelijken met een diesel, als ze eenmaal op gang is dan is er geen houden meer aan. Maar met een patent op 3-setters wint ze toch nagenoeg alle partijen en kunnen we weer rustig onderuit zakken.

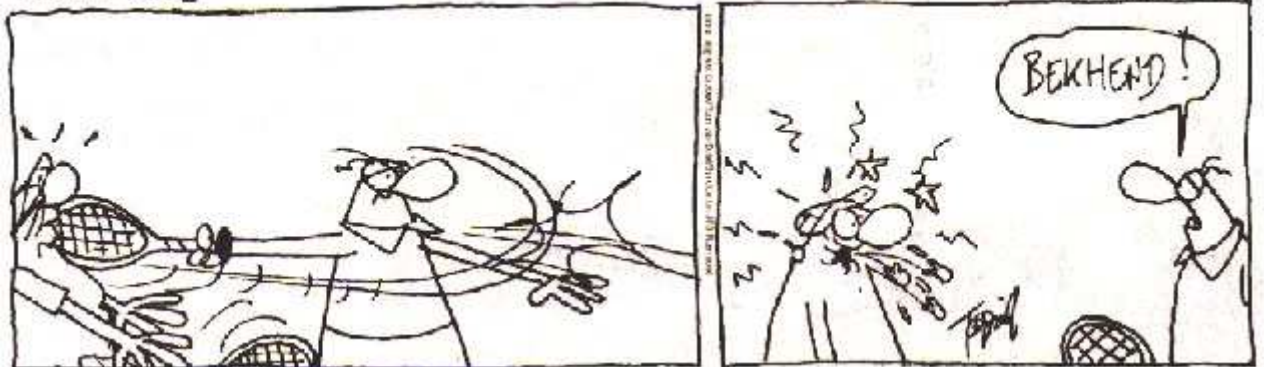
Als de wind ook gunstig staat voor mij kan het niet anders dan dat er een goede score op het bord verschijnt. Waar men de afgelopen seizoenen constant alert moest zijn voor rondvliegende rackets als het bij mij even niet liep, lijkt ik dat dit seizoen afgeleerd te hebben. Eindelijk heb ik door dat je zonder racket het de tegenstander wel erg makkelijk maakt.

Nu het einde van het seizoen in zicht is kunnen wij wat extra support goed gebruiken. Ik hoop dat je ons niet teleurstelt en een keer komt kijken bij een of meer van de laatste paar wedstrijden. Rest mij nog alle invallers en natuurlijk Henny te bedanken voor hun inzet!

Namens mixteam 1,
Edwin Schootemeijer

Tikkie trug

door Toon van Driel



MIXTEAM 2

We zijn al weer over de helft van het competitie seizoen, de eerste returns zitten erop. Ook team 2 kampt helaas af en toe met zieken, geblesseerden of vakantiegangers. Maar ook wij zijn erg blij met invallers. Bedankt!

Kampioen gaan we niet meer worden dit jaar en voor een degradatie hoeven we ook niet bang te zijn. Kortom, we zullen ons begeven in de 'middenmoot', op het ogenblik de nummer 5. Maar je weet het niet, er kan nog van alles gebeuren, dat zagen we toen Volant de nummer 1 heeft afgedroogd. Zondag 13 december hebben we gelijk gespeeld tegen Weesp, dat biedt perspectief! Als we de teams onder ons ook daar kunnen houden in de returns, wie weet kunnen we de top 3 nog bereiken!

Er zit nog steeds progressie in ons spel, zeker wat betreft de mix. Voordeel van ons team is dat we heel flexibel zijn en alle combinaties in mix-opstelling goed uitpakken. Handig!

Maar hoe gaat het er eigenlijk tijdens en na de wedstrijden aan toe, vraagt u zich af. Natuurlijk zijn we in het spel gebrand om te winnen, maar er wordt ook heel wat afgelachen, hoor. Als je als tegenstander in een roze trainingspak loopt, tja, dan kun je een opmerking van Edwin ontvangen als "zeg roze panter, heb je nog een shuttle?". Zelfs op de vroege zondagochtend is er altijd een lolletje, hoewel de meesten van ons pas op gang komen na een bakkie koffie. En stel je voor dat we om half 10 in de sporthal aankomen en de kantine is dicht! Nou, neem voor de zekerheid maar een thermosfles mee...

