



# NIEUWSBRIEF.

Redactie: webredactie@vnbok.nl

E. info@vnbok.nl, www.vnbok.nl, KVK nr. 40309276



## Deze keer in het nieuws..

- Uitslagen en Agenda
- Kersttraining 2017: donderdag 21 december
- Nieuwjaarsborrel 6 januari 2017
- Twee top arbiters erbij
- Mini's op prijzenjacht in Axel
- De M van Mini's en van Mmmmm.....
- Meerkerk maatje te groot voor dames 1
- Groene sterren van Heren 1 tegen Groene ster
- Woeste woensdag in Breda
- Heren 2 zet zegereeks voort tegen Symmachia
- Vijf sets, bitterballen, Heren 2 in Roosendaal
- Café Baarends pakt zege tegen recreanten
- Een goedemorgen tegen Goedemorgen

13:15 BOK MB1

Sic Pugno MB2

Kapelle

15:30 BOK DS1

Voltena DS2

Kapelle

## Nieuws

### Kersttraining 2017

Donderdag 21 december is het weer tijd voor onze jaarlijkse kersttraining. Dus kerstpakken, ballen, en geweien weer uit de kast in in de tas.

Voor de leukste outfit weer een passende prijs.

Om 19.00 uur beginnen we met de jeugd, en rond 20.30 uur starten we met de senioren.

## Uitslagen en Agenda

### 29-11-2017

20:00	De Burgst HS3	BOK HS2	1-3
-------	---------------	---------	-----

### 02-12-2017

10:30	BOK recreanten	Café Baarends	1-2
11:00	BOK JB1	VV Stevo JB1	4-0
11:00	BOK JC1	VVS'92 JC1	4=0
11:00	BOK MA1	Next Volley MA3	1-3
13:15	BOK HS1	Groene Ster HS1	4-0
13:15	BOK HS2	Kraftwel symm HS6	3-2
13:15	BOK MB1	VC 't Aogje MB1	3-1
15:30	BOK DS1	Volley Meerkerk DS2	0-4
15:30	BOK DS2	Savok DS1	1-3

### 09-12-2017

10:30	BOK recreanten	De Bongerd	5-3
14:00	vv Stevo JB1	BOK JB1	0-4
16:00	ODI DS1	BOK DS1	3-2
16:30	Kraftwell Symm HS4	BOK HS1	1-3
16:30	Kraftwell Symm HS5	BOK HS2	3-2

### 16-12-2017

11:00	BOK JB1	VVS'92 JB1	Kapelle
11:00	BOK JC1	AVC'87 JC1	Kapelle
11:00	BOK MA1	't Aogje MA1	Kapelle
13:15	BOK HS1	VOKO HS4	Kapelle
13:15	BOK HS2	Savok HS1	Kapelle

### Nieuwjaarsborrel

Op 6 januari zijn jullie allemaal uitgenodigd voor onze jaarlijkse nieuwjaarsborrel. Exacte locatie wordt nog bekend gemaakt aan jullie.

### Scheidrechters proficiat !!!

Zowel Bart als Rieni zijn geslaagd voor hun scheidsrechtersdiploma. Voor Bart is dat de VS2 en voor Rieni de VS3. Heren, van harte gefeliciteerd! Fantastisch dat jullie je op deze manier inzetten voor de vereniging!

Groetjes Jessica

## Mini's

### Minitoernooi Axel

#### Zaterdag 9 december 2017

Gelukkig werd zeeland afgelopen zaterdag nog bespaart voor een pak sneeuw zodat we om 8:00u probleemloos met twee teams konden vertrekken richting Axel om te gaan strijden in niveau 5. Helaas moest Fenna zich s 'morgens afmelden i.v.m. een flinke verkoudheid.

In de poule van niveau 5 deden 6 teams mee waarvan er 3 van BOK. Volop kansen dus ☺ en.....leuke wedstrijdje tegen trainingsmaatjes.



Eerst maar eens tegen YVC1. Vanaf het begin lukte alles erg goed! Van zowel Kess, Prescilla, Nina en Lara ging vooral de service uitstekend! Voor Lara was dit haar eerste toernooitje na een paar maanden hard trainen. Ze pakt het volleyballen snel op en doet zeker niet onder voor de rest van het team. De 1<sup>e</sup> set ruim gewonnen met 14-20. Maar YVC1 herpakte zich in de tweede set waar het juist bij onze bokjes wat minder ging met als resultaat 20-12.

