



Deze keer in het nieuws..

- Van de Redactie
- Ouder-kind training 24 september
- JB2 maakt overuren in set 3
- JC1 walst over Mytilus heen
- Dames 1 zoekt CV monteur
- Wisten jullie dat dames 2 ook is begonnen?
- De jeugd heeft de toekomst bij H2

Van de redactie

Het seizoen is inmiddels weer opgestart. Afgelopen weekend waren de eerste wedstrijden voor de meeste teams een feit. Enkele teams zijn ruim van tevoren begonnen met de voorbereiding, andere teams kwamen pas enkele dagen voor de eerste wedstrijd 'op stoom'.

Toch heeft niet iedereen stilgezeten in de vakantie. Nieuwe sponsors hebben zich aangediend, een geheel vernieuwde website zijn zomaar een paar zaken die we hier willen vermelden.

Gelukkig hebben we als redactie weer de nodige verslagen binnen gekregen om een mooie nieuwsbrief te kunnen presenteren na de eerste competitieronde. Houdt dit allen vol.

Wij zullen ons best doen om alles zsm te plaatsen.

Webredactie Denise de Carpentier en Wim Lensen

Ouder - kind training 24 september

De training van 24-9 is een bijzondere training: een ouder-kind training. We hopen dat iedere aspirant dan een ouder/verzorger mee neemt, die dan actief mee doet met de training.

Hiermee willen we de ouders aan den lijve laten ondervinden hoe moeilijk volleybal is en hoe goed jullie intussen al zijn.... J

Als ouders niet in staat zijn om mee te komen, dan is een ander volwassen familielid of buurman ook welkom.

Na wat oefeningen zullen we een klein toernooitje 2-tegen-2 (ouder+kind tegen ouder+kind) spelen als afsluiting van de training en als ultieme test hoeveel talent de aspiranten van hun ouders hebben meegekregen.

Na afloop van de training zullen medetrainer Jos van Hove en ik in de kantine jullie toelichting geven over een aantal punten rond komend seizoen:

- Opzet en doel van de trainingen en de "huisregels" rond de trainingen
- Opzet en achtergrond van de huidige competitie-opzet
- Informatie rond shirtbeleid, was-schema, vervoersschema
- Andere activiteiten rond aspiranten komend seizoen

De training begint zoals altijd om 18:00 (omgekleed in de zaal aanwezig!) en duurt tot ongeveer 19:30; mogelijk wordt het informatiegedeelte in de kantine wat later.

Jos en ik hopen jullie donderdag 24 september allemaal te zien in vol sportorndaat!

BOK JB2 - Stevo JB2 1-3

Op 19 september hebben wij onze eerste wedstrijd tegen Stevo gespeeld. We speelden in totaal 4 sets. De eerste set verloor Bok met 19-25, maar we moesten er nog wat inkomen. De tweede set hadden we een kleine dip, wat onderlinge samenwerkingsfoutjes en wat moeilijke ballen, kwam Bok uit op 15-25. De derde set was bloedstollend, want tegen de 23 punten stond Bok met Stevo gelijk, maar steeds als Bok voor stond, haalde Stevo Bok weer in. Uiteindelijk resultaat: 28-30 voor Stevo. De 4^e set heeft Bok met vlag en wimpel gewonnen, namelijk met 25-15. Het was een spannende en leuke eerste wedstrijd met een enthousiaste coach die ons goed stimuleerde!

BOK JC1-Mytilus JC1 4-0

Afgelopen zaterdag was het dan zo ver: de C-aspiranten moesten hun eerste aspirantenwedstijd van hun leven spelen.

Het team bestaan uit allemaal spelers die vorig jaar nog mini's waren, of zelfs dat niet (net lid geworden): Pol,





Maaikje, Jerusha, Marith, Manouk en Zoë gingen voor het eerst voor " 't echie".

Gelukkig wel in onze eigen vertrouwde Groene Woud, dat maakt het iets minder spannend.