Om nu te zeggen dat je van al dat trainen en wedstrijden spelen afvalt, nee hoor. Bij de meeste teams is het na de wedstrijd erg gezellig en worden er schalen met bittergarnituur aangesleept. Wel lekker natuurlijk! Bij VSCA was de kantine gesloten, maar het team had voor een natje en een droogje gezorgd; fris, bier, koek en M&M's (viel het op dat ik bijna die hele zak heb leeggegeten?).

Ook tijdens de wedstrijd komen er hele wintervoorraden tevoorschijn; zakken brood, snijkoek, appels, mandarijnen en lollies, zelfs een snicker die ruim over de datum is (hoe krijgt iemand het voor elkaar zou je denken) wordt naar binnen gewerkt. Flesje energydrink erachteraan en aan de bak!

Op zondag 10 januari en zaterdag 23 januari spelen alle teams thuis en aanmoedigingen kunnen we altijd gebruiken! ☺ Zien we je dan?

Groeten,

Namens team 2,
Sandra Mast

Sport en eten

Het lichaam bestaat voor ongeveer 60% uit water; het hoofdbestanddeel van bloed en ander lichaamsvocht. Het is een transportmiddel voor voedingsstoffen en afvalstoffen, maar zorgt ook voor de temperatuurregulatie van het lichaam. Voor goede sportprestaties moet de vochtbalans zowel voor, tijdens, als na het sporten in evenwicht worden gehouden.

Blijven drinken is essentieel

Tijdens het sporten produceert het lichaam meer warmte. Om te voorkomen dat de lichaamstemperatuur daardoor te veel stijgt, verdampt het lichaam extra vocht door te transpireren. Door de lichamelijke activiteit versnelt ook de stofwisseling. De extra afvalstoffen die daardoor ontstaan verlaten het lichaam via de urine. Ook hiervoor is extra vocht nodig. Al bij een vochtverlies van 1% van het lichaamsgewicht wordt de stofwisseling negatief beïnvloed en verminderen de prestaties. Als het lichaam behoefte heeft aan vocht, ontstaat een dorstgevoel. Dit ontstaat echter pas bij een vochtverlies van 2%. Bij het sporten is het daarom belangrijk te drinken voor dat een dorstgevoel ontstaat. Bij duurstressingen van een uur of langer is één liter vocht per uur aan te raden, zeker bij warm weer.

Water en sportdrankjes

Water is een goede dorstlesser die snel door het lichaam wordt opgenomen. Ook zijn er zgn isotone en hypotone dorstlessers. Bij isotone drankjes is de concentratie van suikers en zouten (osmotische waarde) van de drank hetzelfde als die van het bloed, waardoor de drank snel in het bloed wordt opgenomen. Hoewel die concentratie bij hypotoon vocht juist lager is, wordt ook hierbij het water snel opgenomen. Het lichaam neemt gewoon water echter net zo snel op. Voor het vocht zijn deze speciale sportdranken daarom niet nodig. Wel leveren ze energie door de koolhydraten die ze bevatten. Energiedranken (hypertone dranken) bevatten relatief veel suikers waardoor ze niet geschikt zijn als dorstlessers.

**S
P
A
C
E
S
H
U
T
T
L
E
H
E
R
E
N
T
E
A
M**

HERENTEAM

Space Shuttle herenteam wint verrassend van Uvo Spirit Amsterdam

Waar de eerste ontmoeting tussen Uvo Spirit H1 en Space Shuttle H1 eerder dit seizoen in een gelijkspel eindigde, was de wedstrijd maandag volledig voor de Uithoornars.

Amsterdam - Het heren team van Space Shuttle uit Uithoorn heeft afgelopen maandag verrassend gewonnen van Uvo Spirit uit Amsterdam. De badmintonwedstrijd eindigde in de sporthal Elzenhagen in 2-6.

