

FINALS

DE STRIJD OM HET
LANDSKAMPIOENSCHAP
BARST LOS



Zat. 26 Mei 20.00
Sporthal Opperdam, Volendam

Maandag 28 Mei 14.30
Sporthal Glanerbrook, Geleen
Zondag 3 Juni 14.30
Sporthal Opperdam, Volendam



KRAS
VOLENDAM

VS





Wij wensen H.V. Kras Volendam veel succes!

KRAS

Succes verzekerd!

*Wij wensen de mannen van HV Kras / Volendam
véél Succes!*

Succes
Krachtig in schoonmaken

In de herhaling: Busreis naar Limburg Lions

Op tweede Pinksterdag, maandag 28 mei wordt de tweede finalewedstrijd gespeeld van de Best of Three serie. Er bestaat die dag een kans voor KRAS/Volendam om voor de zesde het landskampioenschap te behalen. Deze wedstrijd tussen de Limburg Lions en KRAS/Volendam wordt gespeeld in de sporthal in Geleen om 14.30 uur.

Het is van groot belang voor onze jongens dat er zoveel mogelijk Volendam-supporters mee gaan naar Geleen. Hopelijk om daar de spelers van KRAS/Volendam naar het zesde landskampioenschap te schreeuwen. De dresscode is natuurlijk oranje, bij je reservering kan je nu gelijk een shirt bestellen, speciaal ontworpen voor deze wedstrijden, voor € 4,- zien we er dan allemaal geweldig uit! Daarom laat handbalvereniging KRAS/Volendam bussen rijden voor de supporters. Buskaartjes hiervoor kosten € 10,-, dit is exclusief het toegangsbewijs voor de wedstrijd. Entree kaarten kosten voor volwassenen € 10,- en voor jeugd t/m 16 jaar € 5,-, dit is alleen als je met de supporters bus mee gaat.

Wie met de bus mee gaat heeft dus ook een entree bewijs voor de wedstrijd! Alles kun je nalezen en reserveren op www.handbalvolendam.nl Er zijn maar 200 kaarten beschikbaar gesteld voor de Volendam supporters. Wees er dus snel bij!

Kijk op www.handbalvolendam.nl voor de vertrektijden van de bus!

Wat een luxe en het lijkt inmiddels bijna normaal. Maar het zou afbreuk doen aan de prestaties van onze Herenselectie om zo te gaan denken. Voor de zevende keer in het bestaan van HV KRAS/Volendam nemen wij deel aan de finale om Het Nederlands Kampioenschap Handbal. En voor de zesde keer kunnen we Nederlands Kampioen worden.

Ja, voor de zesde keer, want eenmaal zijn we niet als winnaar uit de strijd gekomen (tegen Hellas, seizoen 2007/2008). Sindsdien weten we dat deelname aan de finales nog geen garantie is voor succes. Dus gaan we er vanaf zaterdag aanstaande weer vol tegenaan in een Best of Three Finale tegen OCI Lions. Maar voordat ik daar verder op door ga, wil ik met enige trots terugkijken op het afgelopen seizoen. En dat begon gelijk goed, want in september vorig jaar werd de Supercup gewonnen tegen Kremer/Hurry Up. De reguliere compe-

De finale om het Nederlands Kampioenschap Handbal

titie werd afgesloten met een eerste plaats voor KRAS/Volendam, om in de daarop volgende tien play-off wedstrijden op ruime afstand van de rest eveneens als eerste te eindigen. Los daarvan werd in de Nationale Bekercompetitie ook de eindronde bereikt en mochten we afgelopen Hemelvaartsdag (donderdag 17 mei j.l.) genieten in het imponerende Topsportcentrum in Almere. Daar werd rivaal Fiqas Aalsmeer bestreden en hoe! In een prachtige ambiance, voor zo'n 2000 toeschouwers, waaronder heel veel Volendammers, was onze HV KRAS/Volendam na een schuchter begin, heer en meester. Met een 27 - 19 winst werd voor de vijfde keer de Nationale Beker gewonnen! Maar er waren nog meer hoogtepunten dit seizoen, waaronder de Europacup-wedstrijden thuis en uit tegen de Europese miljoenenclub HBC Nantes uit Frankrijk.

Met name het geringe verlies uit in Nantes voor 5000 toeschouwers blijft nog lang in het geheugen hangen. Verder werd ook nog een BeNeLux-competitie gespeeld. Na 10 wedstrijden tegen de beste vier teams van België, Luxemburg en Nederland, bereikte HV KRAS/Volendam nipt de Final Four, na een miraculeuze overwinning in België op United HCTongeren: daar werd in de slotfase met nog twee minuten te spelen en twee tijdstraffen een achterstand in winst omgebogen. De BeNeLux Finale werd vervolgens in het weekend van 3 en 4 maart 2012 in Volendam gespeeld. In de door SportKoepel Edam-Volendam perfect georganiseerde Final Four, wonnen wij in een overvolle sporthal Opperdam de finale van Initia Hasselt uit België. En werden zo winnaar van de BeNeLux-Liga 2012/2012.

Dan staan we nu voor de apothe-

ose van het seizoen, de Best of Three om het Nederlands Kampioenschap. Na een jaar lang van zware trainingen en wedstrijden staat nu voor onze amateurs (!) de ultieme krachtproef op het programma tegen OCI Lions uit Limburg. Mocht het lukken, dan gaat HV KRAS/Volendam in één seizoen alle vier prijzen winnen die er in Nederland te winnen zijn.

Zoals ik in het begin van dit voorwoord al aangaf, lijkt het inmiddels bijna normaal, al die prijzen winnen, maar dat is het natuurlijk niet. Integendeel zelfs, het is uitermate uniek wat hier gebeurt! Ik hoop van ganser harte dat het publiek dit ook beseft en het team en haar begeleiding die waardering geeft die past bij deze prestaties.

Namens het Bestuur wens ik de Herenselectie en begeleiding enorm veel succes, en alle toeschouwers een fantastisch en sportief gebeuren toe!

HV KRAS/Volendam
Piet Kes
Voorzitter.

Colofon

Deze bijlage is tot stand gekomen door medewerking van de Nivo, HV Kras/Volendam, Johan Molenaar, Betty Zwart-hoed, Piet Kes, Joost Ooms, Gemeente Edam-Volendam, de sponsorcommissie HV Kras/Volendam, Dirk Tuip, Matthijs Vink, Bob Brouwenstijn, Marianne Tadema, Martin Kuitert, Chantal Witteveen, Maart Admiraal, Nick Veerman, Joey Duin. Fotografie: Henk Seppen, Klaas Smit, Iwan Lautenschütz en eigen foto's.



V.l.n.r. Natasja Steur (sportzaken), Wethouder Gina Kroon-Sombroek en Lars Koopman (sportzaken).

Topsportgemeente van Nederland 2011

Over het jaar 2011 gezien is de gemeente Edam-Volendam uitgeroepen tot Topsportgemeente van Nederland. Deze titel bestaat uit de prestaties die de diverse verenigingen uit de gemeente leveren op nationaal niveau. Vanuit 41 competities waar de diverse verenigingen in uitkomen worden punten behaald door de eindstand in deze competities.

Vanuit de gemeente Edam-Volendam doen op dit niveau meerdere verenigingen mee. Zo is de Damclub Nederlands Kampioen geworden, doen zowel FC Volendam als RKAV mee in deze competitie en natuurlijk

de Handbalvereniging Kras Volendam. Dit jaar is ook de Zaalvoetbalvereniging toegetreden tot een van de 41 competities. De gemeente is natuurlijk super trots op deze verenigingen die het dus mogelijk hebben gemaakt dat we deze titel mogen dragen.

Door het faciliteren van sportaccommodaties en het ondersteunen van de verenigingen bij hun werkzaamheden hoopt de gemeente op zowel breedtesport als topsport een bijdrage te kunnen leveren. De handbalvereniging die dit jaar weer voor de landstitel gaat is hierbij een goed voorbeeld waar de gemeente enorm trots op is. Zowel op topsportniveau als in de breedtesport is

deze vereniging actief. Daarnaast houdt de vereniging zich actief bezig met maatschappelijke taken zoals sportstimulering door deelname aan Billy's sportproject maar ook alcoholpreventie door middel van het project Glashelder dat nu ook navolging krijgt bij andere verenigingen.

De gemeente wenst de handbalvereniging heel veel succes met de komende wedstrijden en hoopt natuurlijk dat net als vorig jaar de landstitel in de gemeente Edam-Volendam blijft. Dat zou betekenen de derde titel op rij en de 6e titel in 8 jaar!!!



Kaartverkoop

Vrijdag 25 mei kunnen gereserveerde kaarten voor de thuiswedstrijd afgehaald worden in de kantine van sporthal de Opperdam van 19.00 uur tot 20.30 uur. Maak hier gebruik van zodat u op de wedstrijdag niet in de rij hoeft te staan!

De dresscode voor de wedstrijd is natuurlijk oranje, ga naar www.handbalvolendam.nl en reserveer gelijk met je entreekaart, een speciaal voor deze wedstrijden ontworpen shirt. In de voorverkoop maar € 4,-. Gelijk met je entreekaart kun je het exclusieve shirt afhalen.

Zaterdag 26 mei gaat de kassa open om 17.15 uur. Gereserveerde kaarten worden tot 15 min. voor aanvang van de wedstrijd voor u vast gehouden, daarna gaan ze in de verkoop.

Beker terug in de kast

Met een smile op het gelaat wees doelman Martijn Cappel Joey Duin op het blinkende goud om diens nek. Dat hij het kleinood maar moest koesteren. „Het is immers pas je eerste medaille die bij het winnen van de nationale beker hoort”, voegde Cappel cynisch toe. Duin kon het hebben. „Ik ben er inderdaad trots op”, zei hij, ook al was het donderdag in het Topsportcentrum van Almere niet zijn wedstrijd en speelde hij zelfs nog geen kwartier. „Maar dit was het beste voorbeeld van dat je het met z'n allen doet”, sprak hij oprecht en gaf de credits aan zijn medespelers.

Aalsmeer staat te boek als een echte cupfighter, zo heette het. Maar drie jaar geleden ontpopte juist Kras/Volendam zich als een vechter van de hoogste orde. Op dezelfde vloer leidde Aalsmeer destijds met liefst 18-7. Het was de periode dat Marco Beers nog één van de regisseurs binnen de lijnen was bij Volendam. Ook al sputterde diens lichaam tegen, tegen zijn oude club Aalsmeer gaf hij mede gestalte aan een heroïsche inhaalrace, die via de verlenging alsnog tot een Volendamse bekerzege leidde.

