



NIEUWSBRIEF.

Redactie: webredactie@vwbok.nl
E. info@vwbok.nl, www.vwbok.nl, KVK nr. 40309276



Deze keer in het nieuws..

- Agenda
- Van de webredactie
- Kerstraining 2016
- Scheidsrechters geslaagd
- Mini's doen hun best in Oostburg (deel 1)
- Mini's doen nog meer hun best in Oostburg (deel 2)
- Derby der Bevelanden deel 1 (JB1)
- M(a)C1 pakt punt in Oosterhout
- De Burgst maatje te groot voor MA1
- Dames 2 dubbele koude douche in Oost-Souburg
- Derby der Bevelanden deel 2 (Heren 2)
- Recreatie Dames tonen karakter tegen De Bongerd

Agenda

17-12-2016

10:30	BOK DR1	Retretantes	Goes
14:00	Stevo DS4	BOK DS2	Axel
14:00	Stevo JC1	BOK JC1	Axel
14:00	Bok JB1	Mytilus JB3	Kapelle
15:00	RVC Libanon DS1	BOK DS1	Rotterdam
19:00	Nuvoc HS2	BOK HS1	Veldhoven

Webredactie

Weer veel leuke verslagen binnen gekregen deze week. Ditmaal ook een aantal foto's. Ik wens jullie allemaal veel leesplezier.

Omdat komende zaterdag de laatste wedstrijden van 2016 worden gespeeld zal er daarna nog één bok journaal uitkomen in 2016.

De webredactie wenst jullie alvast allemaal fijne feestdagen en een goed, sportief en blessurevrij 2017 toe.

Nieuws

Kerstraining 2016



Op donderdag 22 december 2016 is er weer de jaarlijkse Kerstraining. Dus haal alle mutsen baarden slingers en wat nog meer uit de kast en we maken er met z'n allen weer een leuke 'training' van.

De webredactie doet er nog een schepje bovenop. Na afloop zal door een anonieme jury de leukst verklede deelnemer de titel: 'kerstbal van het jaar' bekend gaan maken.



Instaptoets scheidsrechters deel 2

Op 8 december jl. heeft een tweede groep leden de instaptoets voor scheidsrechter gedaan. Met voorafgaand een korte uitleg van Wim T. en onder toezicht van de begeleiders hebben ze met succes de toets gemaakt. Zij zijn nu bevoegd tot het fluiten t/m derde klasse.

Robbert-Jan, Joren, Rinus en Moniek van harte gefeliciteerd! Robbert-Jan heeft de theorie 2 dagen later al met glans in praktijk gebracht, klasse.





Helaas waren er veel afmeldingen vanwege ziekte en verhindering. Moniek heeft de toets al thuis gemaakt. Iedereen die er niet bij kon zijn vraag ik om de toets alsnog thuis te doen, voor uiterlijk 30 december a.s.! Laat het me even weten als je hem gehaald hebt.

Alle geslaagden alvast veel succes gewenst met het fluiten!

Namens de scheidsrechtercoördinator

Alvast bedankt.

Groet, Franciska

Mini's

Minitoernooi Oostburg (deel 1)

Zaterdag 10 januari 2016

Dit jaar is het passen en meten bij de jonkies mc1 en de mini's van Bok om de teams compleet te maken en te houden. Eline en Hannah schuiven alvast door naar mc1 door het stoppen van Lols en Inge. Gelukkig hebben we voor hun oude cmv team twee nieuwe bokkies. Kess de Meester en Sofie de Gendt (zusje van.....). Sofie is vorige week nog snel even lid geworden. Allebei waagden ze de sprong in het diepe en wilden graag mee voor hun eerste toernooi in Oostburg. Ze vormden samen met Chenna en Priscilla het team niveau 5 van Kapelle.



Vol goede moed begon team niveau 5 aan de eerste wedstrijd tegen vvs2. Maar ojeee.....!...Sofie maakte een verkeerde stap in het veld en verzwikte haar enkel! Snel haar voet onder de koude kraan en kon dus niet meer verder spelen. De drie dames waren toch een beetje van slag en speelden tegen een toch al te sterke ploeg een lastige wedstrijd. 13-27 en 9-30.

In de tweede en derde wedstrijd was Lieke Sikkens uit Krabbendijke bereid om in te vallen maar het lukte ze alleen om in de derde wedstrijd tegen bok 3 een gelijk spel er uit te slepen. 4^e in de poule, maar we gaan zeker de weg omhoog inzetten door flink te gaan trainen met deze 4 meiden.