Helaas misten we Eva; die bleef thuis om te herstellen van een gebroken duim. Gelukkig was Vera Visser bereid om de selectie te versterken.

Hopelijk ben je er de volgende keer weer bij, Eva! We hopen dat je snel hersteld!

Omdat ze de enige "veteraan" was (1 jaar aspiranten gespeeld) in het gezelschap, werd Vera direct tot aanvoerder gebombardeerd.

Iedereen was keurig op tijd, en onder aanvoering van Vera werd de warming up en het inspelen afgewikkeld.

Intussen was de tegenstander binnen gekomen: Mytilus. Dus gelijk een ouwerwetse Derby Der Zuid Bevelanden op het programma!

Gelukkig ervoer alleen de coach die spanning; de aspiranten zelf, zonder die historische last, hadden al genoeg last van de zenuwen van een eerste wedstrijd....

De drie opdrachten waarmee ze het veld ingestuurd werden:

- 1) Probeer zo goed mogelijk het systeem uit te voeren (in 3-en spelen, pass naar de setupper, enz...)
- 2) Vecht voor elke bal, doe je best; het geeft niet als het fout gaat, als je er maar voor knokt en het probeert.
- 3) Heb er lol in!

BOK mocht beginnen met serveren, en die ging goed over het veld; bal op de grond, punt voor BOK.

En dat is gelijk het verhaal van de hele wedstrijd: BOK serveerde over het net en scoorde rechtstreeks een punt. 90% van de punten werden zo binnen gehaald.

Mytilus bleek uit een team van echte beginners te bestaan, en dan nog maar 5....

Voor de 10% die toch terug kwam, stond BOK klaar; op zich al een presentatie om bij de les te blijven in zo'n wedstrijd! Toen al snel bleek dat het krachtverschil zo groot was, kregen de BOKkers de vrijheid om de 3^e bal bovenhands te serveren.

Dat trainen we nog maar kort, en de afstand tot het net is best een end. Maar zo kreeg Mytilus tenminste ook de kans om eens te serveren....

Behalve wanneer Pol aan service was: zijn bovenhandse services sloegen gewoon als granaten in tussen het Mytilus kanonnenvoer!

Zelfs Heren 1 zou moeite mee hebben met die services (hoewel, hoeveel zegt dat nou.... J)!

Het was een zegen voor Mytilus dat na 3 goede services, BOK door moest draaien; dus meer dan 3 ballen van Pol kregen ze niet achter elkaar om hun oren....

Maar ja, bijna iedere andere service van BOK ging ook goed, en kwam evenmin terug. Het werd dus meer een servicetraining dan een wedstrijd....

De derde set eindigde op deze manier zelfs in 25-2! Arm Mytilus.....

In de vierde set kwam er zowaar wat meer terug, en moest de rest van het team ook wel eens in actie komen.

Dat ging niet altijd volgens het boekje (veel ballen in 1 of 2 x er over), maar er werd in ieder geval geprobeerd de bal van de grond te houden, daar begint het mee.

Het resultaat was een klinkende 4-0 overwinning voor BOK.

Een prachtig resultaat, maar 1 zwaluw maakt nog geen zomer.... Niet alle tegenstanders zijn zulke willoze lammeren als dit Mytilus!

Gelukkig hebben we nu weer 2 weken om te trainen; op 3 oktober is de volgende ronde.

Coach Arjan.

Dames 1 –

Sliedrecht Sport 0-4

We zijn weer van start!! De eerste competitiewedstrijd van seizoen 2015-2016 zit erop. In de voorbereiding slechts één oefenwedstrijd gehad, toevallig tegen het team waar we afgelopen zaterdag weer tegen moesten. Die oefenwedstrijd was geëindigd in 3-1 verlies. Dat was al niet al te best, helaas hebben we het er zaterdag niet beter vanaf gebracht..