Joey Duin speelde destijds nog in de Duitse (Tweede) Bundesliga en stond donderdag dus voor het eerst

met Volendam in de bekerfinale. Tegen die zo bekende tegenstander, Aalsmeer. Ook al was vooraf bekend dat die ploegfel en voortvarend van start zou gaan, toch werd Volendam overrompeld in de beginfase.

Aalsmeer schoot twee keer raak, Volendam liep zich telkens vast en Joey Duin verdoeven voor twee



Tom Schilder heeft zich losgerukt en probeert Aalsmeer-doelman nog met een lobje te verrassen, maar de bal gaat over.

 **HAZET**
hygiëne en veiligheid voor professionals



Topsport kan zó schoon zijn



 **INPACS**
WORLD OF HYGIENE

Pieter Liefstinkweg 30
Egstraat 24
Industrieweg 8
Gotenburgweg 22

1505 HX Zaandam
3319 LA Dordrecht
5627 BS Eindhoven
9723 TL Groningen

Tel. (075) 650 40 30
Tel. (078) 621 22 00
Tel. (040) 290 12 50
Tel. (050) 541 16 66


igefa
www.igefa.nl

minuten naar de strafbank. Met een man minder schoot Jasper Adams zijn eerste van de negen treffers binnen, maar het veranderde even niets aan de verhoudingen.

Toen Duin terugkeerde, wilde hij forceren en schoot te snel op doel. Na elf minuten had Volendam pas één keer gescoord, een zeldzame situatie. Trainer Martin Vlijm vluchtte niet in een time-out, maar haalde Duin wel naar de kant. Jasper Adams schoof vanuit de hoek door naar diens positie van linkeropbouw.

Adams ontwikkelde een ongekennde macht op die stek en bleek moeilijk te verdedigen voor de Aalsmeerders. In het Volendamse

verdedigingsblok verdween Duin ook en daar vulde Matthijs Vink de 'vacature' op. Volendam draaide het van 1-3 om naar 4-3 en liep langzaam weg. Doelman Martijn Cappel had sterke stops en goals van Adams en Niels Reijgersberg brachten verschil naar vijf (8-13).

Na rust groeide de marge en was de koers gelopen. De meeste tussentijdse jubel ontstond toen Simon Molenaar Martijn Cappel bij twee pingels kwam vervangen en ze ook beide keerde. Tussentijds zat er een prachtige aanval tussen bij Volendam, waar Jasper Snijders ook speelminuten kreeg en fit oogde. Bij die aanval legde Niels Reijgersberg de Aalsmeer-defensie met een lichaamsbewe-

ging in de luren en vond Tom Schilder. Die scoorde de 9-16.

Naderhand werd de vreugde compleet toen ook de jongelingen Melvin de Jong en Leon Geus bij hun entree scoorden. „Schitterend”, meende Joey Duin. „Er moet straks toch een frisse wind komen en over een paar jaar een nieuw team staan.” De teleurstelling dat zijn invloed niet noemenswaardig was in zijn eerste nationale bekerfinale, had al snel plaatsgemaakt. „Tuurlijk wil je een bijdrage leveren, maar ik ging forceren en zat ook nog eens binnen de kortste keren aan de kant met een tijdstraf. Toen waren we nauwelijks begonnen. Jasper Adams deed het vervolgens uit-

stekend op mijn plek.”

„Toen de trainer de tweede helft met de basisopstelling wilde beginnen, gaf ik meteen aan dat hij Jasper gewoon moest laten staan. Je doet alles als team.”

HV Kras/Volendam: Martijn Cappel, Simon Molenaar; Bastiaan Dörenkämper (1), Niels Reijgersberg (4), Tom Schilder (4), Boj van Limbeek (2), Joey Duin, Jasper Adams (9), Barry Koenders (1), Maurits van Buren), Jasper Snijders (2), Melvin de Jong (1), Leon Geus (1), Matthijs Vink.



Joey Duin en Matthijs Vink genieten van hun eerste gouden medaille als bekerwinnaar.

Molenaar: 'Moet weer zeker worden'

Het werd hem zó gegund. Iedereen veerde op toen hij ook de tweede pingel stopte in de bekerfinale tegen Aalsmeer. En ook trainer Martin Vlijm drukte hem tegen zijn ferme borstkas. Terwijl Simon Molenaar lange tijd in de anonimiteit vertoefde, omdat Martijn Cappel en Dennis Schellekens vaststonden als nummer één en twee. Laatstgenoemde werd wel gezien als een talent, maar niet als een clubman. Molenaar is dat wel, maar wegwijgend dacht hij er over om het handbal te laten voor het wat het is. Opeens was hij veroorzaker van gejuich tijdens de bekerfinale. Een groot contrast.

„Het viel mij ook op, de reactie van de anderen. Dat doet je goed”, zei de bescheiden Volendammer na de bekerwinst. Hij wilde al die tijd voor 'plek twee' gaan, als keeper. „Maar de trainer bepaalt. En of het terecht was of niet terecht wat er gebeurde, laat ik in het midden”, zei hij wijselijk.

„Ik heb lange tijd aan de kant gestaan”, aldus Molenaar, die in de voorbereiding sterk keepte, maar naderhand prompt ook wat lichamelijke klachten had. „Dan is het vreemd als je ineens weer traint met de jongens. In het begin dacht ik zelfs: als ze maar niet schieten. Je moet weer zeker worden in het doel. Dat zelfvertrouwen moet nog steeds groeien. Penalties staan los daarvan, dat is een andere tak van sport. Maar het is natuurlijk wel lekker als je zo een bijdrage kunt leveren in een finale.”

„Finales zijn het mooist, daar doe je het voor”, hoopt hij straks tegen Limburg Lions ook nog even binnen de lijnen te komen. „Als Martijn Cappel keept zoals tegen Aalsmeer, dan hoeven we ons geen zorgen te maken. Ik begreep wel dat ik tegen Aalsmeer tegen het einde geen speelminuten kreeg. Met die ploeg weet je het nooit, ze kunnen er binnen een paar minuten weer een wedstrijd van maken, dus je moet scherp blijven. Ik ben al blij met wat ik heb kunnen doen. We krijgen nog echte finales en volgend jaar beginnen we met een schone lei.”

VAN OORSPRONG AMBACHTELIJKE KWALITEIT

SUCCES MET HET BINNENHALEN VAN DE LANDSTITEL!

*Óók net binnengehaald!
heerlijke stoofaaf!
(restaurant en winkel)*

PAVILJOEN
SMIT·BOKKUM

VOLENDAM · SINDS 1856

SLOBBELAND 19 - 0299 363373 - WWW.SMITBOKKUM.NL



BeNeLux Liga: 'Niet normaal wat we doen en alles volgens het ideaalplaatje'



Minder dan een maand hadden de mensen van HV KRAS/Volendam en Sport-Koepel de tijd om de gehele toernooiorganisatie van de Final Four van de BeNeLuxLiga 2011-2012 in het weekend van 3 en 4 maart jl. op poten te zetten. Binnen een hele korte tijd moest alles en iedereen geïnformeerd en bij de toernooiorganisatie betrokken worden. Vanuit Sport-Koepel hielden Martin Kuitert, Johan Molenaar en een grote groep stagiaires zich

bijna dagelijks, tussen alle andere werkzaamheden door, bezig met de organisatie van de Final Four in nauwe samenwerking met de vrijwilligers van HV KRAS/Volendam. Voor het Nederlands Handbal Verbond was het de eerste keer dat zij op Nederlandse bodem een Final Four organiseerde. Deze eerste editie was daarom een samenwerking tussen het NHV, HV KRAS/Volendam en Sport-Koepel.

Bij het organiseren van de Final Four moesten we dit keer niet alleen re-

kening houden met een speelweekend van twee dagen met drie bezoekende teams inclusief overnachtingen en diverse maaltijdmomenten, maar was er ook aandacht voor side-events zoals een grootse jeugdclinic en waren er ook meerdere optredens van Cheerleading School Amsterdam, Bounce Dancemovement en een pauzeprogramma in de rust van de vier wedstrijden. Voor Sport-Koepel was het een mogelijkheid om haar organisatievermogen te laten zien en ook kwam de rol van de voorbeeldvereniging die HV KRAS/Volendam is goed tot zijn recht. „Niet normaal wat we doen en alles volgens het ideaalplaatje“, aldus Johan Molenaar van Sport-Koepel tijdens de bewuste editie van de BeNeLux Liga. En het vlaggenschip van de club prolongeerde de BeNeLux-titel in sporthal Opperdam. Op zaterdag werden de landgenoten van OCI/Limburg Lions verslagen en een dag later werd de Belgische landskampioen Initia Hasselt aan de zegekar gebonden: 30-24.

Factsheet Final Four BeNeLuxLiga '11-'12

- Ruim 60 vrijwilligers tijdens het evenement actief!
- Een draaiboek van ruim 100 pagina's!
- 4 deelnemende teams inclusief begeleidingsstaf!
- 3 deelnemende bonden!
- 8 scheidsrechters en officials!
- 14 maaltijdmomenten!
- Ruim 175 VIPS!
- Nationale, regionale en lokale persaanbacht!
- Iedere wedstrijd een uitgebreid pauzeprogramma!
- 4 live-uitzendingen via internet!
- Ruim 1800 bezoekers gedurende het weekend!



PLASTIC VERPAKKINGEN

Handbal KRAS/Volendam Een (h)echte ploeg!

WIJ WENSEN JULLIE VEEL SUCCES!!

Aanstaande zaterdag spelen we de 22e finale in acht jaar tijd met onze eerste herenteam en opnieuw zijn we megatrots.

Bij deze gelegenheid zou ik stil willen staan bij de ontwikkeling van de club en de uitdagingen die wij inmiddels kennen. Pas tien jaar geleden – weet u het nog – waren wij namelijk een gewone, ad hoc gestuurde vereniging met veel te veel overwerkte vrijwilligers. Inmiddels durven we te zeggen dat dit niet meer het geval is en dat we modern en vooruitstrevend zijn en dat de arbeids-rust-verhouding en werkomstandigheden bij het vrijwilligerskorps verbeterd is.

Zij kunnen namelijk lekker werken, individueel ontplooiën, genieten, starten maar ook zelfs meer afstand

nemen en dat alles geeft een gerust gevoel. Iets wat de gemiddelde vereniging in Nederland maar wat graag zou willen. Dit maakt ons zeker uniek in Volendam en mogelijk zelfs in Nederland.