Vervolgens tegen bok 3 uit Krabbendijke. Dit team met drie spelers had veel moeite met onze service. We probeerden (de bal terug kwam) ons eigen spel te spelen met voorzichtige passjes en een enkele set-up, maar dat viel toch nog niet mee. Vaak deponeerden we de bal in twee keer bij bok 3 op de grond. Ook goed, maar een extra puntje voor drie keer overspelen lukte maar een enkele keer onder luid gejoel van de overige supporter-Bokkers.

Toen de wedstrijd tegen het bok 2 (met Lieke, Febe en Inde). Het werd een zeer felle strijd tegen een zeer enthousiast team met een harde yell en spelertjes die voor elke bal gaan!

Het eindigde in een gelijk spel, maar op inzet wonnen ze, eerlijk is eerlijk.



Tenslotte tegen Mytilus. Een vrij jong team die we in de eerste set er maar niet onder kregen (14-14) omdat de bokbatterijtjes een beetje leeg raakten maar in de tweede set herpakten onze dames zich en kregen we Mytilus over de knie en met een pak slaag van 22-13 klonk het eind signaal.

Een tweede plaats voor Bok 1(!) en feliciteren we onze trainingsmaatjes met hun eerste plaats!

*Ingezonden door Alex*

## Mini's in Axel Deel 2

*Zaterdag 9 december 2017*

Na een pittige training van Alex afgelopen donderdag stond er vandaag een mini toernooi in Axel op het programma.

Met onze gezellige team Lieke, Febe, Fenna en Inde vormen wij Bok 2. Helaas melde Fenna zich af waardoor dit gezellige team het met ze drieën op niveau 5 moesten doen. We besloten geen speler te lenen uit een ander team.

We moesten de eerste wedstrijd tegen het sterke team van YVC.

Febe, Inde en Lieke beginnen gelijk erg sterk met een reeks mooie service en goeie pass met hoge ballen. Maar vooral heel veel plezier in het spel. Ze werden ook flink aangemoedigd door de andere Bok spelers. Ook Jeroen de vader van Febe en Lisa de moeder van Lieke lieten zich goed horen. Hierdoor wisten onze gezellige mini's het spannend te maken tot het eind. Helaas moesten we beide sets net verliezen met 13-14. Maar het uitslag had ook net zo goed anders om kunnen zijn.



Bok 2 had er duidelijk zin in en wisten de 2<sup>e</sup> wedstrijd makkelijk te winnen van Savok met 17-10 en 13-12.

De 3<sup>e</sup> wedstrijd was tegen onze eigen Bok leden uit Krabbendijke. Bok 3 moest het ook met drie spelers doen maar onze kleine ster spelers hebben net wat meer ervaring en wisten hiermee de eerste set te winnen met 15-13. Bok 3 was niet onder de indruk en deden er een schepje bovenop. Hierdoor konden onze enthousiaste mini's nog net winnen met een klein verschil 13-12.

De 4<sup>e</sup> wedstrijd is een klassieker, Bok 1 tegen Bok 2. Vele trainingen hebben deze twee teams er samen opzitten. Ze kennen elkaar dus goed. De strijd was hevig te horen door de Bok yell van Bok 2 als van Bok 1. Bok 1 had veel moeite met de superrrrrrr mooie service van Lieke, Inde en Febe. Hierdoor had Bok 1 het erg lastig. Bok 1 kon het op punten wel bij houden doordat ze mooi volleybal lieten zien door vaak 3 keer over te spelen. De eerste set moest Bok 2 met 20-13 verliezen om nog gretiger te zijn voor de 2<sup>e</sup> set.

Als Bok 2 scoorde was de Bok yell zo hard dat de sporthal stond te schudden. Ook onze toeschouwers ondersteunde dit. Inde, Febe en Lieke konden door een schitterende pass





met hoge ballen of scherpe service de 2<sup>e</sup> set te winnen met 18-16, knap hoor!

De laatste wedstrijd tegen Mytilus hadden onze mini's nog niet los gelaten waar ze mee bezig waren. Voor elke bal werd keihard gelopen, gedoken of gesmasht. Daarom gingen ze er met de winst vandoor 19-7 en 17-15. Wauw wat ben ik trots op deze kanjers.