We startten met 10 'man' sterk. Jessica was één van de side-kicks om de wedstrijd op papier te analyseren. Carleijne nam haar plaats op het midden in (dat deed ze goed!). Met Ilja en Sylvana op de bank voor nog meer analyses en aanmoediging waren we klaar om te vlammen. Of niet..?

De eerste set begonnen we afwachtend en waren we zoekend naar ons spel. De meiden van Sliedrecht waren stug, hun verdediging bleek lopende band werk. Direct scoren werd moeilijk, dat eindigde in een setstand van 19-25. Set twee, waren we wakker geschud door de eerste set? Nee, niet bepaald. Het was een herhaling van de 1e set, weinig overtuigingskracht. Sliedrecht was ons iedere keer een stap voor omdat wij de afstand steeds groter lieten worden. Verlies met 20-25. Ook de derde set konden we het tij niet keren. Door de lange serviceseries van de tegenstander lieten we Sliedrecht weer wegvliegen richting de 25 punten. De achterstand konden we niet op tijd herstellen: verlies met 16-25. Maar toen.. die vierde set, wat gingen we lekker! We zaten in een flow, onze eigen spel kwam weer terug, zouden we dan toch die ene set nog pakken? Bij een stand van 19-14 voelden we dat de overwinning dichtbij was. Misschien was dat de reden waarom het ineens fout ging. Een killing serviceserie waar we geen controle op kregen zorgde ervoor dat Sliedrecht ons weer inhaalden. De moraal brak, oh shit oh shit.. Gaan we hem dan toch niet winnen? Dat deden we helaas inderdaad, met een setstand van 20-25 gleed hij door onze





vingers.

Laten we zeggen dat onze eerste competitiewedstrijd begon als een koude douche. De komende 2 weken plegen we wat onderhoud aan de CV, zodat we 3 oktober de kraan wat warmer open kunnen draaien. Of hopelijk: stomend heet!

Dames 2 – Mytilus 1 2-3

Wist je dat:

- dames 2 dit jaar 2 coaches heeft?
- dit Arvid Meijer en Erik Willems zijn?
- dames 2 de eerste paar weken wordt versterkt door Tirza Wisse?
- Tirza de eerste wedstrijd mee wilde doen, maar haar kaart niet in orde was?
- enkelen van dames 2 werden gevraagd om mee te doen bij het eerste?
- Mytilus D1 een heel ander eerste team heeft?
- wij het geluk hadden dat wij deze wedstrijd 2 coaches hadden?
- dit niet Arvid maar Peter en Erik waren?
- wij hier ontzettend blij mee waren?
- bij de eerste set de "oude garde" in het veld stond?
- Denise net terug was uit Marokko en dit niet terug te zien was in haar spel?
- dit ook niet terug te zien was aan haar huidskleur?
- wij deze eerste set ruim hebben gewonnen?
- deze spirit in de volgende set werd doorgezet?
- Joëlle lekker aan het serveren was?
- hier ook een bepaald dansje/beweging bijhoort?
- Sylvana alle ballen overal van de vloer weet te halen?
- wij deze set ook hebben gewonnen?
- in de derde set, Annie en Inge er in werden gezet?
- Annie haar haar danst als ze rent?
- dit de tegenstanders afleidt, waardoor ze scoort?
- Inge mooi achterin het veld serveert?
- Mytilus hier moeite mee had?
- wij alleen meer moeite hadden met Mytilus?
- wij volgens Peter vochten als beesten?
- wij de derde set, ondanks dat net hebben verloren?
- Anouk en Carleijne het heel gezellig hadden op de bank, tijdens de vierde set?
- Ilja punten kan maken als ze op de grond ligt?
- de rest van dames 2 dit ook wil kunnen?
- wij hier binnenkort een training over krijgen?
- helaas ook de vierde set hebben verloren?
- Sylvana geen zin had in een vijfde set omdat ze naar huis wilde?
- zij haar verjaardag nog moest vieren?
- Carleijne best moe was?
- dit haar 7de set was, die ze die dag speelde?
- dames 2 iets heeft met een 5de setter spelen?
- normaliter deze ook wint?