In een eerder treffen dit seizoen speelden de ploegen in de Scheg gelijk, 4-4. Voorafgaand aan de ontmoeting in Uithoorn was Uvo Spirit favoriet. De Amsterdammers stonden derde, de Uithoornars eerste.

De eerste twee dubbels eindigden meteen al in het voordeel van de Uithoornars.

Ook bij de singles was Space Shuttle de bovenliggende partij.

Jimmy Ji speelde tegen Rian de Wit (Uvo) een spannende partij die in drie sets uitgespeeld werd, waarbij Riane nipt won met 24-22.

Marius Liesdek (Uvo) en Mark Spijker speelden een enerverende eerste set, Mark verloor met 21-19 21-14. Henny Sahetapy wist Alex Groen (Uvo) vrij eenvoudig te winnen.

Theo Binkhorst (Uvo) en invaller Edwin Melein waren in twee sets klaar.

De laatste twee dubbels werden door beide teams aangegrepen om maximaal rendement uit de wedstrijd te halen. Het lukte het duo Jimmy en Henny tegen Marius/Theo (Uvo) in twee sets van te winnen. Mark en Cees Rijnevelt speelden briljant tegen Riane en Alex (Uvo) en wonnen.

Een 6-2 overwinning voor de heren van Space Shuttle. Door deze uitslag komt Space Shuttle met slechts acht punt verschil onder de heren van Uvo Spirit te staan. En misschien worden ze kampioen en gaan promoveren naar de 2^e klasse.

Teamcaptain herenteam

Henny



Het vastleggen van bedrijfsgegevens is eenvoudig. Het ontsluiten van deze gegevens daarentegen kost veel meer tijd en moeite.

Is dit nodig? Nee. Kan iemand u hierbij helpen? Jazeker. Scamander Solutions!

Wij ontsluiten uw bedrijfsgegevens accuraat en snel. Wij hebben de benodigde expertise en ervaring in huis.

Onze passie is het voor u wegnemen van belemmeringen in het vinden en raadplegen van uw bedrijfsgegevens: *Passion for Empowerment.*

[advertentie]



F.B. PAYRALBE
Loodgieters- & Installatiebedrijf

Erkend gas- en watertechnisch installateur

Voor al uw:

- Loodgieterswerk
- Sanitair
- Badkamers
- Riolering
- Lood- en zinkwerken
- Dakbedekkingen
- Centrale verwarming

lid van de
Vereniging van Nederlandse Installatiebedrijven

Noorddammerweg 64-A 1187 ZT AMSTELVEEN
tel. 020-6478207 - Fax 020-4410080

Jeugdcompetitie

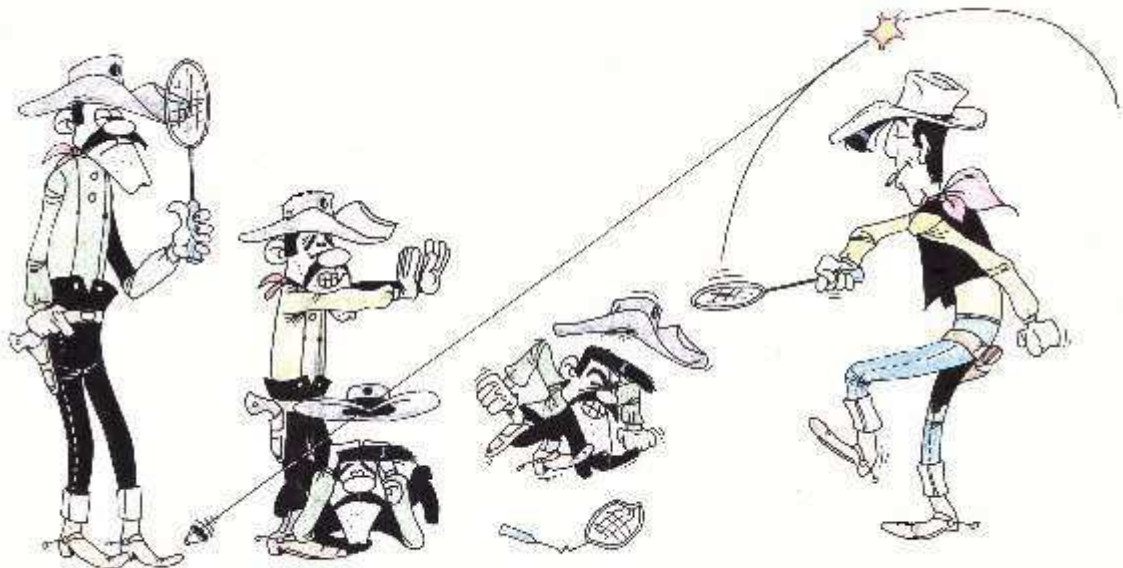
Een team van acht spelers (Rik, Mike, Tyra, Juna, Suzanne, Vincent, Lotte en Demian) speelt op bepaalde zondagen in competitievorm. Er wordt dan tegen jeugdteams van andere verenigingen gespeeld. Meestal grotere clubs met een beter gevulde jeugdafdeling en meerdere jeugdteams. Ons team is ingedeeld in de competitie onder 15 jaar.