Dat ze goed bezig waren bleek ook wel want Bok2 wist hiermee de gouden beker mee naar huis te nemen. Gefeliciteerd met jullie wel verdiende 1<sup>ste</sup> plaats op niveau 5. Inde, Lieke en Febe ik ben trots op jullie, we moeten de dag daarom ook goed afsluiten met een etentje bij de M. Ik heb van jullie genoten, Dank je wel.  
*Ingezonden door Greg*

## Dames competitie

### BOK Dames 1 – Volley Meerkerk 0-4

*Zaterdag 2 december 2017*

Na de zege in Tilburg (de wedstrijd die bekend blijft onder de uitspraak 'lelijke punten zijn ook punten') hadden we een sprong gemaakt op de ranglijst. Redelijk onverwachts stonden we na deze wedstrijd op het podium, een derde plek. Ook de PZC had hier lucht van gekregen en zag met de aanstaande wedstrijd tegen de koploper Volley Meerkerk '95 een mooi affiche voor zich. Tijdens de maandag training werden onze kunsten allereerst onder de loep genomen door een fotograaf. Daarna werd de training nog eens bestudeerd door de journalist van de plaatselijke krant. Een leuk artikel volgde in de krant van afgelopen donderdag. Alle actiefoto's bleken niet goed genoeg want alleen de geconcentreerde blik van Arvid haalde de krant. De wedstrijd tegen Volley Meerkerk '95 was er dus één waar vooraf veel aandacht voor was. Misschien was het ook daarom dat we er erg veel zin in hadden. We hadden het idee als huidige nummer drie een leuke wedstrijd te spelen.

Meestal spelen we tegen goede teams ook fijne wedstrijden. Zaterdag was dit helaas niet het geval. In de eerste set ging het tot een stand van 9-10 gelijk op, maar al snel keken we tegen een achterstand aan van 9-16. Volley Meerkerk rook bloed en stoomde door. In een mum van tijd ging de eerste set verloren met 16-25.

We waren wakker geschud. Dat zou je denken tenminste. Wederom konden we tot 9-10 goed mee, maar Volley Meerkerk was veel sterker. Als snel ging ook deze set verloren met 15-25. De wissel van Marjet voor Jessica op het midden pakte goed uit, maar het was niet genoeg om de derde set te winnen. Ook deze ging verloren in 19-25. Ons spel werd in de vierde set wel beter en met vlagen zelf goed. Toch haalden we ons niveau in deze wedstrijd vaak helemaal niet. In die laatste set leek het er even op dat we toch een puntje zouden pakken. Tot 17-17 ging het gelijk op! Maar helaas, ook in deze set was Volley Meerkerk te goed. Tijdens het inspelen waren we niet per se heel erg onder de indruk geraakt van het volleybal aan de kant van Meerkerk. Toch verrasten ze ons tijdens de wedstrijd zelf. Wat hen zo goed maakte was de stabiliteit in hun spel denk ik. Het had een constant niveau, rustig over het algemeen en de speelsters wisten wat ze aan elkaar hadden. Daarnaast werd er in de verdediging veel 'gered'. Overal zat nog net een arm onder. Onze eerste 4-0 verlies dit seizoen en dat doet best pijn moet ik zeggen.

De week niet meer in de spotlight van de PZC want de derde plek hebben we ingeruild voor de zevende. We staan weer met beide benen op de grond zegmaar.. Zaterdag a.s. beginnen we weer op 0. Ons staat een wedstrijd tegen ODI te wachten in Oost West en Middelbeers. Zo komen we nog eens ergens!

*Ingezonden door Jessica*

## Heren competitie

### BOK Heren 1 - Groene ster H1 4-0

*Zaterdag 2 december 2017*

Zaterdag 2 december moesten de heren van het eerste na een stop van 2 weken weer aan de bak, deze keer was de tegenstander Groene Ster H1, die de laatste plek in beslag nemen. Theoretisch gezien dus geen moeilijke wedstrijd en daarom zouden we die met enig "gemak" moeten kunnen winnen. Bij aanvang van de wedstrijd bleken de spelers van Groene ster laat te zijn en dus startte we 5 minuten later. De eerste set startte en begon zoals verwacht, zonder al te veel moeite. Tot het moment dat er een snelle middenaanval van de tegenpartij kwam en ons verraste, het was niet moeilijk om er een antwoord op te verzinnen aangezien dat de enige aanval was die echte dreiging vormde. I.p.v. de midden mee naar buiten te laten gaan en daardoor op midden mogelijk te laat zou zijn, bleef de midden gefocust op die







snelle bal. De tegenstander probeerde naar buiten over te stappen, maar een eenmansblock op buiten was genoeg, ze kwamen er 4 ballen op rij niet doorheen en dit bleek een goede tactiek die hun middenaanval onschadelijk maakte. De eerste set werd gewonnen met 25-12. Hierna werd het een kwestie van concentratie houden en ons eigen spelletje blijven spelen, wat voor ons soms best lastig is. De tegenpartij kon meekomen met ons spel doordat wij concentratie verloren en nieuwe dingen aan het proberen waren. De tweede set eindigde met 25-19. De derde en vierde set verliepen ongeveer hetzelfde, ruim gewonnen maar matig gespeeld, veel persoonlijke fouten. Maar er waren ook goede dingen van onze kant, zoals het oplosvermogen van het team na een onrustige fase in de wedstrijd, of mooie individuele acties die het team weer wat energie gaf om de set in ons voordeel te beëindigen. De coaching was ook goed aangepast op de wedstrijd en liet wat meer verantwoordelijkheid bij de spelers dan normaal gesproken. De derde set werd gewonnen met 25-17, en de vierde met 25-14. 5 punten zijn weer binnen en de volgende twee wedstrijden worden bepalend voor het verloop van de rest van het seizoen, een leuke en spannende periode dus.