Maar wat is er eigenlijk meer voor KRAS/Volendam te doen of te bereiken?

Antwoord: genoeg!

Hieronder wat voorbeeld-uitdagingen waar de club voor staat:

- De technisch directeur van het NHV beweert met een lach dat KRAS/Volendam, 'Slachtoffer is van de wet van de remmende voorsprong, en daarmee maar moet leven'.

- Medialand vergeet dat handbal een van de grootste zalsporten

Diepe trots

ter wereld is en dat Nederland een uitzondering is en geen regel.

- Het is maar normaal geworden dat er weer een sportkampioen is in de gemeenschap; zo normaal dat alleen de 'belangrijke wedstrijden' interessant geworden zijn.

- De gemiddelde verwachting is dat we ieder jaar kampioen worden.

- Onze collega-handbalclubs krijgen het voor elkaar klakkeloos alle samen gemaakte afspraken massaal aan hun laars te lappen en roepen: 'jullie hebben makkelijk praten, in Volendam kan alles'.

Hoe pakken we deze uitdagingen aan?

gen aan?

Een oplossing is door duurzaam te bouwen aan onze organisatie

en vooral op onze manier, samen, en vooral met diegenen die de veroorzakers zijn van de geschetste voorbeeld-uitdagingen.

Enkele van de zaken die we zullen moeten aanpakken zijn:

- Er alles aan doen om dagelijks ervoor te zorgen dat jongens blijven handballen.

- Er alles aan doen dat er opnieuw nieuwe kinderen kiezen voor ons project 'Glashelder' (geen alcohol voor zestiende jaar)

- Er alles aan doen dat wij meer partners bij ons betrekken die samen met ons mee willen bouwen aan onze mooie club.

- Er alles aan doen om meiden in

onze club nou eens echt te laten gaan geloven in het feit dat zij ook talent bezitten. (Er is zoveel talent intern dat ik denk dat ze kanshebber kunnen worden voor een finaleplaats in een Europese competitie in de toekomst).

Gelukkig zeg ik hiermee niet iets bijzonders, maar spreek wel een stuk ambitie en een mogelijke richting uit. We weten samen met elkaar wat belangrijk is om onze club overeind te houden. Als deze ambitie en mogelijke richting door ons korps samen enthousiast begeleid wordt, is het succes gegarandeerd.

Zet 'm op Volendam!

Joost Ooms (Algemeen Manager)

Het grootste gedeelte van de sponsoren van HV KRAS/Volendam is al een lange tijd verbonden aan de vereniging. Op het tenue van de heren prikken hoofdsponsor Kras Recycling en Schoonmaakbedrijf Succes, rugsponsor BDO en broeksponsor Hazet, Het komt bijna nooit voor dat een sponsor stopt. Even was er dan ook kleine paniek toen vorig jaar één van de sponsoren aankondigde te stoppen. Gelukkig werden snel twee vervangende sponsoren gevonden, namelijk GBBS Bouw en Tol

Sponsor bij HV KRAS/Volendam: lid van de familie!

Plaatwerk.

Sinds de overstap naar de verbouwde Opperdam heeft de HV meer mogelijkheden om iets terug te doen voor de sponsoren. Zo hebben we voor iedere wedstrijd een ontvangst in de verenigingsruimte met een drankje en een verrassend menu van de crew van Paco. Deze ontvangst speelt een belangrijke rol

voor de meeste sponsoren. Omdat de meeste sponsoren al lang meegaan en elkaar dus goed kennen is er hetzelfde familiegevoel als bij de vrijwilligers heerst.

Nieuwe gezichten in de verenigingsruimte worden vaak opgevangen door Hein de Kip en Jannetje, de opa en oma van Jan Smit. Sinds jaar en dag komen zij met zwager

Jaap de Bok naar de wedstrijd en ze horen bij de fanatiekste supporters. Op de een of andere manier spelen zij het klaar om ook een soort opa en oma te zijn voor de sponsorfamilie van HV KRAS/Volendam.

De sterke band van de sponsoren met de club verhuult ook een sluimerend gevaar. Binnen de vereniging wordt namelijk onvoldoende ge-

zocht naar nieuwe kansen. Ondanks de successen van de laatste jaren wordt er onvoldoende gebruik gemaakt van de mogelijkheden binnen Volendam, maar ook in de regio. Een regio waarin we omringd zijn door een aantal grote steden met veel bedrijvigheid. Om deze reden is onlangs een sponsorcommissie ingesteld. Deze commissie heeft het doel om de sponsorbasis van de vereniging te verbreden en uit te bouwen. Uiteraard is daarbij de voorwaarde dat het familiegevoel nooit mag verdwijnen. Wij wensen de sponsorcommissie veel succes.



ABN-AMRO

wenst

HV KRAS/Volendam

veel succes!

*ff flink gas
op de plank...
en winnen!*



mazda

KIL

Julianaweg 268 - Tel. 0299 - 363416

'Da's KRAS gedrag'

Heerlijk om ook dit jaar 2012 weer voor de prijzen te mogen spelen met HV Kras Volendam. De weg erheen duurt lang, maar is de moeite waard. Wat is er allemaal nodig om tot de beste van Nederland en de Benelux te behoren? De investering in jezelf is geen opoffering maar een doel tot een stabiel leven.

Allereerst moet er dat geloof in jezelf en je teamgenoten zijn om het hoogst haalbare te bereiken. Niemand die tegen je zegt dat je het moet doen. De opdracht om topsport te spelen komt echt uit jezelf. Oké, je wordt geprikkeld door je omgeving en je honger naar presteren, maar de beslissing om de weg te bewandelen tot succes neem je echt zelf. Hoe kom je het best tot zo'n besluit? Allereerst is daar een gezond topsportklimaat voor nodig en een gezonde geest. Je maakt ongetwijfeld verschillende afwegingen om hier 100 % achter te staan. Bij HV Kras/Volendam zijn er voldoende jonge spelers die de weg tot succes willen gaan. Wat er voor nodig is, is hieronder schematisch weergegeven.

Klimaat

Met velen zijn de dromen gedeeld over een betere Handbalvereniging, waarbij top- en breedtesport elkaar niet hoeven te bijten. Een vereniging in een dorp waar de inwoners vitaal zijn en de jeugd fit, waar bewegingsarmoede en obesitas duidelijk zijn teruggedrongen en waar een gezonde leefstijl de standaard is. Een vereniging waar inwoners uit alle lagen van de bevolking elkaar in de sporthal vinden en ontmoeten. Waar de jeugd zijn talenten – op school, maar ook daarbuiten – maximaal ontwikkelt. Een dorp met een hoog arbeidsmorale, laag verzuim en een hoge productiviteit. Dat is Volendam op zijn best en niet voor niets tot sportgemeente van het jaar gekozen. Uiteraard de inbreng van sponsors om dit alles mogelijk te maken.

Topsportcarrière is een lange weg

Wetenschappelijk onderzoek en de resultaten in een aantal succesvolle landen tonen aan dat:

- Topsportsucces verhoogt als je de totale carrière goed plant, zowel bij begin als bij het einde van de sportcarrière
- Een sportcarrière doorgaans circa 23 jaar investering eist, waarvan circa 10 jaar aan de top, met verschillende moeilijkheden in verschillende fases.

De doelstellingen van de commissie topsport HV Kras/Volendam zijn:

- Kansen op topsportsucces verhogen
- Optimale combinatie sport – studeren – werken
- Optimale leefsituatie voor de sporter
- Optimale voorbereiding op de 'na-carrière'

Carrièrebegeleiding van de topsporter

De ontwikkeling van talentvolle handballer naar topsporter. Een topsportcarrière verloopt voor alle sporters in een aantal vaste fases.

- * Initiatiefase
- * Ontwikkelingsfase: opleiding van begaafde handballers op provinciaal of nationaal niveau
- * Perfectiefase: eerste selectie voor nationale ploeg
- * Discontinuatie: topsporter beslist om topsport af te sluiten

Naast de sportieve ontwikkeling is er:

- de psychologische ontwikkeling van de handballer
- puberteitsperiode: in deze fase zet de jongere zich af van de ouders, maar heeft hij toch de psychologische steun nodig van de ouders en trainers die kunnen omgaan met pubers en adolescenten
- jong volwassenen: een partner die je ondersteunt in topsport is niet eenvoudig te vinden en kan een belangrijke struikelblok zijn
- de psychosociale ontwikkeling in een eerste fase hebben broers, zussen en leeftijdsgenoten een grote invloed
- in later fase wordt de topsportcoach cruciaal
- sport en studies (lager, middelbaar en hoger onderwijs) werk

dienen gecombineerd te worden. Op ogenblik van doorbraak op nationaal niveau zijn er veel uitdagingen (psychologische, sociale en schoolcarrière). Carrièrebegeleiding is meer dan enkel sport ondersteuning

Aandachtspunten:

- **Studie carrière:** een lang stuk van de sportcarrière is gedurende de schoolloopbaan, een optimale combinatie van sport en school is dus cruciaal
- **Professionele carrière:** na secundair onderwijs krijgen bepaalde sporters een profcontract aangeboden
- **'Nacarrière':** bepalen hoe de sportcarrière wordt afgerond en wat de sporter zal doen na de sportcarrière
- **Psychologische aspecten:** veel coaches zeggen: zwijg erover, anders gaan ze zich niet meer focussen, in realiteit zal een topsporter beter presteren als hij gemoedsrust heeft en zicht heeft op zijn 'nacarrière'
- **Fysieke aspecten:** het lichaam van een topsporter heeft een bepaald bioritme, een topsporter heeft tot acht maanden nodig om terug in normaal patroon te komen.

Binnen de Handbal Opleiding Volendam is hier niet alleen over nagedacht maar wordt er daadwerkelijk mee gewerkt. Kijkend naar die Opleiding in 2012 zien we een duidelijke door groei in de talentontwikkeling van de jonge handballer. In 2018 zal er een Eerste Herenteam staan welke voornamelijk uit de door Handbal Opleiding Volendam opgeleide topsporters bestaat.

In 2012 zal er voor het eerst ook een A- Junioren damesteam onderdeel zijn van de Handbal Opleiding Volendam waarbij de doelstelling dezelfde is als voor de heren.

Ook met het aantrekken van Mark Schmetz als hoofdcoach heeft men gekozen voor de samenwerking tussen presteren en de Handbal Opleiding Volendam

Opleiden en prijzen winnen botsen niet als je de belangen van beide maar apart begeleidt. Handbal in Nederland kan een positieve ontwikkeling doormaken als de verschillende afdelingen zich aan elkaar

binden en gebruik maakt van elkaars deskundigheid. De bemiddelaar zou het Nederlands Handbal Verbond moeten zijn.

