



Deze keer in het nieuws..

- Agenda
- Van de webredactie
- Citaat van de week
- Dames recreatie redden punt tegen recretantes
- Menkveld maatje te groot voor Dames recreatie
- Dames recreatie haalt uit tegen Kattendijke
- Rabobank Clubkas Campagne bijna van start
- Houdt de boel netjes
- Heren twee zegt nooit geen nee
- Bokfeest 2017: het komt er weer aan
- Oliebollenactie 2017: 30 maart
- Jos' knuffeluurtje 2017
- Officials zorg dat je er bent !!!
- Mini's gillen Baskensburg bijna in stukken
- MC1 gewoon een COOL team
- Dames 1, 't duurt ff, maar dan heb je ook wat
- Dames 2 on strike in Goes
- Heren 1 met juiste Spirit naar winst
- Heren 2, van Waspik tot tippelzone



Agenda

01-04-2017

10:30	DAMES recreatie	Menkveld	Goes
12:30	Set up JC1	BOK JC1	Breda
13:30	BOK DS2	Ardito DS1	Kapelle
13:30	BOK HS2	Mytilus HS2	Kapelle
15:30	BOK DS1	Sic Pugno DS1	Kapelle
15:30	BOK JB1	YVC JB1	Kapelle
15:30	Volley Tilburg HS4	BOK HS1	Tilburg

Nieuws

Van de webredactie

Na drie weken is er nu weer een BOK journaal. Een excuus richting onze recreatie dames is hier wel op zijn plaats, daar zij als enige team vorige week wel op tijd hun verslag hadden ingezonden, maar alleen hun verslag in een BOK journaal vond ik wel erg karig. Daarom dit keer de verslagen van deze dames als eerste geplaatst.



Citaat van de week

Citaat van deze week:

"En als ik ze dan verwen met een drupje ventielolie,"

Welk citaat kunnen we hier volgende keer verwachten?

Recreatie

Recrétantes – Bok dames Recreanten 7-1

Zaterdag 11 maart 2017

Op zaterdag 11 maart speelden we, na een vakantie van 2 weken, tegen de Recrétantes. Dit is een team van oude rotten. Ze spelen technisch heel goed. We begonnen met een lange rally. Dat was apart. We speelden lekker, maar zij wisten steeds de gaten te vinden. Wij misten snelheid. We kregen ook moeilijke serveerballen te verduren. Het was werken, maar toch een leuke partij. Setstanden; 15-25, 11-25, 14-25 en 16-8. We hadden dan de eer gered en wonnen nog 1 puntje.

Volgende week tegen Menkveld 2. Dat word een zware dobber.

Ingezonden door Cobie



Bok dames Recreanten – Menkveld 2 0-8

Zaterdag 18 maart 2017

Zaterdag 18 maart hebben we tegen Menkveld2 gespeeld. We kwamen gelukkig op tijd aan ondanks een klein technisch mankement van de auto van Mirjam.

In het veld begonnen Saskia, Mirjam, Cobie, Marian, Carolien en Joke opgewarmd aan de eerste set.

Maar in deze set kwam Menkveld te goed op dreef en dat was te zien aan de setstand 9 – 25.

In de tweede set gingen we met nieuwe moed verder. Onze aanval miste teveel zodat we deze set ook uit handen hebben gegeven. 17 - 25

De derde set waren we heel goed begonnen met zelfs een ruime voorsprong.

Op de goede servicebeurten van Menkveld werd dit omgebogen tot een achterstand. 20 25





Ook de laatste set konden we niet verzilveren. 5 - 11
Even een dip, hopelijk gaat het volgende week beter tegen
Kattendijke
Ingezonden door Joke



BOK dames recreanten – Kattendijke 7-1

Zaterdag 25 maart 2017

Om 9:30 uur spelen, dus lekker op tijd uit de veren. We kunnen alvast een kleine voorproef nemen op zondagmorgen, dan gaat de klok een uur vooruit. Bij binnenkomst in de hal valt me op dat in ieder geval alle netpalen al in de grond zitten, dat is weer een meevaller. Het enige manco vandaag is de klok, of eigenlijk het ontbreken ervan. We moeten zelf de tijd in de gaten houden!