- wij dat nu niet hebben gedaan?
- dames 2 gevoelig is voor aanmoediging vanuit het publiek?
- het eindresultaat dus niet kan liggen aan de aanmoediging?
- wij toch tevreden zijn, met de eerste wedstrijd en het eindresultaat?
- dames 2 Peter willen bedanken voor het eenmalige coachen?
- er aanstaande donderdag een oefenwedstrijd op het programma staat?
- dit tegen VOKO is?
- je van harte welkom bent, om ons aan te moedigen?

Heren 2 – Gavok 4 0-4

Na een korte voorbereidingsperiode, maar dat geldt voor alle teams, mochten we weer aan de bak op de zaterdagmiddag. Een nieuw en op enkele plaatsen verjongd H2 zou het opnemen tegen Gavoc. Wedstrijd start om 13.30 uur, dus dan moet je rond 12.45 uur wel binnen zijn. Er zijn voorafgaand aan de wedstrijd immers nog van allerlei dingen te regelen!

Het plan leek om de tegenstander zo lang mogelijk in het ongewisse te laten wie de tegenstander van vandaag zou zijn, want om 13.00 uur waren alleen de H2-debutanten (Arnout, Bart en Luc) aanwezig met daarbij een drukbezette coach Arjan en senior Rinus. De rest van de bunch bleek het erg druk te hebben met de verhuizing van BOK-lid Huub. Eigenlijk veel te laat waren we compleet. Een slecht begin, als dat maar geen voorteken was... Volgens het wedstrijdformulier zijn we toch om 13.30 uur, onder de bezielende leiding van Anouk&Annie begonnen, we konden onmogelijk allemaal warm gespeeld zijn.

Met Wim en Jack op de bank, zette H2 direct alles op de jeugd. Bart ging samen met pa Arjan aan de spelverdeling. In het midden moesten Arnout en Karl de blokkering verzorgen, zodat op de buitenkant ruimte was ingeruimd voor onze jongste aanwinst (Luc) en oudste speler Rinus. Het moet gezegd, de eerste punten gingen wonderbaarlijk goed. Toch slopen al gauw wat slordigheidjes in het spel. Gavoc profiteerde van de onwennigheid aan BOK-zijde en bouwde aan een voorsprong. Ondanks enkele mooie rally's kwamen we niet dichterbij (13-25).

In de 2^e set, met Wim voor Karl, eenzelfde beeld. Gavoc liep stiekem uit. De eerste time-out (TO) van het seizoen moest het tij keren. Ook dat lukte niet helemaal. Een 2^e TO en een wissel, Jack voor Bart, zorgde er wel voor dat Gavoc niet verder uit liep, maar echt dichterbij kwamen we ook niet. Op die manier was Gavoc weer eerder bij de 25 (-20). In de 3^e set leek het lek boven. BOK hield stand en speelde met meer overtuiging. Gavoc vluchtte in een paniek TO. De Big Points zorgden helaas voor wat verkramping aan BOK-zijde, zodat





Gavoc er toch nog met de winst vandoor ging (22-25). In de laatste set leek het kaarsje op. Slordigheden, persoonlijke fouten en af en toe ook pech hielpen Gavoc aan de overwinning.

De kop is er af. De jeugd heeft mogen proeven aan het "echte" werk en de "oudjes" weten wat ze de rest van het seizoen te doen staat in dit verkapte opleidingsteam. We staan laatst op de ranglijst. Dat geeft toch uitzicht op iets positiefs; we kunnen alleen maar stijgen...

Captain Jack

BOK website

Meer volleybalnieuws op:

www.vvbok.nl

Tips voor de website of nieuwsbrief? Mail naar:

webredactie@vvbok.nl