Het is goed voor de sport en haar beoefenaar om het beste uit jezelf te halen. Zie het als een persoonlijk ontwikkeling in teamverband. Handbal Opleiding Volendam heeft een goed (top)sportklimaat met een professionele topsportomge-

ving in een sfeervol/ gezond dorp. Wellicht tot ziens bij HV Kras/Volendam

Bob Brouwenstijn



Hieronder vind je de tekst van "Ad Fundum" met het nummer dat speciaal is geschreven voor ons KRAS / Volendam. Als hij straks gedraaid gaat worden kunnen jullie in ieder geval allemaal meebleren.



Handbal-mania Ad Fundum

Heel ons dorp is losgeslagen, van 't volk, alle lagen
Op die mooie zaterdagen, "handbal-mania"
Enmaal door de jeugd gedrongen, is de wens van elke jongen
Dat je zo wordt toegezongen, "handbal-mania"
Als je juichen wil dan kan je, in de kleuren van oranje
Voor de spelers met hun franje, "handbal-mania"
In de hoogste regionen, bovenaan staan onze zonen, "handbal-mania"

**Door supporters zeer begaan
Volendam zal nooit vergaan
Topsport willen bedrijven
Moet hier voor altijd blijven
Zo is Volendam, uniek in haar bestaan**

De competitie is begonnen, toeters, ratels en ballonnen
Er wordt wekelijks gewonnen, "handbal-mania"
Tegenstanders krijgen les, 'n plaatsje bij de eerste zes
ja dat is kras en ook succes, "handbal-mania"
De play-offs zullen bepalen, waar de fans dit lied herhalen
Samen kunnen wij dit halen, "handbal-mania"
In de hoogste regionen, bovenaan staan onze zonen, "handbal-mania"

**Door supporters zeer begaan
Volendam zal nooit vergaan
Topsport willen bedrijven
Moet hier voor altijd blijven
Zo is Volendam, uniek in haar bestaan**

Klein begonnen, grote dromen, ja je kon het aan zien komen
Gaan tot grote hoogte stomen, "handbal-mania"
De finale, best of five, je voelt het door je hele lijf
Van deze spanning sta je stijf, "handbal-mania"
Spelers moeten alles geven, zullen vechten voor hun leven
Onze dijk weer laten beven, "handbal-mania"
Er is niks meer aan te doen, ons Volendam wordt kampioen

Nee daar is niks meer aan te doen, ons Volendam wordt kampioen!!!

Tekst: B. Smit

Wij rekenen op jullie!

bedrijfsadministratie
loonadministratie
belastingzaken
p&o advisering
financieringsadviezen

Edisonstraat 2
Volendam
T 0299 322204

KES Administratiekantoor
Bel ons vrijblijvend voor een oriënterend gesprek

comeback
re-integratie en verzuimbegeleiding

Voor deskundig advies en ondersteuning bij langdurig verzuim en re-integratie bent u bij Come Back aan het juiste adres. Sinds maart 2012 in de nieuwe locatie bij FC Volendam in de hoek Eikenlaan, 2 hoog.
Bel voor een vrijblijvend adviesgesprek: **0299-748060**.

Come Back, Sportlaan 10^{2hg}
1131 BK Volendam,
info@comeback-reintegratie.nl

CARE
INVESTMENT SERVICES

CARE Investment Services BV
C.J. Conijnstraat 6a
1131 DZ Volendam
Tel: 0299 323 070
Email: Loeger.Schilder@care-is.nl
Internet: www.carevolendam.nl

HV KRAS/Volendam en CARE
Investment Services gaan voor
het optimale rendement!

HSB

VOLENDAM betrokken bij Kras Volendam

Wij wensen de handballers van KRAS Volendam veel succes



Bekerwinst 'deert' niet

Vijftig uur nadat de nationale beker van hand naar hand was gegaan in Topsportcentrum Almere, stonden de mannen van HV Kras/Volendam er 'gewoon' tijdens de laatste playoff-wedstrijd tegen Hurry Up. De tegenstander uit Zwartemeer kon een stuntje in en tegen Volendam wel verge-

ten: 34-26. Om zich even te sparen tussen de twee finales in, dat kwam niet op bij de thuisclub, dat de concentratieboog gespannen hield. Alleen Tom Schilder verbleef nog aan de kant, om zijn voetblessure verder te laten genezen. Hurry Up mocht even op voorsprong komen, maar daarmee daagde het de koploper uit en dat had de ploeg van Martin Vlijm even

nodig. Voor rust was de score omgebogen (17-15) en was er al sprake van een doelpuntnrijke helft. Na de pauze gaf Volendam even flink gas en zat het achterin zó dicht, dat de noorderlingen helemaal niet tot scoren kwamen. Bij 24-15 kwam Hurry Up pas weer tot een doelpunt.

HV Kras/Volendam: Martijn Cappel, Simon Molenaar; Bastiaan Dörenkämper (2), Niels Reijgersberg (5), Matthijs Vink (5), Boj van Limbeek (1), Joey Duin (5), Jasper Adams (9), Maurits van Buren (1), Leon Geus, Barry Koenders (1), Melvin de Jong (1).

Uitslagen play-offs kampioensgroep: HV Kras/Volendam-Hurry Up 34-26, Limburg Lions-E&O 32-33, Quintus-Bevo 24-28.

Eindstand:

Kras/Volendam	10-21	Hurry Up	10-13
Limburg Lions	10-18	Bevo	10-12
E&O	10-13	Quintus	10-4

Het handbal moet veranderen

In alle opzichten en op alle niveaus zijn er dit jaar veel ontwikkelingen gaande, die zich sneller opvolgen dan ooit: van een failliet Griekenland (+ Nederlands HandbalVerbond) tot een rijk Google, Apple en Facebook. Veranderingen die zijn uitwerkingen hebben in elke generatie... en in elke sport. Ondanks de successen van de laatste jaren is het OBAMA-TIME voor KRAS/Volendam. 'Change we need!'

KRAS/Volendam kon dit jaar net aan een jongens C1 team formeren. In de D-jeugd lopen helemaal geen jongens. Onderzoek wees uit dat het in de rest van N-Holland nog veel erger is. Verenigingen hebben eigenlijk geen jongens meer en/of trekken zich terug. Crisisprobleem van het handbal? Of van alle (team) sporten?

Ron Klemann, één brok ervaring, één van de handbalambassadeurs in NL, neemt dit jaar afscheid. Met 31 nog niet eens echt oud, maar hij heeft het wel gezien. Niet zo gek,

want de competitie en de teams zijn elk jaar hetzelfde geweest. Voordat hij zijn conclusies trok deed Ron onderzoek naar de gemiddelde leeftijd en spreiding van de leeftijd van teams: Volendam; 25,94 (18-32jr). Hurry Up; 25,21 (20-30jr). Quintus 23,64 (17-34jr). Lions 23,50 (18-31jr). Bevo; 23,13 (17-31jr). E&O; 21,50 (19-29jr). Sport is emotie. Ambassadeurs geven de sport emotie en herkenbaarheid. Het is in mijn ogen essentieel om deze mensen vast te houden.

Het NHV noemt het handbal de meest dynamische sport ter wereld voor mensen met passie. Maar als basisschoolkids professionele training krijgen in judo, voetbal, handbal, turnen, streetdance, zumba, etc., krijgt handbal steevast de minste 'likes'. Met een veranderende tijdsbesteding en een onbeperkt sport- en spelaanbod zal het imago en de manier van het spelen van handbal moeten veranderen, zelfs op Europees niveau.

Het competitie-model, voor elke neutrale toeschouwer nog steeds

een raadsel, moet ook op de schop. Dit jaar speelden de mannen van KRAS/Volendam 48 of 49 (ligt aan Best of 3) wedstrijden. Ter vergelijking: Ajax speelde dit seizoen 47 wedstrijden. Een Volendam's voorstel om de play-offs er komend seizoen al uit te halen om meer ruimte, rust en overzicht te creëren, onder andere voor intensivering Benelux Liga, haalde het niet bij de bestuur-bobo's. Misschien is dat wel het grootste probleem: er wordt nauwelijks geluisterd naar de (oud-) sporters zelf.

Laten we daar nou eens mee beginnen... want het is en blijft nou eenmaal de meest complete sport op aarde! Met sportieve groet,

Dirk Tuip,
technisch topsport coördinator HV Kras/Volendam

T: @dicktuip



Zaterdag werd een vijftal mensen, twee dames en drie heren, van het scheidsrechtscorps met een smoes naar de sporthal Opperdam gelokt. Zij hadden geen flauw idee wat er ging gebeuren. De reacties waren dan ook erg grappig. Gemopper omdat hij 'nog meer te doen had' tot aan nervositeit, 'waarom moet ik komen?' Het betreffen vijf vrijwilligers, die onmisbaar zijn voor onze vereniging. Zij werden even in het zonnetje gezet.

Wat was er dan aan de hand? De twee dames fluiten al meer dan veertig jaar voor onze vereniging en de drie heren 25 jaar. Dit was de reden om deze mensen te huldigen. Voor de dames was er een gouden fluit en voor de heren een zilveren. Deze fluitjes werden door de heren

Scheidsrechters geëerd

Gerrit Spilt, voorzitter afdeling NHV-Midden Nederland en Klaas Pranger, secretaris AWS Midden Nederland, uitgereikt.

Voorzitter Piet Kes sprak de jubilarissen toe en gaf ook aan hoe be-

langrijk de scheidsrechters zijn en dat KRAS/Volendam deze mensen hoog in het vaandel heeft staan. Op de foto ziet u Maart Admiraal, Agatha Duin, Pius Schilder, Bart Markus en Jaap Zwarthoed.

Het scheidsrechtscorps van KRAS/Volendam bestaat uit stuk voor stuk zeer gemotiveerde mensen.

Voor heel veel mensen binnen de vereniging zijn zij de 'Stille kracht'. Elke zaterdag en zondag staan zij

op het veld om de jeugd weer te laten 'ballen'. Voor iedereen is het gewoon van elfsprekend dat zij ieder zaterdag of zondag kunnen spelen. Maar niets is minder waar. Want wat zullen de spelers raar opkijken als zij al in tenue op het veld staan te wachten tot het



MORE THAN 1000 POSSIBLE COMBINATIONS

MARC COBLEN

...It's time to win...