Ons team vandaag bestaat uit: Saskia, Marian, Ineke, Carolien, Jolanda en ondergetekende. We proberen de strammigheid wat uit onze ledematen te krijgen en gaan op zoek naar een bal. Joke is onze hofleverancier voor ballen, dus dat is pech vandaag. Na enig zoeken bemachtigen we een wedstrijdbal. Ik weet niet hoeveel atmosfeer de bal kan hebben, maar hij zit zeker aan de max. Zonder al te veel balcontact starten we de wedstrijd. Onze tegenstander heeft de bal nog helemaal niet aangeraakt, zij stappen zonder voorbereiding het veld op. Het wordt een eenzijdig setje, met BOK in de hoofdrol. Onze Kattendijkse tegenstanders hebben moeite om de pass te brengen en komen nauwelijks tot scoren. De punten die ze vergaren zijn veelal onze eigen foutjes. De eerste set eindigt met 25-9 op het telbord. We zijn blij met deze eerste puntjes, want de afgelopen weken heeft BOK een aantal zware verliezen geleden. We houden de winnende opstelling, bij Kattendijke zetten ze een joker in. De wissel van Kattendijke is een jonge talentvolle speelster, op sokken....

Ik maak hierover een opmerking dat dit toch echt niet kan en stel voor dat ze een time out nemen om eerst haar schoenen aan te laten trekken.

Op schoenen speelt ze natuurlijk veel beter, maar het zou toch zonde zijn wanneer dit jong talent verloren zou gaan door een blessure. De wedstrijd wordt leuker er komen wat meer rally's, maar BOK blijft in controle. We halen keurig de set binnen met 25-15.



In de derde set wordt er bij de tegenstander weer gewisseld, maar BOK blijft toch de betere partij. Marian komt een aantal keren met een smash, onze service is super degelijk en levert meteen de meeste punten op. Zonder al te veel inspanning winnen we ook de derde set. Onze setuppers worden vandaag een beetje gespaard met dank aan Kattendijke.

Na drie snelle setjes lijken we nog tijd te hebben voor de vierde set. Met de stand 2-1 in het voordeel van BOK beslist de scheidsrechter dat we het laatste punt gaan spelen omdat de laatste minuut al verstreken is. Een aardige prikbal van de invalster zonder schoenen bezorgt Kattendijke het eerste wedstrijdpoint. We beëindigen de wedstrijd met 7-1 in ons voordeel. Een prima prestatie. Wel vreemd dat alle andere teams nog zeker 5 minuten speeltijd hebben en rustig doorspelen.....

Na afloop nog even een bakje koffie en een kleine evaluatie. Met nog 2 zaterdag en 3 wedstrijden te gaan zullen we geen topnotering hebben dit jaar, wel veel plezier. Voor mij was dit de laatste wedstrijd van dit seizoen, dames veel succes met de laatste partijen.

Ingezonden door Tanny



Nieuws

Clubkas Campagne Rabobank komt er weer aan

De Rabobank Clubkas Campagne komt er weer aan. Dit is voor onze vereniging dé manier om van Rabobank Oosterschelde een donatie te ontvangen. Maar hoe doen we dat? Daarvoor hebben we jullie hulp nodig! In deze e-mail leg ik uit wat de Clubkas Campagne inhoudt en hoe jullie kunnen helpen.

Wat is de Rabobank Clubkas Campagne?

Via deze campagne steunt Rabobank Oosterschelde verenigingen en stichtingen. Onder het motto 'een aandeel in elkaar' maken zij verbinding met hun klanten, leden en de samenleving. Tijdens de Clubkas Campagne stelt Rabobank Oosterschelde € 120.000,- beschikbaar. Niet de bank zelf, maar de leden van de Rabobank verdelen door middel van stemmen dit donatiebudget.

Wie kunnen er stemmen?

Leden van de Rabobank ontvangen voor aanvang van de stemperiode per post een unieke code waarmee ze kunnen stemmen. Van donderdag 6 april t/m dinsdag 18 april 2017 brengen zij via een stemsite hun stem uit op de verenigingen en/of stichtingen die zij een warm hart toe dragen. Ieder lid





ontvangt vijf stemmen, waarvan maximaal twee stemmen op dezelfde vereniging (2 stemmen voor BOK dus!) uitgebracht mogen worden.

Nog geen lid, maar wel klant van Rabobank?

Alleen leden van Rabobank Oosterschelde mogen stemmen. Als je klant bent, ben je niet automatisch lid. Ben nog geen lid, maar wel klant van de bank? Dan kan je tot 15 februari 2017 lid worden en meestemmen tijdens de campagne. Klik hier om het lidmaatschap aan te vragen! Let op: het duurt een aantal werkdagen voordat de aanvraag wordt goedgekeurd. Meld je daarom snel aan zodat je op mee mag stemmen!