Bij het team niveau 4 van Inde, Nina, Lieke en Fenna had Fenna zich afgemeld. Gelukkig wilde Frederique Meijboom (dochter van.....) al mee gaan hoewel ze nog maar een paar keer had mee getraind. Afgelopen donderdag nog even een spoedcursus niveau 4 gekregen om de spelregels toch te leren. Ook het serveren was nieuw maar dat pakte ze snel op.



Dit team is altijd bloedfanatiek maar Lieke was afgelopen dagen wat ziek geweest en er zat bij haar nog niet veel pit in





wat toch wel van invloed was op het spel van de overige bakkies.

In de tweede wedstrijd was het batterijtje al een eind leeg en de armen gingen (ook van wege de kou in de sporthal) over elkaar bij Lieke. Toch lastig spelen zo ☺

Vandaag ging de service goed maar zodra de bal terug kwam over het net kwam was het soms toch lastig om daar een antwoord op te vinden maar ondanks dat, zie ik nieuwe kansen met dit team en blijven werken en schaven aan nieuwe speltactieken. Volgende keer in Oostburg nemen we revanche, reken maar!

Minitoernooi Oostburg (deel 2)

Zaterdag 10 januari 2016

Om 8.00 uur vertrokken we vanaf Krabbendijke naar Oostburg.

BOK 1, spelers: Mirella, Lieke S, Lieke B, Janita en Fransica
De 1^e wedstrijd voor BOK 1, tegen Savok, ook nivo 6 spelend. De meisjes waren ondanks de lange autorit nog niet wakker. De service liep niet en ze waren telkens te laat. Savok serveerde goed en speelde diverse malen 3x over. Een flinke nederlaag.



De 2^e wedstrijd tegen Philippine ging het veel beter. De service ging goed. Aan het net werd flink verdedigd, vooral Mirella en Lieke S konden een aantal keren de bal verdedigen en bij de tegenstander op de grond leggen. Helaas verloren ze beide sets op een aantal punten.

De 3^e wedstrijd deed Lieke S bij BOK 2 mee vanwege een blessure bij hun. De meisjes deden flink hun best maar ook VVS was te sterk vandaag al scheelde het maar 2 punten of ze hadden een set wonnen.



BOKK 3: Raymond, Corstian, Arne en ons nieuw lid Denise. De jongens hadden er zin in en ook Denise die voor het eerst meedeed. Spelend nivo 5. De 1^e wedstrijd was tegen Scheldesport. Die begonnen gelijk met een strakke goede service waar onze boys en girl geen antwoord op hadden. De pass vloog alle kanten op maar niet de goede. Eindelijk hadden hun de pass maar deze wedstrijd lukte ook de service niet. Scheldesport serveerde goed, miste bijna nooit en spelen keurig 3x over. Helaas verloren.

De 2^e wedstrijd tegen VVS ging veel beter wel nog teveel fouten met nu pakten ze ook wat punten. Helaas ook deze verloren.

Dan de 3^e set maar tegen BOK 2. De service ging veel beter en scoorde ook regelmatig. 3x spelen gebeurde nog niet zo vaak af en toe in 2x. Maar ze wonnen de 1^e set.

De 2^e set was BOK 2 beter en haperde de service weer eens, deze verloren ze zodat ze totaal gelijk speelde en 3^e in hun poule waren.

Was het omdat de training deze week niet door ging of omdat het al weer ruim een maand geleden was, wie zal het zeggen. Gelukkig zagen we na de 1^e wedstrijd duidelijk een verbetering in het spel komen wat het nut aantoont dat je van toernooien spelen heel veel leert.

Volgende maand hebben we 2 toernooien .





Aspiranten

Mytilus JB2 – BOK JB1 3-1

Zaterdag 10 december 2016

Zaterdag 10 December moest BOK JB1 tegen Mytilus JB2 spelen in Goes. Het team was compleet en we hadden er allemaal veel zin in. Het was wel een uitdaging voor ons omdat we voor het eerst met een libero gingen spelen. De 1e set moesten we nog erg inkomen en verloren we met 25-21. De 2e set ging al een stuk beter & we kwamen op 10 punten voorsprong, maar toen de tegenstander met de moeilijke service terugkwam werd het wel erg spannend. Toch wonnen we de 2e set met 23-25. In de 3e set zakte weer wat in en we verloren deze met 25-21. In de 4e set ging het weer een stuk beter, maar stonden we eerst wel een aantal punten achter. Dit haalden we al snel weer in, maar toen ging Vera Eversdijk door haar enkel bij een fantastisch block. Hierdoor was onze concentratie een beetje kwijt doordat we op een andere manier moesten gaan spelen. Dit zorgde ervoor dat we helaas de 4e set ook verloren met 25-18. Dat betekent dus dat we deze wedstrijd jammer genoeg met 3-1 hebben verloren.