*Ingezonden door Robbie*

## De Burgst H5 – Bok Heren 2 1-3

*Woensdag 29 november 2017*

Op woensdag 29 november mochten we aantreden tegen het vijfde herenteam van de Burgst. Dus om 18.30 vertrokken we zonder Jelle en Arjan, maar met (de licht geblesseerde) Joren naar Breda. Na wat inspielen en inslaan begon de eerste set met Joren als spelverdeler, Wim junior in de diagonaal, Karl en Wim op midden en Rinus en en Bart op buiten. Helaas kwamen we niet in ons ritme en op de stand van 14-7 kreeg Joren toch teveel last van zijn knie en was genoodzaakt om het spel te verlaten en werd Ome Jack zijn vervanger. De bakens konden in deze set niet meer verzet worden en die werd dan ook met 25-16 verloren. Het geloof in eigen kunnen is groot want vorige week hebben we het altijd lastige Stevo verslagen en met die gedachte en dat geloof werd het veld betreden voor de tweede set. Jack blijft er in als spelverdeler en de rest blijft ongewijzigd. En jawel hoor. De spirit was er weer. Zelfs de twee timeouts die de tegenstander gebruikte om ons goede spel te ontregelen deed ons niets en met verwoestende cijfers werd de tweede set binnen gehaald met 13-25. Never change a winning team en zo zijn we met de zelfde opstelling de derde set begonnen en het werd min of meer een kopie van de tweede. Verdedigend werd er veel gepakt door onze libero Rieni en aan het net werden alle setups gepromoveerd tot punt met als resultaat de setwinst 17-25. De vierde set werd Jack vervangen door Martin en omdat we het niet al te laat wilden maken en zeker geen vijf sets

wilden spelen (is voor velen in ons team niet goed) gingen we voor de 1-3 winst.

Deze set hadden we wel te maken met een wat tegenspartelend team van de Burgst en tot 18 bleven we gelijk opgaan, maar de laatste punten werden op ervaring en conditie binnen gehaald en de winst was in de pocket. Na het nuttigen van een heerlijke Lefte waren we een beetje voor half 12 thuis.

Als we later dit seizoen deze mannen in Kapelle weer treffen en ze zouden eens een beetje minder persoonlijke fouten maken krijgen we er misschien een zware dobber aan, maar deze punten hebben we nu binnen en de degradatie zone zijn we inmiddels bijna ontgroeid.

*Ingezonden door Martin*

## BOK H2 – Kraftwell H6 3-2

*Zaterdag 2 december 2017*

Vandaag een tegenstander die iets onder ons op de ranglijst staat.

Omdat we de laatste weken aardig op dreef zijn (2x winst achter elkaar) hebben we goede moed dat we vanmiddag weer punten gaan pakken.

Onder de uitstekende leiding van Stephanie komen we echter inde eerste set toch iets tekort, 22-25.

Jongens, dit Kraftwell is geen wonderploeg. Er zitten in dit team, net als bij ons, geen echte afmakers.

Met hard werken en weinig eigen fouten maken moet de tegenstander te kloppen zijn.

In de 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> set was BOK zoals het hoort "heer en meester". Meer dan 15 en 11 punten werd Kraftwell niet gegund. Doordrukken in de 4<sup>e</sup> set, denk je dan, kat-in-bakkie. Maar bij onze H2 is niets logisch. De tegenstander kreeg ook door dat ze ons beter de fouten kunnen laten maken. Beide teams speelden nu heel voorzichtig, met soms hele lange rally's, 't was bijna slaapverwekkend. Uiteindelijk verliezen we de set onnodig met 19-25. Gelukkig konden we de 5<sup>e</sup> set alsnog binnenhalen met 15-13. Weer 3 punten bij het totaal. Er gaan stemmen op over het "linkerrijtje".