Kan BOK op jullie rekenen?

Vorig jaar hebben we met € 394,- mogen ontvangen van Rabobank Oosterschelde. Lukt dit ons dit jaar weer? Stem! Vertel je familie en vrienden ook over de Clubkas Campagne en help de vereniging aan een mooie donatie! We rekenen op jullie steun! ♪

Met vriendelijke groet,
Jessica Mondeel
Penningmeester VV Bok



Opruimen velden

Optisport heeft het ook al enkele malen gevraagd, maar nu afgelopen donderdag vind ik me geroepen om toch een oproep in de BOK-krant te doen! Daarom verzoek aan alle teams en coaches/trainers om na afloop van training en/of wedstrijd er voor te zorgen dat het veld netjes wordt achter gelaten. Dat betekent dat naast het opruimen van het net, banken, tafel en stoelen en eventuele ballentassen er ook voor zorgen dat er geen lege drankflesjes/papier bij het veld blijven liggen. Voor het opruimen van de tablets stel ik voor dat dit door de tellers van de wedstrijd wordt verzorgd (aanvoerder ziet erop toe dat dit gebeurt. Zo voorkomen we dat ze in verkeerde handen raken. Ik dank jullie alvast voor de medewerking.

Met sportieve groet,
Jack

H2 toch aan de bak op vrije zaterdag.

Op het laatste moment een afmeldingsbericht van de Nevobo. Onze tegenstander, Kikkers 2, heeft de pijp aan Maarten gegeven. Team is teruggetrokken uit de competitie. Jammer voor ons, want zo werd voorkomen dat we een seizoenrecord konden vestigen door 3x achter elkaar een wedstrijd te winnen. Die missie blijft uiteraard overeind: Atak is dus gewaarschuwd!!

Desalniettemin waren er zowel bij JB als bij D1 tellers van H2 aan het werk. H2 is en blijft een betrokken team!! Overigens hebben de tellers bij D1 genoten van de inzet en gedrevenheid waarmee onze meiden leider Kraftweel gedisilluseerd naar huis stuurden. Ga zo door meiden!!

Feestavond 2017

Zoals jullie gewend zijn wordt na de laatste thuiswedstrijd van het seizoen een feestavond georganiseerd. Omdat deze wedstrijden al op 8 april a.s. vallen en de FC van mening is dat er eigenlijk meer tijd nodig is om een mooie/leuke/ludieke act in elkaar te zetten, gaan we voor een andere datum, nl een zaterdag in mei. Nadere berichtgeving volgt!

Oliebollenactie 2017

De oliebollenactie komt er weer aan! Op donderdag 30 maart zullen we de inwoners van Kapelle, Biezeling en Krabbendijke weer van oliebollen voorzien. We starten om 18:00 uur bij de sporthal, rond 20:00 zullen we klaar zijn. Draag jij weer je 'oliebol' bij?

Je kunt altijd nog aanmelden als:

- Verkoper
- Chauffeur
- Bakker (van 10:00 tot 13:00)
- Inpakker (van 13:00 tot 15:00)





Donderdag 30 maart 2017 is het weer zover, de jaarlijkse olieballenactie gaat weer van start.

Alle leden van BOK worden opgeroepen om bij deze actie te helpen zoveel mogelijk zakjes olieballen te verkopen in Kapelle en Krabbendijke.

Het verkopen van de olieballen zal vanaf 17:45u beginnen. Om alle verkopers door Kapelle te vervoeren hebben we ook chauffeurs nodig. En om te zorgen dat de olieballen gemaakt worden zijn er bakkers en inpakkers nodig.



Alle ballen verzamelen

Op donderdagavond 30 maart 2017 zullen alle ballen weer geteld worden, en zullen ze daar waar nodig extra aandacht krijgen van onze materiaalman Jos. Hierbij dan ook aan allen om ervoor te zorgen dat alle (volley)ballen in de sporthal aanwezig zijn voor deze controle.

Fluiters en tellers, zorg dat je er op tijd bent

Afgelopen tijd komt het regelmatig voor dat de aangewezen scheidsrechters er pas bij mijn herinneringsmail achter komen dat ze aangewezen staan en melden dan bij mij af omdat ze verhinderd zijn. Op dat moment is het moeilijk en vervelend om nog vervanging te regelen, waardoor last minute een beroep op andere mensen moet worden

gedaan. Dat is voor niemand fijn en zorgt voor een hoop onnodige stress.