SINDS 1969

PIET SCHILDER

JUWELIER • TAXATEUR

STEP 1 - WATCH STEP 2 - STRAP STEP 3 - BEZEL NOW IT'S YOURS

Create your own in just 3 easy steps

HAVEN 24 - 1131ER VOLENDAM - TELEFOON 0299 364236 - WWW.PIETSCHILDER.COM



wenst HV Kras/Volendam veel succes!



Nr.	Naam	Positie	Geboortedatum	Lengte/Gewicht
12	Martijn Cappel	Keeper	4 april '80	195cm / 91kg
20	Simon Molenaar	Keeper	28 juni '87	184cm / 80kg

Nr.	Naam	Positie	Geboortedatum	Lengte/Gewicht
3	Matthijs Vink	Cirkel	26 oktober '81	198cm / 103kg
4	Bastian Dörenkämper	Rechter Hoek	10 september '82	180cm / 79kg
5	Niels Reijgersberg	Rechter Opbouw	21 november '83	192cm / 90kg
6	Jan Kes	Cirkel	18 mei '83	186cm / 91kg
8	Tom Schilder	Cirkel	4 juni '81	192cm / 88kg
9	Joey Duin	Linker Opbouw	4 juni '81	204cm / 110kg
10	Jasper Sniijders	Midden Opbouw	24 december '82	186cm / 88kg
13	Melvin de Jong	Rechter Opbouw	19 november '91	190cm / 87kg
15	Leon Geus	Linker Hoek	21 september '91	185cm / 80kg
16	Boj van Limbeek	Midden Opbouw	8 december '89	189cm / 92kg
18	Barry Koenders	Linker Hoek	6 november '79	183cm / 88kg
21	Maurits van Buren	Rechter Hoek	5 juli '93	180cm / 75kg
22	Jasper Adams	Linker Opbouw	3 juli '89	199cm / 78kg

Palmares:

Landskampioen: 2005-2006-2007-2010-2011
Bekerwinnaar: 2006-2007-2009-2010-2012

Supercup: 2005-2006-2009-2010-2011
BeNeLuxLiga: 2010-2011-2012

Naam	Positie	Opmerkelijk
Martin Vlijm	Hoofdcoach	Gemiddelde lengte: 189cm
Marco Beers	Assistent trainer	Gemiddeld gewicht: 88kg
Bob Brouwenstijn	Keeperstrainer	Aantal linkshanders: 4
Martin Kuitert	Teammanager/Looptrainer	Gemiddelde leeftijd: 26 jaar
Jan Kwakman 'Brak'	Teambegeleider	Aantal 'grote' prijzen: 18
Nel Lammes	Sportmasseuse	
Rob Duin	Fysiotherapeut	

SALON KERKEPAD

Make-Up workshops

Kinder Make-Up feestjes

Schoonheidsbehandeling

Pedicure

Bel voor meer informatie:
06-51701216

'Man of the Match'

Na de wedstrijd wordt de 'man of the Match' bekend gemaakt. Hij krijgt een waardebon van € 15,- van Salon Kerkepad uit Volendam



SALON
KERKEPAD

www.salonkerkepad.nl

Kerkepad 12 - Volendam - salonkerkepad@quicknet.nl

INTERSPORT[®]
VEEL SUCCES THEOTOL VEEL SUCCES

Hèt Volendammer Afbouw Bedrijf (VAB) wenst HV Kras / Volendam veel succes



Afbouw
www.vab-volendam.nl

Zet 'm op!



Nr.	Naam	Positie	Geboortedatum	Lengte/Gewicht
2	Tim Mullens	Linker Hoek	4 juni '82	180cm / 88kg
3	Marko Pejovic	Cirkel	8 september '82	191cm / 93kg
4	Marco Vernooy	Linker Opbouw	5 november '88	207cm / 98kg
5	Jarn van Gool	Linker Hoek	22 november '92	190cm / 80kg
6	Juri Corvers	Linker Opbouw	1 mei '89	190cm / 84kg
7	Alan van de Wall	Linker Opbouw	5 maart '90	185cm / 80kg
8	Martijn Meijer	Rechter Hoek	28 november '91	188cm / 78kg
9	Tim Krijntjes	Rechter Hoek	5 september '93	185cm / 82kg
10	Jordi Cremers	Cirkel	6 maart '90	182cm / 85kg
11	Nikola Miricki	Rechter Opbouw	12 juli '80	193cm / 90kg
14	Andreas Kittel	Rechter Hoek	12 februari '85	183cm / 78kg
15	Lino Janssen	Linker Hoek	9 oktober '91	180cm / 76kg
17	Marco Timmers	Linker Hoek	5 augustus '87	183cm / 83kg
18	Ivo Steins	Midden Opbouw	18 juli '92	180cm / 84kg
19	Joris Baart	Rechter Opbouw	24 april '92	191cm / 83kg
20	Joeri Verjans	Midden Opbouw	19 januari '88	178cm / 80kg
21	Robin Verjans	Midden Opbouw	5 maart '90	182cm / 86kg

Nr.	Naam	Positie	Geboortedatum	Lengte/Gewicht
12	Thijs van Leeuwen	Keeper	26 februari '87	194cm / 100kg
13	Rudi Schenk	Keeper	8 september '87	188cm / 86kg
23	Luuk Hoiting	Keeper	7 mei '93	189cm / 85kg

Naam	Positie	Opmerkelijk
Gabrie Rietbroek	Hoofdcoach	Gemiddelde lengte: 186cm
Maurice Canton	Assistent trainer	Gemiddeld gewicht: 85kg
André Baart	Teambegeleider	Gemiddelde leeftijd: 22 jaar
Jerome Doomen	Verzorger	

Palmares:
Winnaar Limburgse Handbal Dagen 2011

Celine Bootsman naar Aalsmeer

De Volendamse handbalkeeper Celine Bootsman maakt bewust twee flinke stappen in haar loopbaan. Na zes jaar Succes Schoonmaak/VOC veruult zij de voormalige landskampioen uit de hoofdstad voor het vrouwenteam van Aalsmeer, dat na de zomer terugkeert in de eredivisie. Daar komt zij een oude bekende tegen: voormalig Kras/Volendam-doelman én keeperstrainer Ruud van den Broeck is daar momenteel hoofdcoach.

„De laatste tijd maakte ik nog weinig speelminuten bij VOC. Onlangs speelde ik nog wel tegen E&O, maar met name in de grote wedstrijden kwam ik niet meer aan bod en dat wil je wel, om beter te kunnen worden”, aldus Bootsman, die ondertussen gevraagd werd door Van den Broeck.

„Dat is wel een grote naam in het handbal en hij heeft jarenlang bij

Volendam gezeten. Daar kan ik eerste keepster worden, hoewel ik natuurlijk net zo hard voor die plek moet vechten als bij VOC. Het was sowieso een moeilijke beslissing, want ik heb toch zes jaar bij VOC doorgebracht en ken daar iedereen. Bovendien speelt die club al jarenlang Europa Cup-handbal en Aalsmeer niet. Maar op dit moment is mijn gevoel bij Aalsmeer beter.”

Terwijl de Volendamse doelvrouw juist in Amsterdam gaat studeren. Afgelopen seizoen maakte zij deel uit van de nationale HandbalAcademie. „Dat is normaal gesproken de weg naar de selectieteams van Oranje, maar ik kon daarin de buurt (Papendal, red.) geen goede studie vinden en hier wel”, zegt Bootsman, die Aardwetenschappen gaat studeren. „En ik vind het volgen van een opleiding belangrijk en kan het blijven combineren met eredivisie-handbal.”

Seizoenen lang gaf Ruud van de

Broeck keeperstraining aan de doelverdedigers van Kras/Volendam. Maar dat gaat de oud-international bij Aalsmeer niet doen. Bootsman: „Hij heeft de vrouwenploeg halverwege dit seizoen overgenomen en dat is goed gegaan. Daar richt hij zich op, maar hij zal ongetwijfeld af en toe tips geven aan mij en andere keepers.”



Na de finale genieten van een lekker BBQ feestje!

- Gratis borden en bestek •
- Gratis bbq en gas •
- Gratis bezorging •
- Geen schoonmaakkosten •
- Ook via webshop •

Barbecueparty
Populair
p.p. **11,50**

Barbecueparty
De Luxe
p.p. **13,50**

Barbecueparty
Grand Cru
p.p. **16,50**

10% KORTING

MET DE HV01 COUPON VIA ONZE SITE

De BBQ-Koning

Voor een overzicht van onze uitgebreide BBQ-mogelijkheden kijkt u op www.debbqkoning.nl. Voor vragen en maatwerk kunt u ons altijd bellen: 0299-399798



Handbal gaat vaak voor het meisje bij Niels Reijgersberg en Jasper Snijders

'Ze dachten dat ik een verzonnen vriendje had'

Met HV Kras/Volendam staat komende zaterdag de oudste (basis)ploeg van de eredivisie in de finale. Die schat aan ervaring resulteerde reeds in de ene na de andere prijs. Inmiddels heeft de club begrepen dat de focus ook nadrukkelijker gelegd moet worden op de opvolging. De potentie daarvoor is voorhanden. Maar talent alleen is niet genoeg en juist wat daarna komt, is waar men bij Kras/Volendam een beetje beducht voor is. Is 'de toekomst' bereid met net zoveel bezieling te leven voor de sport als de huidige generatie, zonder dat de bankrekening gespekt wordt? Niels Reijgersberg en Jasper Snijders (en hun vriendinnen Lesley en Veronique) over het leven naast het werk: handbal. Want dat gaat vaak voor het meisje.

De spelers van HV Kras/Volendam. In het dagelijks leven zijn ze onderzoeker (Reijgersberg), manager Research & Development (Snijders), commercieel manager (Matthijs Vink), bankprojectmanager (Martijn Cappel), ontwerper (Joey Duin), schilder (Tom Schilder) en advocaat (Barry Koenders). Gelijkgestemde mannen met een sporthart. Kras/Volendam-manager Joost Ooms weet dat er met regelmaat van de klok jeugd moet worden ingepast, om die klaar te stomen. Tegelijkertijd rilt hij bij het idee dat hij de zo begeesterde mannen van nu kwijt te raken.