Ingezonden door Marit



Voko MC2 – BOK MC1 3-1

Zaterdag 10 december 2016

We hadden een wedstrijd in Oosterhout en mijn vader en de moeder van Lisse reden. We hadden 4 sets gespeeld en hadden 3 sets verloren en 1 gewonnen. Het was de laatste wedstrijd van dit seizoen jammer maar helaas. Maar omdat het de laatste wedstrijd was waren we nog even langs de McDonalds gereden en heden we een ijsje daar ge Geten mmm was erg lekker.

Ingezonden door Marjolein



BOK MA1 – De Burgst MA1 0-4

Zaterdag 10 december 2016

Afgelopen zaterdag was onze laatste wedstrijd van het seizoen. We wilden er een wedstrijd van maken, waarop je trots mag zijn om zo het seizoen mee af te sluiten. Jammer genoeg ging het anders dan gepland. We speelden tegen De Burgst Breda. De wedstrijd zou om 18:00 uur starten, maar vanwege vertraging op de snelweg begon de wedstrijd iets later. Rond 18:15 uur waren beide teams opgewarmd en klaar om te beginnen. De eerste set ging nogal stroef. We





zaten er niet lekker in. We speelden de bal er in één keer overheen en passten de bal verkeerd. Zo ging het de hele eerste set en daarom hebben we die ook verloren met 17-25. De tweede set ging ook niet zoals gepland. We maakten zelf telkens de fouten. We zaten dicht bij de tegenpartij maar net niet. We verloren ook deze set met 21-25. Over de laatste twee sets is niet zoveel te vertellen. We speelden niet zo goed en we konden niet op tegen onze tegenstander. De derde set hebben we verloren met 18-25 en de laatste set met 17-25. Uiteindelijk hebben we onze laatste wedstrijd met 0-4 verloren. Dit was niet naar onze verwachting. We zien onze vorige wedstrijd als afsluiting van het seizoen en hopen te eindigen als derde in onze ranglijst.
Ingezonden door Myrna

Dames

Ardito DS1 - BOK DS2 4-0

Zaterdag 10 december 2016

De wedstrijd van afgelopen zaterdag was tegen de koploper, Ardito Dames 1. De omstandigheden waren voor ons niet ideaal. De training afgelopen donderdag was niet doorgestaan vanwege de vele ziekten en geblesseerden die we hadden. Onze aanvoerder Anouk was helaas zaterdag nog steeds ziek en kon jammer genoeg niet mee. Ook Mark kon dit keer niet mee, dus we moesten het maar zien te redden met de middelen die we hadden.

De opdracht was duidelijk: vrijuit spelen, want we hebben niks te verliezen. De eerste set begonnen we daarom ook met volle moed. Wat we niet helemaal verwacht hadden gebeurde wel. De eerste set ging namelijk redelijk gelijk op en we hebben ook nog voorgestaan. Helaas konden we deze voorsprong niet behouden en gaven we aan het einde van de set de punten toch teveel weg aan de tegenstander. We verloren de set dan ook met 25-18.

De eerste set was helemaal niet zo slecht gegaan en we stonden goed te spelen. Vandaar dat werd besloten om met dezelfde opstelling te blijven staan. We waren met z'n allen weer van plan ervoor te gaan. In het begin van de set lieten we de tegenstander gelijk een paar punten maken en dat was niet de bedoeling. Vandaar even de koppies weer bij elkaar en gewoon weer door, om toch te proberen de puntjes voor ons binnen te halen. Er waren een paar goede rally's en ook konden wij de gaten bij de tegenstander steeds meer vinden. Helaas wisten we de tegenstander niet meer in te halen en de set eindigde dan ook 25-20.

De derde set werd er wat gewisseld in de opstelling, want niet iedereen was nog fit genoeg om een hele wedstrijd te spelen. Of het nou de wissels waren, of de concentratie die weg was, de derde set ging niet helemaal volgens plan. We kunnen hier dan ook kort over zijn. Deze set werd verloren met 25-12.