Daarom vraag ik jullie bij deze om allemaal nog eens goed naar het laatste tel- en fluitschema, **versie 2.0** (zie de website) te kijken of je voor de rest van het seizoen aangewezen staat. Zet dit dan meteen in je agenda of zoek meteen een vervanger als je verhinderd bent en laat vervolgens aan mij weten dat je geruild hebt!!

Ook wil ik de coaches en aanvoerders vragen, vooral bij de jeugdteams, om het tellen goed te regelen. Afgelopen zaterdag was er niets geregeld, waardoor Karl, Arjan en ikzelf hebben moeten tellen. Toevallig kon dat zo opgelost worden, maar als dat niet kan zitten we zonder tellers en moeten de wisselers gaan tellen, wat natuurlijk niet de bedoeling is.

Als iedereen zich aan de afspraken houdt kan het fluiten en tellen soepel verlopen, zodat we niet op het laatste moment allerlei noodgrepen moeten doen. Ik reken op jullie medewerking!

Met sportieve groet,

Franciska



Mini's CMV toernooi Vlissingen

BOK 1 nivo 4

Zaterdag 18 maart 2017

Zaterdagochtend 8:15u. vertrekken we met de mini's richting Vlissingen om in de sporthal Baskenburg deel te nemen aan het CMV toernooi.

We waren verdeeld in een poule waar onze tegenstanders geen onbekenden waren.

Niveau 4 moest als eerste tegen de grote jongens en meisjes van Mytilus 1. We wisten wat we moesten doen. Hierdoor kwamen we met de eerste set al snel op een voorsprong met 11-8.

In de tweede set lieten onze sterspelers Fenna, Inde, Frédérique en Lieke elke keer spannende lange rally's zien. Jammer genoeg vielen bij de lange rally's de punten aan de andere kant en verloren wij net met 11-12.





Ons getalenteerde spelers moeten het in de tweede wedstrijd opnemen tegen YVC / de kikkers. Onze talentjes hebben mooi volleybal laten zien, goeie pass naar de set upper, vangen, opgooien en bovenhands spelen. Al gauw hebben we in de gaten dat onze tegenstanders dit niveau al lang beheersen. Ondanks onze goeie spel techniek verliezen we de sets met 6-16 en 7-16.

Inde, Lieke, Frédérique en Fenna waren strijd lustig in de revanches tegen Mytilus 1 en YVC / de kikkers. Ze werden ook door de fanatieke spelers van Bok 2 en Alex aangemoedigd.

“Hup Bok, klap, klap” “Hup Bok, klap, klap” “Hup Bok, klap, klap”. Opnieuw konden wij genieten van een mooi potje volleybal dat deze 4 meiden lieten zien.



Ingezonden door Greg



Bok 2 Niveau 5

Zaterdag 18 maart 2017

Om 8:15 vertrokken we met Priscilla, Chenna, Sofie en Kess richting Baskenburg om ons één na laatste toernooi te gaan spelen. Helaas was Nina vrijdag ziek geworden dus kon niet mee. Misschien de donderdag ervoor te hard getraind ☺. Dit team begint steeds beter op elkaar ingespeeld te raken en dat was te zien in het veld deze dag. Ze moesten meteen aan de bak tegen vvs'92. De service liep lekker, met name voor Chenna is het een koud kunstje de bal over het net te werken. Echter VVS wist de bal vaak goed te verwerken zodat er leuke rally's ontstonden en de tellers moeite

hadden om de extra punten voor 'in drie keer' spelen erbij te tellen. Gelukkig lette wij daar goed op;-) Een spannende pot met een gelijk spel:19-17, 14-18. In ons voordeel..... toch wel.



Toen aan de bak tegen de rode duveltjes van Philippine met hun “gezellige” coach. Philippine met drie spelers dit seizoen maar een geduchte tegenstander waartegen het hard knokken was. Bok 2 was zeer enthousiast in het zich zelf aanmoedigen o.l.v. Sofie die de akoestiek in de sporthal dan ook graag uitprobeerde met na elk punt het uit te roepen van Héééé'...!!!BOK!!! Helaas, Philippine won.

Daarna tegen BOK 3 uit Kapelle. Hier hadden de dames niet zoveel moeite mee. De boys uit Krabbendijke waren wel zeer fanatiek maar liepen daardoor elkaar ook een beetje in de weg zodat het van onze kant vaak en HARD klonk: Héééé'!!!!!! BOK TWEE!!!!!! Ik denk dat Sofie s'avonds wel een beetje schor was maar het gaf i.i.g. veel sfeer aan de wedstrijdjes!