*Ingezonden door Rinie*

## Kraftwell H5 – BOK Heren 2 3-2

*Zaterdag 9 december 2017*

De hele week stond in het teken van busje wel, busje niet. We waren immers de confrontatie van vorig seizoen nog niet vergeten. Het werd toen een lange zit in de 6<sup>e</sup> set. Een flink aantal heren, wilden op herhaling maar liever niet als chauffeur. Zoals gebruikelijk werd er weer veel heen en weer ge-appt.

Op vrijdagavond is de busreis definitief gecancelled.

Om iets over 3 vertrokken naar Roosendaal, waar we zij aan zij met H1 Kraftwell gingen bestrijden.





H2 wist dat een voortzetting van de zegereeks vandaag heel moeilijk zou worden. De prognose was dat we slechts 1 setje zouden pakken. Bovendien begint een zwaar volleybalseizoen zijn tol te gaan eisen. Hier en daar doemen wat knie- enkel- en schouderklachten op, en ook de griep ontbrak niet.

Toch ging BOK voortvarend van start. Er werd als leeuwen gestreden. De vloer hoefde na de wedstrijd niet meer geboend te worden. Alles werd van de grond gehaald. Niet voor niets want niet alleen de 1<sup>e</sup> set maar ook de 2<sup>e</sup> werd winnend afgesloten. In de derde set was het bloedstollend spannend. Zouden we vandaag weer de volle winst gaan pakken? Helaas was Kraftwell het eerst bij 26.

De pijp was nu helemaal leeg, het geluk van de eerste sets verdwenen. Kraftwell won de rest van de sets en op punten, 108-94. Toch gingen we met een heerlijk en voldaan gevoel onder de douche. De drukte in de kleedkamer van voor de wedstrijd was verdwenen, tijd om onze songs nog eens te oefenen.

Het bleef nog lang onrustig in Roosendaal.

Speciale dank gaat uit naar Anne-Marie. Niet alleen voor het terugrijden maar ook voor de bitterballen. Of waren die van de tegenstander?

*Ingezonden door Rinie*

## Recreatie

### BOK – Café Baarends

1-2

*Zaterdag 2 december 2017*

Op zaterdag 2 december speelden we tegen Café Baarends. Vandaag speelde Annette van Menkveld 2 mee. We hebben nog 2 geblesseerde dames. Tanny met een tenniselleboog en Saskia door haar nieuwe knie. Saskia is al goed aan de beterende hand ehh voet/knie. Hopelijk kan Tanny op 20 januari weer meespelen!

Zoals altijd zijn wij en het Café aan elkaar gewaagd. De eerste set speelde het Café beter en verloren we die met 18-25.

De tweede set kwamen we op gang. Doordat het net laag en slap ging gebeurde er onverwachte dingen bij het net. Bij services bijvoorbeeld viel die er net over. Dit was gelukkig aan allebei de kanten zo. In de tweede set was het geluk meer aan onze kant en wonnen we die met 25-19. Wij serveerden goed. Maar het Café ook. ...

De derde set stonden we lang voor, maar het Café haalde ons in en ging er zelfs overheen; 24-26. Jammer!

Volgende week de laatste wedstrijd van het jaar tegen de Bongerd. Dan is het pas op 13 januari weer de volgende wedstrijd.

Alvast fijne Feestdagen!

*Ingezonden door Cobie*

### Goedemorgen – BOK

3-5

*Zaterdag 9 december 2017*

Vanmorgen moesten we aantreden tegen Goedemorgen. De eerste set waren we duidelijk nog niet warm genoeg. Goedemorgen had heel veel ballen terug, wij waren niet snel genoeg en er waren veel misverstanden. Deze set verloren we dan ook met 25-18. In de 2<sup>e</sup> ging het beter. Toch bleven we net steeds op achterstand. Tegen het eind van de set stonden we met 20-15 achter, maar na een heel goede serie opslagen van Carolien stonden we opeens voor. Deze set wonnen we op het nippertje met 25-23. In de 3<sup>e</sup> set was hun weerstand gebroken, zullen we maar denken en deze wonnen we vrij makkelijk met 25-18. Toen was de tijd op en er was geen tijd meer voor de 4<sup>e</sup> set, dus daarvan worden de punten gedeeld. Overwinning van 5-3 dus. Dit was voor ons de laatste wedstrijd van het jaar, en we gaan pas op 13 januari weer verder. Hopelijk is Tanny dan ook weer van de partij.

Iedereen goede feestdagen gewenst.

*Ingezonden door Ineke*

BOK website

Meer volleybalnieuws op:

[www.vvbok.nl](http://www.vvbok.nl)

Tips voor de website of nieuwsbrief? Mail naar:

[webredactie@vvbok.nl](mailto:webredactie@vvbok.nl)