Gedurende deze lopende competitie doen de spelers veel wedstrijdervaring op en merken we dat het niveauverschil met de vaak oudere tegenstanders steeds een beetje kleiner wordt. Zo ook de afgelopen zondag in de Scheg. Tijdens de acht wedstrijden die het team speelde zagen we mooie rally's, bewuste keuzes in het soort slag en de ontdekking dat het spelen vanuit een basis beter tegenspel oplevert.

Helaas gingen alle partijen verloren, maar zal dit seizoen waarschijnlijk zo leerzaam blijken dat het een volgend seizoen vruchten af gaat werpen. Spelen in dezelfde leeftijdsklasse, waarin onze spelers allemaal een jaartje ouder zijn geworden. Spelen met een schat aan wedstrijdervaringen. Dit zal zeker tot andere resultaten leiden.

Tot nu toe willen we de spelers bedanken voor hun blijvende inzet en sportieve gedrag. Knap als tegenstanders bijna altijd ouder en meer ervaren zijn!

Trotse ouders



RECREANTENCOMPETITIE 2009 – 2010

S
P
A
C
E
R
I
J
E
N

Evenals vorig jaar wordt er dit jaar wederom een recreantencompetitie georganiseerd.

Jammer is alleen dat er maar 3 clubs zich hebben ingeschreven te weten:

Volant '90 – De Kwakel – Space Shuttle.

Dit betekent dat we dit jaar maar 2 wedstrijden uit en 2 thuis spelen, maar niet getreurd we gaan uiteraard weer voor de 1^e plaats net zoals vorig jaar.

De eerste 2 wedstrijden zijn inmiddels gespeeld. Onze 1^e wedstrijd was in Kudelstaart tegen Volant '90 en de uitslag was veelbelovend nl. 0 – 4.

Karel en Bert S. maakte korte metten met de heren van Volant '90 13-21 en 16-21.

Marieke vd H. en Sandra bij de Dames Dubbel verloor een stuk moeizamer 19-21 en 19-21 maar de meiden zijn uit het goede hout gesneden vandaar deze overwinning.

De twee mix dubbels met Sandra en Karel (13-21 en 19-21) en Marieke vd H. en Bert S. (13-21 en 13-21) completeerden deze overwinning.

Na afloop van de wedstrijd was er weer tijd voor après-badminton met een drankje en bitterballetje.



De wedstrijden tegen De Kwakel zijn traditioneel spannend omdat de teams gelijkwaardig zijn, we hebben vorig jaar één wedstrijd van ze kunnen winnen waardoor we de 1^e plaats in recreantencompetitie 2008-2009 veroverden. We hebben op 23 november bij ons thuis met 3-3 gelijk gespeeld.