Tenslotte tegen Savok 1. Ook hier hielden de dames redelijk goed stand. Veel ballen in drie maal over het net, maar dat deed Savok ook zodat het aardig gelijk op ging. Een gelijk stand als resultaat, weer in ons voordeel. BOK2-Savok1: 13-15, 17-14.

Toch een 3^e plaats in de poule voorrrrrr Bóóóóók Twéééé'!!!!!!

Ingezonden door Alexanderrrrrrrrrrrrrr





Bok 3,4567 nivo 3,75



Zaterdag 18 maart 2017

Met een 3 tal afmeldingen voor het toernooi toch nog met 9 mini's vertrokken naar Vlissingen.

Eerst afstemmen met Alex welk team we zijn want elke keer is het weer een andere nummering.

Is BOK 1 de ene keer het team in nivo 4 dan kan het de volgende keer een team in nivo 5 kunnen zijn.

Van het ene BOK team waren nog 2 meisjes over, Lieke en Mireilla, gelukkig hebben we sinds een paar maanden een aantal nieuwe leden zodat we nu een meisjes en een jongens team konden vormen. Anne-Lize, Leonie en Denise vulden het team aan.



De 1^e wedstrijd ging nog helemaal niet slecht zeker als je weet dat deze meisjes apart trainen en voor het eerst in een team samen speelden. De 1^e set werd niet gewonnen. Daarna lukte dat niet meer. Wel werd er hard gewerkt, goed geserveerd. Zelfs een aantal keren 3x over gespeeld.

De jongens van BOK: Raymond, Arne, Corstian en Bart. Vol goede moed begonnen ze met Alex als coach. Maar de 1^e wedstrijd lukte het niet zo, Was het de grote hal, de vele lijnen of toch dat ze zo graag willen maar het niet zo lukt als het een echte wedstrijd is? Wat op de training wel lukt gaat nu veel fout. Passes komen niet aan. Service lukt niet altijd.



De laatste 2 partijen ging het veel beter. Zijn de zenuwen dan over? De service lukt weer en ze scoren weer. Winnen lukt nog niet maar ze kunnen wel beter tegenstand bieden. Ook scoorden ze meer.

Deze wedstrijden geven de jongens ook het idee dat ze beter gaan volleyballen.

Ingezonden door Corrie

Aspiranten

Sic Pugno MC1 -Bok MC1 0-4

Zaterdag 25 maart 2017

Vol enthousiasme gingen we er 25 maart 2017 tegenaan en met resultaat. We hebben 4 sets gewonnen tegen Sic Pugno uit Bergen op Zoom. De eerste set met 25-17 gewonnen, de tweede set met 25-9 gewonnen, de derde set hebben we met 25-13 gewonnen en de vierde/laatste set met 25-13 gewonnen.

Ingezonden door Yvonne Koopman



Dames

BOK Dames 1 – Kraftwell symm DS2 3-1

Zaterdag 11 maart 2017

"We zitten met smart te wachten op een stukje van de beste wedstrijd van dames 1 ooit!" Wie moet dat schrijven dan? Ah.. We zien het al.. Het is in lijn met andere dingen die vergeten worden: bidon, inloop shirtje, bidon, spelerskaarten, bidon, bidon, bidon en dan nu HET wedstrijdverslag. Nou dames en heren, hier issie dan, het verslag.. van de béste wedstrijd ooit gespeeld door dames 1!!!

Het begon allemaal op zaterdag 24 september 2016 om 15.30u thuis tegen Stevo. Met de nieuwe trainert/coach ging het wedstrijdseizoen van start. Het nieuw gevormde dames 1 startte met een fenomenale overwinning van 4-0. Daarna volgde tot grote vreugd van team en Ton nog 6 overwinningen. Op 19 november kwam Bok dames 1 voor het eerst tegenover Kraftwell te staan, in Roosendaal. Supporters waren meegekomen om ons aan te moedigen, maar helaas mocht het toen niet baten. Een 3-1 verlies voor Bok, maar met setstanden van 26-24 en 27-25 was dat een krappe overwinning voor de Roosendalers. Bok liet de kop niet hangen en ging daarna gestaag door met het binnenhalen van punten. 5 wedstrijden worden er gewonnen en 2 wedstrijden verloren en zelfs bij de verloren wedstrijden namen we punten mee naar huis. Wat een team, iedereen groeit in zijn specialisme en we willen werken voor elkaar. Samen met Kraftwell staan we bovenaan de lijst. Met 2 wedstrijden minder en 8 punten