Verdrietig

Iets wat dreigt te gebeuren met Reijgersberg en Snijders, nu de één met zijn vriendin is gaan samenwonen in Den Haag en de ander dat van plan is. Ooms: „Het is een nederlaag voor ons. Het betekent wel-

licht dat we onvoldoende oog hebben gehouden om het de naasten van onze spelers het hier voldoende naar de zin te maken, zodat ze zich in Noord-Holland willen vestigen. Mits ze dat willen. En hier misschien hun handbalkinderen kweken. Deze twee jongens zijn topsporters pur sang, hét voorbeeld van intrinsieke motivatie. Mede zij hebben van Kras/Volendam een unieke club gemaakt. Zweeten en zwoegen om maar bijna dagelijks een balletje op het hoogste niveau te kunnen gooien, zonder het gevoel iets te hebben gemist in het leven. En bovendien een hele goede maatschappelijke carrière opbouwen. Het maakt me echt verdrietig als ze na komend jaar weg zouden gaan.”

„Je kunt het ook anders zien”, zegt Reijgersberg. „Juist omdat de club al die tijd zo meedenken, is de reden dat we, ondanks dat we verder weg zijn gaan wonen, ook volgend jaar doorgaan. Dat is een goed teken. Anders waren we van de zomer al wel van club veranderd.”

Vriendin Lesley: „Wij hebben twee jaar samengewoond in Amsterdam. Maar we wilden toch weer terug naar waar we vandaan komen. En wonen sinds een tijdje in Den Haag, vlakbij de zee.”

Veronique: „Ons netwerk zit in Den Haag en daar leunen wij vrouwen toch een beetje op. Mannen zijn veel flexibeler. Het went wel, maar in het begin was het voor mij vooral een kwestie van aan de zijde blijven van je vriend. Dan was ik nog flink teleurgesteld als Jasper of wijzelf door het handbal ergens niet bij konden zijn. Later volgde de acceptatie ik ken Jasper al van de tijd dat hij speler van Atomium was, waar zijn jeugdvrienden speelden. Toen ik voor het eerst in Volendam kwam, speelden ze nog in De Seinpaal en toen ik in de kantine iets wilde bestellen, stond ik na drie kwartier nog achteraan in de rij. Ik kende er niemand. Maar toen ik daar vaker kwam en ook tijdens gesprekken met Jasper, merkte ik dat zijn medespelers zijn vrienden zijn. En be-



Een typische actie van Niels Reijgersberg, die met een no-look-pass Tom Schilder (r) bereikt.

greep ik waarom hij daar niet weg wil.”

Gekkenwerk

Lesley: „Ik zie het als liefde voor het spel, wat Niels doet. Hij kan niet zonder handbal, dat heb ik wel gemerkt toen hij vorig jaar maandenlang moest revalideren van een ernstige blessure. Werd hij er niet leuker op. Werd onrustig en ging soms honderd kilometer per dag fietsen, want dat mocht wel. Maar het is soms best frustrerend dat je niet spontaan op dinsdagavond iets leuks kan doen samen. Maar ik heb Niels leren kennen als handballer, dus weet niet beter. Maar straks is het seizoen voorbij en hebben we weer wat weken voor ons twee. Je weet ook dat het om een bepaald aantal jaren gaat. Ik zie het niet als gekkenwerk wat hij doet. Als je de sport leuk vindt en het op dat niveau wilt spelen, dan heb je het ook nodig, al die training. Wat wel

scheelt, is dat we op maandag allebei vrij zijn. En Volendam heeft een leuk team en die sfeer is ook leuk voor de vrouwen en vriendinnen, om mee te gaan naar wedstrijden.” „Jasper werkt vijf dagen, dat is pittig.” Jasper: „Woensdagavond is onze vrije avond. Wij wonen nu nog samen in Amsterdam en werk in Rotterdam. Maar wij willen ook naar Den Haag.” Niels: „Je gaat na het werk, in mijn geval Utrecht, in één keer door naar de training. Dat betekent dagen dat je om half zeven van huis gaat en om half twaalf 's avonds thuis komt. Als het wedstrijden doordeweeks in Limburg zijn, ben je er pas 's nachts. Maar het scheelt dat je de niet de enige bent in de ploeg die dat doet.” Jasper: „Het is zeker fijn dat je weet dat meerdere jongens er zo 'in' zitten. Ik stoor me er aan als jongens dat niet hebben, om een te gemakkelijke reden een training laten lopen. Ik sta wel eens in de file en kom later op

de training, maar die laten lopen, dat hebben we nog nooit gedaan.” Niels: „Maar het idee dat je weet dat iedereen het er voor over heeft, dan kun je het zelf ook opbrengen. Je weet van de andere jongens dat ze de training proberen te halen en als dat eens niet gaat bij iemand, accepteer je dat van elkaar.

In de jeugd speelden ze nog tegen elkaar, bij Quintus (Niels) en Atomium (Jasper). „Naderhand reden we samen naar Zeist om te trainen met de jongens die tegen de nationale selectie aan zaten. Trainden we om acht uur 's ochtends. Toen al bij Michel van Halderen, die daar namens het HandbalVerbond training gaf. Drie keer per week krachttraining bij hem. Zaten we helemaal stuk, maar daarna reden we dan naar de ALO, waar we studeerden. gingen we verder met allerlei andere sporten. Dat was wel gekkenwerk.” Vera: „Het is een enorme opoffering geweest.”

**Administratiekantoor
Runderkamp**

Mannen...

Op ons kunnen jullie rekenen!
Veel succes!

www.administratiekantoorrunderkamp.nl

FACS dienstverlening & trading *Alle promotieartikelen*

Promotioneel partner van:



Bedrijfskleding • Relatiegeschenken • Premiums • Sportkleding & -artikelen
Drukwerk • Tassen & Tasjes • Vlaggen • Stickers • Beletteringen
Disposables • Kerst- en eindejaarspakketten • Etc. etc.

DIESELSTRAAT 4A VOLENDAM 0299 - 322901 WWW.FACS.NL

**OCCASIONCENTRUM
DE GROOT B.V.**



WWW.DEGROOTVOLENDAM.NL

Profiteren

Jasper: „Als we weer ergens anders konden of moesten trainen, zei ik tegen Niels: 'Als jij gaat, ga ik ook'. Dat gold ook met die verhuizing naar Den Haag”, glimlacht hij. Maar ze volgden elkaar ook naar Papendal, waar de huidige bondscoach van de vrouwen, Henk Groener, toen nog grote plannen had met de nationale mannen. Niels: „Op zaterdagavond speelde je eredivisie, op zondagmorgen reed je naar Papendal om met de nationale selectie te gaan trainen, soms vijf keer in twee dagen tijd. We bleven daar slapen en maandagavond na de laatste training reed iedereen naar huis. Van die tijd profiteren we nu nog, want toen hebben we zoveel geleerd, technisch en tactisch.”

Jasper: „Er werd steeds situatief getraind. Reageren op ontstane situaties en vaak ook die situaties zelf creëren, zodat je het in een wedstrijd zelf ook zo kunt spelen. Je zet een patroon uit waarin iedere medespeler in zijn creativiteit komt.” Niels: „Het is patroonherkenning. Als een poppetje van de tegenstander op een bepaalde manier reageert, wat moet je dan doen? En als Tom Schilder op de cirkel bij Volendam zó doet, wat doen wij dan? Op een gegeven moment leer je heel snel te beslissen.”

Vooraf met Schilder hebben ze een onzichtbare lijn uitstaan. Die zich soms op de meest verrassende momenten openbaart. Met een 'no look-pass' wordt de verdediging van de tegenstander op het verkeerde been gezet. Jasper: „Niels en ik hebben beide al een keer meege maakt in wedstrijden dat bij onze vrije worp iedereen op ons afkomt. In je ooghoek zie je Tom uit die verdediging vandaan zich vrijmakend. Dan weet je elkaar in een split-second te vinden.”

Het is het gevolg van jarenlange investering. Samen duizenden uren doorbrengen in de sporthal, creaties bedenken en die soms tot kunst verheffen. Maar vooral automatiseren kweken. Niels: „Daar moet je wat voor over hebben. Je moet het wel regelen voor jezelf, zorgen dat het eten er niet bij in schiet als je meteen uit je werk onderweg gaat naar de sporthal en vast komt te zitten.” Lesley: „Niels is zó ingesteld op snel eten; ook als we eens wel de tijd hebben.” Jasper: „Op dinsdagavond voor de training kookt de vrouw van Martin Kuitert (looptrainer, red.) voor mij en Martijn Cappel, dat is superlief. Misschien ook iets voor jou, Niels?”

„Het hele leven draait om handbal”, lacht diens vriendin Lesley. „Het is eerder normaal dat hij er niet is bij een verjaardag en dan vinden ze

het juist fantastisch als hij er wel is. Ook omdat ze het interessant vinden dat hij topsporter is. Gelukkig krijgen we rond 'wintersporttijd' wel ruimte van de club om even te gaan skiën.”

Sollicitatiegesprekken

Jasper: „Bij de sollicitatiegesprekken die ik de laatste jaren voerde, gaf ik het niet meteen in het eerste gesprek aan, maar daarna wel. En vroeg of de werkgever de mogelijkheid kan geven om te doen wat ik nu doe met handbal. Maar ook werkgevers vinden interessant dat je op dat niveau sport. De club wilde ons helpen aan werk hier, maar dat wilden we zelf doen. Ze hebben anderen er wel mee geholpen.”

Ze bevestigen beide dat Kras/Volendam een brede groep 'gevestigde orde' heeft, die nog enkele jaren mee kan. Hoewel het afwachten is of Reijgersberg en Sniijders een 'reisjaar' als het komende nog eens aangaan. De doorstroming van vers bloed is echter sowieso een vereiste voor de nabije toekomst. Maar heeft de jeugd dezelfde gedrevenheid dan hun generatie? Niels: „Wij zijn vooral gevormd door onze beginperiodes in Zeist en Papendal.” Jasper: „Jongens als Martijn Cappel en Barry Koenders zaten aanvankelijk niet bij het Nederlands team,

maar bij hen heeft trainer Peter Portengen erin gebracht dat ze alles moeten 'laten liggen' voor handbal. En zij kwamen óók in het Nederlands team. Juist met dat laatste hebben sommige jongeren moeite: alles te laten wijken voor de sport, voor dat hogere doel. Bijvoorbeeld zorgen dat er geen excuus is om een training te laten lopen. Een tentamen leer je bijvoorbeeld vooraf.” Niels, die afgelopen winter zelfs op de schaats naar de training in Volendam kwam: „En anders deed ik dat leren een enkele keer 's nachts, als het niet anders ging.” Jasper: „Ik heb zelfs een jaar langer over de universiteit gedaan, door het handbal. Maar ik heb er geen spijt van.” Sinds hij in Den Haag is gaan wonen, gooide zijn oude club Quintus al een visje bij hem uit. „Mijn broertje speelt er ook en ooit zou ik graag met hem samen spelen. Maar nu nog niet. Ik vind het nog veel te leuk om bij Volendam alles samen te bereiken en de manier waarop wij het spel spelen.” Jasper: „Het is niet alleen een leuk team en een gezellige club. Het gaat er ook om dat je samen iets presteert op het hoogste niveau.” Niels: „En dat je dat wekelijks probeert te evenaren. Dan kan het wel zo zijn dat er jeugd moet doorstromen, maar ik moet zeggen dat ik het nog zó leuk vind, dat ze me er niet zomaar moeten uithalen. Anderhalve week terug tegen E&O draaide ik niet lekker en zette trainer Martin Vlijm Melvin de Jong erin en die deed het goed. Liet hij Melvin ook staan. Jammer dat ik er dan uit moet, maar ik ben blij voor Melvin dat hij het dan zo goed doet.”