Victor en Rob begonnen voortvarend met 21-16 en 21-18. Bij de DD gingen Riny en Stephanie met 20-22 en 14-21 onderuit. De mixen waren verdeeld Riny en Rob wonnen met 21-8 en 21-15. Stephanie en Victor (14-21 en 11-21) en Stephanie en Rob (13-21 en 16-21) trokken aan het kortste eind, dus de beslissing moest vallen tijdens de wedstrijd van Riny en Victor. Dat was een zenuwslopende strijd uiteindelijk wonnen wij de 1^e game 21-14 verloren de 2^e 11-21. De derde moest gewonnen worden, wij wonnen met 23-21 en zo hebben we er een gelijk spel uitgehaald. Ook nu weer na afloop het gebruikelijke ritueel tijdens het après-badminton, drankje en bittergarnituur.

Er staan nog twee wedstrijden op het programma 11 januari thuis tegen Volant'90 en op 25 januari uit tegen De Kwakel. Er zijn nog 3 personen die zich opgegeven hebben voor deze recreantencompetitie die nog niet gespeeld hebben, zij gaan nu spelen.

Marieke H., Eric M. en Mischa krijgen deze week nog bericht met wie zij de laatste twee wedstrijden gaan spelen.

Ik probeer in februari en begin maart nog wat wedstrijden te regelen zodat we volgend jaar minstens 4 tot 5 clubs hebben voor de recreantencompetitie 2010-2011.

Bert van Jaaren

Sinterklaastoernooi

Het was op 7 december,
I do remember...
Dat er (en dat doet me immer deugd)
een spelletjescircuit voor de jeugd
van Space Shuttle was georganiseerd.
Niet verkeerd.

Zes spelonderdelen bij elkaar
(zoals het vangen van shuttles op je hoofd)
een beetje raar,
maar de kinderen vonden het leuk, dat was zeker,
zonder strijd om één of andere beker.

Behaalde punten werden verzameld door Hans,
dus wel een wedstrijd? of althans
op eigen niveau de beste bij een spel kunnen zijn?
Voor ieder individu toch altijd weer fijn.

Iets wat later in Spanje aangekomen Piet heeft gezien,
verdient wat Sint betreft een dikke tien.
Quincy haalde bij het mikken van de shuttle in een hoepel
opvallend soepel,
in haar uppie
de meeste punten van het hele cluppie

Zo had ieder kind zijn eigen spelbeleving
en schenk ik de club vergeving
voor het verlate Sinterklaastoernooi,
want wat was het mooi!
deze 7 december.

I will remember.

Sint Nicolaas



Berichten van de Technische Commissie

S
P
A
C
E
S
H
U
T
T
L
E

Badminton is een teamsport. Alleen in je uppie, kun je deze mooie sport niet uitoefenen. Als Technisch Commissie willen we met alle leden van Space Shuttle een aantal richtlijnen en afspraken vastleggen die wij met elkaar maken om zo veel mogelijk plezier te kunnen beleven aan het beoefenen van Badminton. Deze richtlijnen zijn voor iedereen van toepassing. Iedereen kan elkaar ook aanspreken op het nakomen van deze richtlijnen. Vooral het correct naleven van de gedragsregels vinden wij binnen onze club erg belangrijk.

Zoals de naam het zegt zijn dit richtlijnen. Indien binnen een team andere afspraken van dezelfde strekking zijn gemaakt, dan is dit natuurlijk geen probleem. *Maar denk eraan: afspraak = afspraak!* Heb je vragen en/of opmerkingen over deze richtlijnen neem dan contact op met de TC of een bestuurslid.

Gedragsregels

Door het stellen van een aantal regels willen we de sfeer binnen de vereniging goed houden. Een gezellige sfeer, waar je het goed met elkaar kunt vinden zorgt ook voor een betere prestatie in de competitie! Pesten, anderen uitlachen, zaken vernielen of grof taalgebruik horen daar dus niet bij en worden dus ook niet getolereerd. Spreek elkaar hier ook op aan. Praat er over met je teamcaptain, een bestuurslid of TC-lid. Samen kunnen we dan voor een oplossing zorgen.

Training

Als speler moet je tijdig aanwezig zijn voor de trainingen. Indien je niet aanwezig kunt zijn, stuur dan een email aan competitietrainer Peter van Diepen (adsl709289@tiscali.nl), jeugdtrainer Hans de Fretes (hfretes@gfkenbelux.nl) en voor de recreanten aan Peter de Rijk (pjmderrijk@hetnet.nl).