minder is dit de uitgelezen kans om een klap uit te delen en een betere kans te creëren voor het kampioenschap. En dan.. op zaterdag 11 maart is het zo ver. Het team waarvan we nipt verloren hadden, komt naar Kapelle. Op de app en thuis bereiden mensen zich voor om deze strijd aan te gaan. De tribunes staan klaar, de trommels zijn opgeroepen, de mensen stromen langzaam binnen en de spanning is voelbaar. De wedstrijd gaat van start. Bok komt 3-1 achter. De mensen op de tribunes denken al oei dit wordt een pittige wedstrijd. Maar dan.. Bok krijgt vleugels, voelt zich vrij, is één team en BAM BAM BAM!! Ze krijgen ze om de oren! Al die hocus pocus focus komt eruit in rake klappen. Niet te geloven. Ze hebben geen antwoord op ons goede spel. De ballen worden aan onze kant van de vloer geveegd, perfect bij de spelverdeler, kiezen waar ze dit

zodat zij kan
keer de
En
heerlijk
Het voelt



setup zal geven.
vervolgens
afgemaakt.
fantastisch en het

publiek zit te glunderen. Set 1 wordt afgesloten met 25-15 en set 2 met 25-11. Is dit de spannende wedstrijd tegen Kraftwell die we verwacht hadden...? Nou, dat hadden we ook niet moeten denken. Set 3 werd lastiger. Zij vonden ook een flow die hen wel beviel en wij hadden even wat minder de controle over ons spel en de wedstrijd. Er kwam een service serie van de blonde paardenstaart en er werd te laat op ingegrepen. Dit koste een aantal punten, waar we op het einde van de set hard voor moesten knokken. Het werd veel te spannend.. Helaas werd ons vechten voor de punten niet beloond met ook het setpunt; deze ging met 27-29 naar Roosendaal. We hadden uiteraard geen zin in een 5-setter, want daar worden we veel te moe van. Dus volle kracht vooruit en even laten zien wie hier de baas is in Kapelle. Veel support vanuit het publiek en de bank en het weer herpakken van het spel van de eerste twee sets bracht ons terug in die flow. We maakten het als één team af met 25-17, waardoor we vier punten erbij konden tellen. Heerlijk! En bizar ook wel. We hebben zelfs de voorspelling van de trainer/coach overtroffen, nou dan doe je het goed ;-) Met nog 6 wedstrijden te gaan en een uitdagend programma, zetten we ons weer op scherp om elk punt binnen te halen wat maar kan! Benieuwd of we de voorspelling van Ton als eindstand kunnen overtreffen...

Iedereen super bedankt die is komen kijken en die heeft meegeholpen die middag! Top vereniging!
Ingezonden door Lieke



Mytilus DS1 – BOK Dames 2 1-3

Zaterdag 25 maart 2017

Afgelopen zaterdag reisden wij af naar het Omnium in Goes, om één van onze laatste wedstrijden van het seizoen te spelen. Deze wedstrijd was voor een aantal ook dé wedstrijd van het seizoen. Helaas lijdend onder het gemis van coach Mark en libero Inge. Dit gemis werd echter gecompenseerd door onze libero in spé Moniek en de aanwezigheid van onze 'tips-fluisteraar' Erik. Het belooft een leuke wedstrijd te worden.

Set 1 begonnen wij vol goede moed en energie, die Mark ons de donderdag ervoor had meegegeven. Sylvana begon als spelverdeler, Anouk in de diagonaal, Moniek als libero, Mariëtte en Wendy als passer/loper en Mandy en Alyssa op het midden. Echter bleken de dames van Mytilus ook te beschikken over vechtlust, want tot de 15 punten was het een nek-aan-nekrace. Er kwam een sterke speelster aan service bij Mytilus, wat zorgde voor onrust in het veld van BOK. De pass kwam niet aan, waardoor de set-up matig kwam en er ook geen goede aanval kon ontstaan. Er werden extreem lange rally's gespeeld, maar de punten waren steeds voor Mytilus, wat resulteerde in 25-19 voor de dames uit Goes.