Dan maar strijden voor een puntje in de vierde set. Een aantal wissels kwamen weer terug in het veld en de set begon. Door een service waar we geen controle over konden krijgen, verloren we gelijk veel punten. Ook op de aanval van de middenspeelster konden we geen antwoord vinden. Deze set konden we helaas dat ene puntje ook niet binnenslepen en we verloren de set met 25-17. Daarna was het dus maar tijd voor een douche, want daar was wel behoefte aan. De mensen die ook aanwezig waren in het gebouw bij Ardito moeten wel wat van ons gedacht hebben, want er is genoeg gegild, vanwege de ijskoude douches... dit was wel een minpuntje. Volgende keer zouden warme douches toch wel lekker zijn!

De wedstrijd werd dus met 4-0 verloren, maar we hebben niet slecht gespeeld gezien de omstandigheden. Qua aanval waren we niet minder dan de tegenstander, maar de verdediging kan nog een stuk beter. Wel zijn we de hele wedstrijd met z'n allen positief gebleven en was de sfeer in het team goed. Dit is natuurlijk ook heel belangrijk! Jammer van deze wedstrijd, maar volgende week gaan we weer vol goede moed beginnen aan de wedstrijd tegen Stevo Dames 4 in Axel!
Ingezonden door Mariëtte

Heren

Mytilus HS2 – BOK HS2 3-2

Zaterdag 10 december 2016

De enige echte derby der Bevelanden was aanstaande!!
De datum: 10 december 2016
De plaats van handeling: het Omnium in Goes
De tijd: 18:00 uur

Al vroeg in de middag was de focus aanwezig en werd via WhatsApp iedereen op de hoogte gebracht van de aanstaande wedstrijd, de chauffeurs, de tijd van vertrek en de plaats van samenkomst. Niets werd aan het toeval overgelatende derby !!!

Bij aankomst in de sporthal, ademde deze de sfeer van korfbal uit...niet goed voor de juiste focus. Aanvoerder Jack (helaas geblesseerd) was al vroeg in de sporthal om zijn





aanstaande schoonzoon te zien worstelen met de korfbalbal en de korfbalkorf. (wat een woorden...)

Terwijl wij de warming up al begonnen waren, strompelde Jack binnen om de honneurs waar te nemen tijdens de toss en het invullen van het wedstrijdformulier.

Er waren behoorlijk wat vreemde gezichten "aan de overkant" van het net.

We werden allemaal een beetje zenuwachtig toen supporters Carleijne en Lieke binnenkwamen...daar hadden we niet op gerekend....supporters. TOP meiden !!

De 1^e set werd aangevangen met Arjan als spelverdeler, zoon Bart in de diagonaal (zij zijn gewend om elkaar in de weg te lopen, thuis), Rieni en Wim jr. in de aanval en Wim sr en Karl in het midden.

Voordat we door hadden dat de wedstrijd begonnen was, stonden we met 6-0 achter. Geen beste beurt. Dit gat werd niet kleiner in het verloop van de set, doordat wij veel persoonlijke fouten maakten. Pas in het tweede bedrijf van deze set konden we dichterbij komen, wat Mytilus noodzaakte om bij de stand 22-19 een time-out aan te vragen. Of het nou kwam omdat wij dichterbij kwamen of omdat we net Rinus erin gebracht hadden voor Bart, dat zullen we nooit weten.

De time-out had zijn weerslag, want wij maakten geen punt meer (en Rinus dus ook niet) en verloren de set met 25-19.

De 2^e set moesten we beter beginnen en startten we met Arjan en Rinus, Wim jr. en Koen, Wim sr en Karl. De strijd ging nu gelijk op en er werden mooie gevechten geleverd. Lange rally's werden afgewisseld met geplaatste ballen. Toch dreigde Mytilus uit te gaan lopen en nam coach Jack een resolute beslissing om een time-out aan te vragen bij 17-13. Opnieuw de focus benadrukken.

Een goede opslagbeurt van Karl bracht Mytilus aan het wankelen, want binnen no time stond het 21-23 voor BOK en konden we even rusten door een time out van Mytilus. Gelukkig had deze geen effect en wonnen wij de set met 21-25.

De 3^e set begonnen we met Arjan en Bart, Koen en Rinus, Rieni en Wim sr.