Competitiespelers

Ben je verhinderd voor een competitiewedstrijd, geef dit dan persoonlijk en tijdig door aan je teamcaptain. Een berichtje via een andere speler is niet voldoende of dit moet duidelijk van tevoren zo zijn afgesproken. Voor alle competitieteams geldt dat ze zelf voor vervanging moeten zorgen, er zijn voldoende reserves zodat dit geen probleem mag zijn. Als je geen vervanging kunt vinden, neem dan tijdig contact op met de Technische Commissie. De TC zal een spelerslijst maken incl. bondsnummer voor de teamcaptains, zodat je zelf bij verhindering via je teamcaptain een vervanger/ster kunt benaderen.

Zorg dat je bij wedstrijden het juiste clubtenue (shirt) draagt en zorg voor goed schoeisel. Indien het tenue niet door een sponsor beschikbaar gesteld wordt, moet het zelf aangeschaft worden. Voor informatie kun je terecht bij Victor Coenen of Mirjam van Leeuwen.

Competitiespelers moeten 15 minuten voor een wedstrijd aanwezig zijn en klaar staan om te beginnen. Dit is inclusief de warming-up. Na 15 minuten dient de wedstrijd te beginnen op de aangegeven tijd in het schema.

Clubkampioenschappen

Zoals ieder jaar worden ook in 2010 weer clubkampioenschappen georganiseerd. Het gaat er altijd spannend aan toe zeker wanneer de laatste wedstrijden in de poule of de halve finales en de finales gespeeld gaan worden. Naar aanleiding van situaties van vorig jaar willen we dit jaar voorkomen dat onze wedstrijdleader, dit jaar wedstrijdlijder wordt...

Tijdspad m.b.t. de inschrijvingen:

3^e week januari zijn de inschrijvingsformulieren in de sporthal de Scheg en de Kegel,

2^e week februari moeten de formulieren ingeleverd zijn,

3^e week februari zijn de indelingen bekend. Hierop kan binnen één week nog gereageerd worden,

1^e week maart is de definitieve versie van indelingen bekend, hierin worden geen veranderingen meer aangebracht. Deze wordt jullie digitaal aangeleverd.

Rond 15 maart starten de clubkampioenschappen zowel in de Scheg als in de Kegel.

Er zijn in de Scheg 3 velden beschikbaar vanaf 20.00u tot 22.00u, in de Kegel vanaf 19.00u 1 veld en van 20.00u tot 21.00u 5 velden voor de clubkampioenschappen.

De kosten van deelname aan de clubkampioenschappen bedragen 3,00 euro per onderdeel.

Zoals gebruikelijk krijgen jullie een inschrijfformulier met alle speeldata, je geeft hierop aan wanneer je *niet* kunt spelen, dan streep je deze data door.

De wedstrijdleader verwerkt deze gegevens in het speelrooster. Hierop kan nog éénmaal gereageerd worden, daarna is het speelrooster een vast gegeven en worden er geen veranderingen meer aangebracht.

Wordt de wedstrijd om wat voor reden niet gespeeld, dan is de speler die niet komt opdagen hiervoor verantwoordelijk, in dat geval heb je de wedstrijd met 2 x 21-0 verloren.

Wij vragen en verwachten van jullie een coöperatieve opstelling.

De TC wenst iedere deelnemer aan de clubkampioenschappen veel plezier, strijd en het allerbeste spel toe dat je de laatste jaren heb gespeeld.

Namens de Technische Commissie,
Peter, Edwin, Henny en Bert

(advertentie)

Kom langs ... en sla uw slag.



Bij Alka keukens maken we er een sport van om de mooiste en meest doordachte keuken voor u te ontwerpen. Individueel Design van SieMatic. Gratis en vrijblijvend. Ook op maandag. Dat doen we al meer dan 25 jaar. Dus, kom langs en sla uw slag!

SieMatic Keukenstudio Alka

Cruquiusweg 25 Heemstede Tel. 023-529 58 50 www.alka-keukens.nl

U hebt een SieMatic.
SieMatic