In set 2 werden er wat wissels aangebracht bij BOK, in de hoop deze set wel binnen te kunnen slepen. Denise kwam op de positie van Wendy en Angela kwam op de positie van Alyssa. Opnieuw werden er om en om punten gescoord door beide partijen, maar halverwege bleek Mytilus toch de sterkere partij te zijn. Hoe stug Moniek ook door bleef passen, hoe hard Sylvana ook rende om een goede set-up te geven en hoe hard alle aanvalsters hun best deden om langs het blok van Mytilus te slaan, het was een taaie strijd. Ook deze set verloren wij, met 25-16.

In de derde set werd Mandy gewisseld voor Alyssa en Mariëtte voor Wendy. Deze set werd weer gestart met een schone lei, maar het bleek tevergeefs. Er werd gevochten als tijgers, maar het ontbrak aan communicatie en direct scoren. Eindstand 25-19 voor Mytilus.

Maar dan... In set 4 vond er een plottwist plaats. Net voor de set werd er collectief besloten dat we toch nog even tot het uiterste moesten gaan, als we nog met een punt naar huis (of de bowlingbaan) wilden. Vanaf de eerste punten begon BOK meteen aan kop. Mytilus werd afgeblokt, weg geserveerd en van het veld af geslagen. De punten belandden in razend tempo aan de kant van BOK, wat zorgde voor een ruime voorsprong. Eenmaal bij de 21 aan





beland, konden we voor het eerst die wedstrijd '1, 2, 3, 4 punteeeeeen!' zingen. Daar kwam zo veel enthousiasme bij vrij, dat we ook de '3', de '2' en de '1' gezongen hebben. Wij wonnen de laatste set met 11-25!

Aan het eind van de wedstrijd bedankten wij de tegenstander én Sylvana. Voor haar was dit voorlopig de laatste wedstrijd, maar we hopen haar snel terug te zien op de training. Mark en Inge, we hopen dat jullie er de volgende keer weer van de partij zijn! Aansluitend aan de wedstrijd werd gegeten en gebowld bij de Zeelandhallen.
Ingezonden door Alyssa



Heren

Bok Heren 1 - Spirit H1 4-0

Zaterdag 25 maart 2017

Zaterdag 25 maart is het zover, de reeks belangrijkste wedstrijden voor Heren 1 gaan van start.

Om namelijk nog een kans op behoud van eerste klasse te kunnen krijgen moeten ze toch echt van die laatste plek af komen! Hoewel de titel song dan verloren gaat hebben we dat er wel voor over, want Nuvoc H2 is nog in te halen, mits we nu echt eens wat wedstrijden gaan winnen...

Van Spirit hebben wij al een keer gewonnen, 3-2 was het geworden in Rosmalen en de zwakke plekken waren bekend. Strakke service, goed blok en die lange middenaanvaller buiten het spel houden, dat was het plan en het pakte al gelijk goed uit in de eerste set, toen we al gelijk met 8-1 voor stonden. Dat was het resultaat van alleen een goede service en stevig muren bouwen boven het net. Deze voorsprong konden we netjes behouden door op de side-out te spelen en de relatief zwakkere passers uit te zoeken. De eerste set was redelijk makkelijk gewonnen met 25-18.

De 2^e set was eigenlijk een goede herhaling van de 1^e, beginnen met een voorsprong vanuit de service en daarna geleidelijk meegaan tot de 25. De 2^e set was gewonnen met 25-19 en voor het eerst in het seizoen kwamen er al ondeugende gedachten die aan een 4-0 zaten te denken... Maar eerst moesten de resterende sets nog worden gespeeld, waaronder die beruchte 3^e set!

En hoe! Na een zeer onrustig eerste deel van de set stonden

we met maar liefst 11-16 achter, maar toen vanaf de bank werd gecoacht dat die rust nu eens terug gepakt moest worden, kwamen we meteen terug. We beleven geloven in de winst! En ja hoor! 12-16, 13-16, 14-16! En een time-out! Doet ons niks, gewoon door gaan! 15-16, 16-16, en ja hoor er voor bij! We gingen gelijk op tot de 20 en toen kwam onze eindsprint, gewonnen met 25-21!

De 4^e set zag Spirit het eigenlijk niet meer zitten en ging gewoon vanzelf, tot wij besloten dat we het niet spannend genoeg vonden *uchu uch*. Van een 18-10 voorsprong lieten we ze terugkomen tot 18-16, toen brak het zweet weer even uit in de vorm van paniek? Of meer in de vorm van fysieke uitputting? In ieder geval pakten we onszelf op en kregen we het voor elkaar om de eerste 4-0 van het seizoen te spelen. De vierde set is ook gewonnen met 25-21. Degraderen doen we niet zomaar, wij gaan voor die P/D!
Ingezonden door Robbie



Atak'55 HS4 – Bok Heren 2 4-0

Zaterdag 25 maart 2017

Afgelopen zaterdag moest worden aangetreden tegen de koplopers van de competitie.