Jasper: „Je beseft meer en meer dat je alles met het team moet doen. Martin blijft een trainer die niet graag wisselt, zijn basisspelers in het ritme wil houden en resultaat wil boeken. Maar hij heeft jonge spelers wel degelijk een kans gegeven. Wij proberen jongens als Melvin, Leon Geus en Randy Duin dingen aan te reiken, maar door speelminuten kunnen ze het best ervaring opdoen.”

Daar buiten kunnen ze een voorbeeld nemen aan de mannen van die andere generatie. Professionals in hun beroep, maar daarnaast hun sport belevend als een prof. Ook al hebben ze de status van amateur. „Buiten het handbal hou je weinig vrienden over, daar is, zeker in onze situatie met reizen en elders spelen, geen tijd voor.” Jasper: „Wat echte vriendschap kenmerkt, is dat als je wel tijd hebt, die jongens met je willen afspreken.”

Eijlers hoopt op Europa Cup

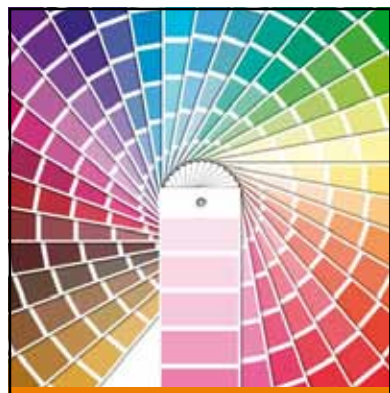
Handbaldoelman Gerrie Eijlers en zijn Duitse Bundesligaclub SC Magdeburg hebben het nog in eigen hand om zesde te worden in het eindklassement, ook al werd vorige week verloren tegen concurrent Lemgo (29-37). Alleen staat het nog niet geheel vast dat die zesde plaats rechtgeeft op het spelen van Europa Cup. In dat opzicht is SCM afhankelijk van andere Duitse clubs, die nog strijden in de bekerfinale en de Final Four van de Champions League.

„Het staat voor 99% vast dat we Europa Cup gaan spelen. Dan moeten we uiteraard wel zesde blijven. Maar wij moeten op 2 juni nog aar het lager geklasseerde Wetzlar en concurrent Lemgo krijgt nog een zware tegenstander met Fuchse Berlin.”

In deze vrije speelweek vertoert Eijlers met gezin aan de Duitse Oostzee. „Hier vlakbij (Rostock, red.) komt dorpsgenoot Johan Plat te voetballen. Het is heel mooi hier. En Debbie Bont gaat naar HC Leipzig, dus we hebben straks drie Volendamers in het voormalige Oost-Duitsland. Wel apart.”



Jasper Sniijders schiet op het doel van E&O.



Dick Zwarthoed bv

SCHILDER-, GLAS- EN WANDAFWERKINGSBEDRIJF

**ZET 'M
OP!**



**ATTITUDE, SKILLS
EN TALENT IS ER!**

Nu alleen nog de titel!



UBV
UITZENDBUREAU



WIJ WENSEN ONZE HANDBALLERS A.S. ZATERDAG VEEL SUCCES!

De overwinning vier je natuurlijk in:

gat van Nederland
SINCE 1972



The place
to B.

Brugstraat 8 - 1131 ZW Volendam - Tel.: 0299-364742 - www.gatvannederland.com

Martin Vlijm: 'Het voelde als drie jaar in een groot pretpark'

Martin Vlijm neemt afscheid, maar zo voelt het nog niet. Wanneer we hem in april vragen terug te kijken op zijn jaren als hoofdtrainer bij HV Kras/Volendam, kan hij voor nu concluderen, „Voor een terugblik is het nog te vroeg. Op het moment van het interview kunnen we de beker nog winnen en ook het landskampioenschap behoort nog tot mogelijkheden. Waarschijnlijk kan ik pas over een jaar echt terug kijken en beseffen wat er de afgelopen jaren is gebeurd.“

„Ik kwam op het goede moment bij Volendam terecht. De ploeg van dat moment was er één met veel talent, het kwam er alleen nog niet uit. Door veel te trainen, gericht te trainen en tot het uiterste te gaan veranderde dit. Al snel nam ik de Volendamse uitspraak 'we gaan voor goud' over. Die uitspraak weerspiegelt een mentaliteit waarin ik als geboren Amsterdammer mij goed kan vinden. Gaan voor goud zowel letterlijk als figuurlijk.“

„Anderhalve maand nadat ik aan de slag ging bij Volendam wonnen we de eerste prijs. De Supercup, misschien niet de grootste prijs maar wel een hele belangrijke op het juiste moment. De successen die hierop volgden waren niet onverwacht voor mij. Ik wist dat het er in zat met de ploeg waarmee ik aan de slag ging.“

'Speciaal plaatsje'

„De eerste landstitel in eigen huis was een fantastisch moment. De inzet werd beloond. Met het winnen van de landstitel gingen ook de Europese wegen open. Een Benelux competitie is moeilijk, het niveau ligt hoger. Maar nu draaien we ook daar mee in de top. Dat is nodig om het niveau van het handbal in Nederland op peil te houden, beter

nog naar een hoger plan te trekken. Daar moet in worden geïnvesteerd, het maakt handbal aantrekkelijk voor een grote groep supporters en sponsors. Hierin investeren begint al bij de jeugd.“

„Daar ligt een mooie uitdaging, jongeren hebben een andere mentaliteit en stellen andere prioriteiten. De mannen van het huidige eerste zijn een voorbeeld voor talenten die volgen. Met deze ploeg pak je misschien nog twee jaar de prijzen maar om de top vast te kunnen houden heb je doorstroming nodig vanuit de jeugd. Het

zou fantastisch zijn als Volendam kan groeien op eigen jeugd en het eerste weer een meer Volendams karakter krijgt.“

„Ik kwam op het juiste moment en voor mij voelt dit als het juiste moment om te gaan. Je kan het jammer vinden, maar dat heb ik liever dan dat het moment komt waarop iedereen zich afvraagt wanneer die

man eens weggaat. De afgelopen jaren heb ik ervaren als drie jaar in een groot pretpark. Het ene moment nog mooier en leuker dan het andere. Ook heb ik HV Kras/Volendam ervaren als de best georganiseerde club, waar ik ooit geweest ben. Iedereen zet zich met veel plezier en vol overgave in voor de club. Resultaten die een vereniging be-

haalt zijn niet alleen prestaties van de spelers, het is een resultaat namens de club.“

En dan besluit hij toch met de vraag: „Mag er nog een dankwoord in? Hierbij wil ik alvast de spelersgroep, bestuursleden en alle vrijwilligers bedanken voor drie hele mooie jaren. Volendam zal altijd een speciaal plaatsje houden in mijn hart.“



Time2win wenst de mannen van HV Kras Volendam heel veel succes



Remco's
Mode

- MONNICKENDAM -

Kerkstraat 60
0299-656455

www.remcosmode.nl

Op naar de
6^e TITEL!
tegelzetbedrijf
VOLENDAM

Marconistraat 10 - 1131 JW Volendam -
Tel. 0299 364877 - Mobiel 0653 471799 -
www.uwtegelzetter.nl

Gerro en Esther parfumerie, *perfecte* styling in de winkel en *perfecte* sponsoring HV KRAS/Volendam

Jill is 9 en speelt in de D3 van HV KRAS/Volendam, Romy is 16 en speelt in de A-meiden. Gerro en Esther Sanders hebben zelf nooit gehandbald maar sinds dat Romy 11 jaar geleden op handbal ging zijn ze groot fan van de sport en HV KRAS/Volendam. Sinds dit seizoen zijn ze zelfs hoofdsponsor geworden van het grote shirt project voor de breedtesport waarbij ruim 200 leden nieuwe shirts kregen.

Jill en Romy zijn beide fan van Tom Schilder, Jill zegt: „Hij maakt veel mooie doelpunten en tijdens de bekerfinale mocht ik zelfs met hem mee oplopen, dat was wel erg spannend maar dat vond ik erg leuk“. Romy zit al langer bij de club en is op handbal gegaan door haar vriendinnen, die vriendinnen zitten nu nog steeds bij haar in het team. Dat is wat HV KRAS/Volendam ook is, een gezellige groep vrienden die door de weeks trainen en in het weekend samen komen om met zijn allen wedstrijden te winnen en plezier te hebben. Romy: „We hebben nooit ruzie en het is altijd gezellig,



Jill schiet op doel terwijl Romy een lekker geurtje op doet.

Lisa Schilder (een teamgenoot) werkt ook bij ons in de winkel, en als ik mijn examen haal dan gaan we met een aantal meiden uit het A-team op vakantie naar Spanje“. Beide zussen gaan vaak naar elkaars wedstrijden kijken, maar alleen wanneer het kan want er moet natuurlijk ook gewerkt worden. Romy werkt bij haar ouders in de zaak en wil een kappersopleiding gaan doen. Gerro en Esther Drogieterij en Parfumerie is een complete winkel met twee schoonheidssalons en 400m2 winkeloppervlak. De winkel bestaat tien jaar en is een echt familiebedrijf. Jill wil daar later als ze groot is ook gaan werken en doet nu al af en toe de make-up van haar moeder Esther en als Romy een gezichtsmasker nodig heeft dan schakelt ze de zeer gedreven Jill in. Veel meiden van HV KRAS/Volendam en ook uit het team van Romy halen make up in de winkel. „Dat is dan altijd erg gezellig“, zegt Romy. Romy gaat vaak bij de wedstrijden van het eerste kijken, ook weer met haar teamgenotes. Ze kijkt al uit naar een eventueel kampioensfeest. „Daar was ik vorig jaar ook bij, dat was echt leuk, daar wil ik dit jaar ook weer bij zijn!“

Esther over de sponsoring van de jeugdteams: „Goed en heel leuk,

het is heel vooruitstrevend. HV KRAS/Volendam probeert voor de jeugd en in het bijzonder de dames het handbal professioneler op te pakken. Dit vinden wij een heel goed initiatief en ondersteunen de club in het verder ontwikkelen daarvan. Veel mensen van de handbal komen in onze winkel dus dan heb je een extra band met ze doordat we allemaal het beste met HV KRAS/Volendam voor hebben“. Dat hebben ze allemaal, zowel moeder als beide dochters. Jill: „Ik wil meer trainen want handbal is de leukste sport die er is, misschien dat er meer vriendinnen uit mijn klas van de Sint Nicolaas school ook op handbal gaan nu!“ Romy die al een tijdje geblesseerd is aan haar knie, mist de handbal enorm, ze wil er snel weer bij zijn. „Lekker trainen en wedstrijden spelen want dat is toch wel het leukste om samen met mijn jeugdvriendinnen te doen.“

PARFUMERIEHUIS



Gerro & Esther

Volendam
Landsmeer
Enkhuizen

Comfort is ...