We hadden de smaak te pakken en liepen snel uit naar een gedegen voorsprong, die Mytilus leek te accepteren, want er werden geen wissels of time-outs aangevraagd. Het werd een regelmatige overwinning voor Bok met een monsterscore van 16-25.

Dit bracht de tussenstand op 1-2 en konden we de overwinning ruiken.

De 4^e set gingen volgende matadores de arena in: Arjan en Bart, Wim jr. en Rieni, Wim sr en Karl.

Aan het begin van deze set kwam ook de hagenieuwe voorzitter Tom op de tribune zitten en werd de druk nog

maar eens verhoogd op de ranke schouders van de spelers van BOK. Hier moest gepresteerd worden!

Of de druk nu te hoog was of het feit dat Arjan tot 2x toe op de voet van een andere speler terecht kwam, maar Mytilus kwam snel op voorsprong. Met vereende krachten probeerden we aan te klampen, en zowaar konden we tot 14-13 terugkomen. Mytilus greep naar de noodrem en nam een time-out. Ook deze time out verstoorde ons ritme en liep Mytilus opnieuw weg naar 18-14, het moment om een time-out aan te vragen door coach Jack.

Helaas liep Mytilus verder weg naar 21-16 en was coach Jack genoodzaakt de foutenlast van Wim jr. te straffen en hem te wisselen voor Koen. Koen kon echter geen potten breken en moesten we de set langzaam laten gaan...Het werd uiteindelijk 25-20 en de beruchte 5^e set diende zich aan.

De enkel van Arjan was toch gehavend geraakt en werden we genoodzaakt een nieuwe spelverdeler te kiezen. Zowaar geen sinecure en na lootjes trekken, papier-steen-schaar en iene-miene-mutte, was Rieni uiteindelijk de pisang. Een nieuwe spelverdeler was geboren.

De rest van het team voor deze set werd gevormd door Bart, Wim jr., Koen, Wim sr en Karl.

Het begin van de set was dramatisch (ja echt het kan nog slechter) en hield Mytilus ons lang op de nul. De kantwissel ging bij 8-1....een schande. Dit ondanks het verdienstelijke spel van interim-spelverdeler Rieni.

In het verdere verloop van de 5^e set konden we toch nog enigszins aanklampen, maar werd het gat nooit echt kleiner. We verloren de set met 15-11 en daardoor de wedstrijd met 3-2.

Toch een verdienstelijke prestatie en na het bedanken van de supporters door een heuse buikschuiver van Rieni (uitslover !!), werden enkele spelers verrast door de supporters met een traktatie. Helaas was een deel van het team al afgedropen naar de kleedkamer en konden zij niet meegenieten van de versnaperingen. Misschien kan dit nog eens overgedaan worden bij een volgende wedstrijd.

Het bleef nog lang rustig in de kantine van het Omnium.
Ingezonden door Karl

Recreatie

BOK Recreanten – De Bongerd 3-5

Zaterdag 10 december 2016

Vandaag 10 december stond De Bongerd op ons programma. We hebben dit seizoen 9 spelers (een hele luxe





voor ons) en dit keer waren Tanny, Coby, Mirjam, Saskia, Jolanda en Ineke van de partij.

De wedstrijden werden begonnen met een minuut stilte, want Bram Geene, één van de oprichters en dragende kracht van het zaterdagmorgen volleybal, is deze week overleden.



Daarna werd begonnen met de eerste set, die gelijk op ging. Helaas eindigde deze met 25 – 23 voor de tegenstander.

Ook de 2^e set ging gelijk op, het was een hele strijd, waarbij de bal vaak over en weer ging voor er een punt viel.

Tanny was vandaag onze libero om de stijve knieën van Saskia en Coby wat te ontzien, en ze moest heel wat ballen redden. Deze set viel in ons voordeel uit met 26-24.

De derde set stonden we een tijd voor, maar we lieten het op het laatst toch wat lopen, en met een goede servicebeurt van De Bongerd was het bij het eindsignaal 21-17 en de set dus voor de tegenstander. Omdat de volgende set niet meer gespeeld kon worden krijgen we elk 1 punt en is de eindstand 5-3 voor De Bongerd.

Jammer, maar we hebben lekker gespeeld en gingen met een goed gevoel naar huis.

Ingezonden door Ineke

[BOK website](#)

Meer volleybalnieuws op:

www.vvbok.nl

Tips voor de website of nieuwsbrief? Mail naar:

webredactie@vvbok.nl