Normaal gesproken een eitje voor ons team, maar de laatste weken...of maanden....of jaren, zit de klad er een beetje in. Tussen de oren zit het nog wel goed, maar de uitvoering laat te wensen over en de aanvulling vanuit de jeugd moet natuurlijk zijn strepen nog verdienen.

Bij aankomst werden we naar een kleedkamer gedirigeerd, waar alle gasten zich moesten omkleeden, maar die nog niet eens groot genoeg was voor één team. Een duidelijke vorm van intimidatie....

Desalniettemin begonnen we op tijd met de opwarming.

De eerste set werd gestart met Arjan en Rinus in de diagonaal, Wim sr en Mathijs op het midden en als aanvallers Koen en Karl. Door een lichte blessure aan de schouder, werd Wim jr ingezet als libero, vanwege zijn voorbeeldige pass-kwaliteiten.

De eerdere intimidatie werkte en al snel stonden we met 7-2 achter. De routine van Rinus en een goede opslagbeurt van Karl, bracht ons weer iets dichterbij, maar kon niet verhinderen dat het tot 18-10 duurde, voordat we de 10 bereikten.

Bij 22-14 probeerde coach Jack het tij nog te keren door Rieni in te brengen voor Karl, maar uiteindelijk werd het 25-15.

In de tweede set werd er met dezelfde 6 aangevangen, en was de start een stuk beter.

Door een goede servicebeurt van Arjan, stonden we al snel met 2-4 voor. Helaas konden we de druk niet aan en





scoorden we niet meer tot 4-10. Tijd voor een time out van coach Jack, die ons weer met de neus op de feiten drukte en de spirit weer wat aanwakkerde. De passing lag echter niet goed en daardoor kon Arjan de bal niet goed bij de aanval krijgen. ATAK liep verder uit naar 18-8 en alleen enkele fouten van de tegenstander bracht ons op de eindstand in deze set van 25-14.

In de derde set moest het roer om en trok coach Jack zijn trainingspak uit. Hij ging persoonlijk de spelverdeling verzorgen, met in de diagonaal Rieni. Het midden weer voor Mathijs en Wim sr, de aanval verzorgd door Koen en Rinus. Het begin zag er veelbelovend uit en ging de strijd gelijk op. Via 7-7 en 11-11 werd er goed partij gegeven en werd er bij vlagen zelfs goed gespeeld. Bij 16-13 werd het eerste gaatje gemaakt door de tegenstander. En zoals zo vaak dit seizoen, moesten wij het 2^e deel van de set wederom achter de feiten aanlopen en kwamen we niet meer terug. Hoewel we nog verdienstelijk partij gaven, werd de set verloren met 25-20.



De vierde set startte met Karl in plaats van Rinus. Deze set werd zeer zwak aangevangen en al snel keken we tegen een achterstand aan van 9-2. Scores van Mathijs en Rieni, en een goede opslagbeurt van Karl, bracht de achterstand weer enigszins terug naar een punt of 5 (13-8). Jack wilde niet forceren en wisselde Arjan er weer in, op de spelverdelingspositie. Maar opnieuw werden er teveel fouten gemaakt, in de passing en in de verdediging. ATAK maakte hier dankbaar gebruik van en liep verder uit naar 18-9. Deze klap kwamen we niet meer te boven. ATAK had weinig moeite en sloot de set af met een 25-13 stand. Wij hadden een regelmatig 4-0 verlies opgelopen.

Na een laatste bezoek aan de veel te kleine kleedkamer, werd er een uitbundige maaltijd genuttigd in de kantine aldaar, onder het genot van een drankje. Hoewel dit onze laatste uitwedstrijd was, en er geluiden opgingen om dit te vieren in het Antwerpse en aldaar onze nieuwste teamleden in te wijden in de mystieke uitspattingen van H2, zijn we toch op tijd terug huiswaarts gegaan, om Oranje aan te moedigen tegen Bulgarije. We hadden beter gekozen voor Antwerpen, want die kater gaat over.....
Ingezonden door Karl

BOK website

Meer volleybalnieuws op:

www.vvbok.nl

Tips voor de website of nieuwsbrief? Mail naar:

webredactie@vvbok.nl