Na de wedstrijd volledig tot rust komen in uw stressless...



Stressless® Blues

De Stressless® Jazz en Stressless® Blues – twee namen die als muziek in de oren klinken en het beste uit twee werelden laten samensmelten: exclusief design en hoogste comfort. Voor zijn slanke, elegante roestvaststalen frame – in combinatie met de gepatenteerde Stressless® technologie – is de Jazz in 2008 bekroond met de Noorse designprijs "onderscheiding voor goed design". Nu kunt u ook ons topmodel Stressless® Blues voor uzelf ontdekken. Ga zitten en voel hoe de nek- en lendensteun zich automatisch aanpassen en hoe de fauteuil elke beweging volgt. Beide modellen zijn een moderne aanwinst voor elk interieur. En net als de muziek moet je ze live beleven!

Stressless

THE INNOVATORS OF COMFORT™

Alleen echt met het Stressless® merk!

AWARD FOR DESIGN EXCELLENCE
NORWEGIAN DESIGN COUNCIL

Stressless® Jazz

Veerman
WOONCENTRUM

wenst
de handbal veel
succes!

JULIANAWEG 151 - 1131 DH VOLENDAM - TEL. 0299-366788 - WWW.VEERMAN-WOONCENTRUM.NL

Drie hoogtes Stressless® Stressless® Jazz, Blues en de bijbehorende sportstoelen kunnen op drie verschillende hoogtes ingesteld worden. Zo staat eruit, passend bij uw lichaamsbouw.	Glijstysteem Nieuw ontwikkeld comfort. De Stressless® instelbaar 4-in-1 glijstelsysteem en de draai- en zijdelingse beweging van de zitting.	Slaapfunctie Dit model is voorzien van een handmatig verstelbaar, zonder draai- en zijdelingse beweging, zodat u kunt ontspannen en heerlijk kunt slapen.	10 jaar garantie In een Stressless® kunt u gerust vertrouwen. Het heeft 10 jaar garantie op het materiaal en de functie. www.stressless.nl



De twee doelvreders van Kras/Volendam 1: Martijn Cappel en Simon Molenaar, na de verovering van de nationale beker, afgelopen donderdag.

Partycentrum  **de Zedde**



*Jongens,
knallen met die ballen!*

Heideweg 1 - 1132 DA Volendam
0299 367515

www.partycentrumdezedde.nl

Handbalkeepers, *aparte* mensen?

Ja. Een beetje gek zijn we wel om in een handbaldoel te gaan staan. Even wat keepers van HV Kras Volendam voorstellen.

Peter Tol, A-junior:

Gedreven talent op meerdere vlakken. Niet alleen zijn motivatie om alle ballen uit zijn doel te ranselen maar ook zijn honger naar persoonlijke ontwikkeling maken dit een goede keeper. Peter start binnenkort met de opleiding medicijnen.

Simon Jonk, A-junior:

Pas een jaar echt bezig met serieuze keepers-training. Een talent in de dop, dat zich nog verder zal moeten ontwikkelen. Simon is een kok in opleiding en een jonge waar we nog veel van zullen horen. Een prima trainings-beest.

Casper Kwakman, selectie

Keeper met kwaliteiten die zijn drukke werkzaamheden als directeur van een eetsalon combineert met zijn handbalopleiding. Met de juiste begeleiding en voldoende training een keeper die zijn team er doorheen kan slepen.

Tim Jonk, selectie

Ogenschijnlijk te relaxed in het doel. Is een

van de talenten uit de HV Kras/Volendam-stal. Keeper met prima reflexen en relativeringsvermogen. Is een keeper waar we op mogen rekenen in de toekomst.

Simon Molenaar, selectie

Rustige jonge kerel die al jaren tot de selectie behoort van HV Kras/Volendam. Simon weet zijn plaats binnen de handbalvereniging en weet zich elk jaar weer te motiveren om ervoor te gaan. In het seizoen 2012-2013 gaat Simon samen met Martijn Cappel volop trainen om het doel van het eerste team te verdedigen.

Martijn Cappel, selectie

Een zelfbewuste keeper, heerlijk om mee te werken. Een topkeeper die al heel wat prijzen met zijn team heeft binnengehaald voor HV Kras/Volendam. Gaat later hopelijk zijn enorme ervaring gebruiken voor de opleiding van handbalkeepers.

Wat is nou toch de kick om in een handbaldoel te gaan staan? Het antwoord is simpel: het stoppen van bal-

len. De manier waarop je deze stopt, is de uitdaging in de training. Eigenschappen welke er nodig zijn voor een keeper zijn: slimheid, geduld, agressie, en charisma.

Overige zaken als atletisch vermogen, lichaamscontrole en goede reflexen zijn allemaal te leren. Keeper zijn is niet alleen leuk, maar is ook een uitdaging om in een fractie van een seconde de juiste beslissing te nemen om een bal te stoppen.

Talent? Als je talent hebt, is dat

meegenomen. Handbalkeepers ontstaan niet omdat ze niet zouden kunnen handballen. De handbalkeeper anno 2012 wordt steeds belangrijker in het team. Onderzoek in Duitsland wees uit dat de handbalkeeper de wedstrijd beslist.

Een goed voorbeeld hiervan is Gerrie Eijlers. Een Volendammer doelman, welke al jaren als topkeeper in de Duitse Bundeliga acteert. De keepers bij HV Kras/Volendam zijn individuen welke zeer goed in teamverband kunnen operen.

Een keeperswijsheid is: soms is een bal doorlaten een bewuste keuze om de volgende twee te kunnen stoppen. Dus, concluderend kan ik zeggen op de vraag of keepers apart zijn: ja.

Bob Brouwenstijn
Keeperstrainer HV Kras/Volendam



WIN: Handbal experience! Verkiezing meest waanzinnig oranje outfit

Kom zaterdag 26 mei naar de finalewedstrijd in je meest waanzinnige oranje outfit. De jury selecteert enkele fanatiekelingen en in de rust zal het publiek bepalen wie er over de top fantastisch uitziet. Krijg jij het hardste applaus dan win je een complete handbal experience!

De prijs:

Overnachting voor 2 personen in Sittard, geheel verzorgd in het spelershotel. Eet, slaap en relax samen met de heren selectie. De dag voor de tweede finale wedstrijd vertrekken jullie met de spelers richting Limburg. Ervaar de voorbereidingen van dichtbij. Uiteraard met toegang



tot de wedstrijd.

Dus leef je uit en steel zaterdag de show!

Alle zorgen zijn voor morgen want Cafeteria Arnold gaat bezorgen!!

ARNOLDonline

Binnenkort:

- www.arnold-online.nl
- plaats uw bestelling
- betaal makkelijk met ideal
- wij bezorgen uw bestelling op gewenste tijd.

Schoolreizen
Evenementen
Groepsvervoer
Vakantiereizen

www.bakkertravel.nl

Loodsweg 5, 1525 RH Wormerveer, T: 075 6217537, F: 075 6219321

E: info@bakkertravel.nl



Meisjes D1



Meisjes C1

Kampioenen van HV KRAS/Volendam

Jaarlijks worden er een aantal teams kampioen. Op deze twee pagina's kunt u deze teams bewonderen.

Meiden A2 terechte veldkampioen 2011-2012

Met het kampioenschap al veiliggesteld moesten we zondagmorgen onze laatste wedstrijd spelen tegen Vriendschap/TOB A2, die op de 2e plaats in de veldcompetitie waren geëindigd. Vriendschap/TOB wilden voor de eer deze wedstrijd winnen, en wij wilden graag de competitie winnend afsluiten, dus beide teams gingen gelijk bij de start van eerste helft in de aanval. Vriendschap/TOB speelde aanvullend sterk maar zagen geen kans om door onze verdediging heen te breken. De meiden van Kras Volendam A2 speelden als vanouds, en met een paar goed uitgespeelde aanvallen door Mandy

Runderkamp en Mandy Karregat hadden we al gauw een voorsprong van 2 doelpunten. Steffany Bont kreeg op de linkerhoek ook meer ruimte dus al gauw moest de keeper van de tegenpartij de bal uit het net halen. Vriendschap probeerde wel steeds aan te sluiten, maar ging met een kleine achterstand de rust in. Tussenstand 6-9. Begin van de tweede helft ging gelijk een stuk minder. Vriendschap profiteerde van het balverlies aan onze kant, en wist 3 keer achter elkaar te scoren waar door ineens de stand 9-11 op het bord stond. Het leek even dat Vriendschap nog dichterbij zou komen, maar gelukkig was keeper Anja Schilder in topvorm en wist met een paar prachtige reddingen meer tegendoelpunten te voorkomen. Door snelle breaks van Evita Silven, Rosita Barcelo en Celine Visser aan de linkerkant raakten de spelers van Vriendschap/TOB uitgeput. Hierdoor kwamen er voldoende kansen waardoor Katelyn Mol en

Tessa Veerman genoeg ruimte kregen om de aanvallen af te maken. Eindstand 9-16.

Scoreverloop: Mandy Runderkamp 5x, Tessa Veerman 4x, Mandy Karregat 3x, Katelyn Mol 3x en Steffany Bont 1x.

Allemaal van harte gefeliciteerd met dit kampioenschap. Jullie hebben laten zien dat je met inzet en enthousiasme een hoop kan bereiken.

Meisjes B1 winnen van Zeeburg B1

Afgelopen zondag stond voor de meisjes B1 de laatste wedstrijd van het seizoen op het programma. Vandaag moest er thuis gespeeld worden tegen Zeeburg uit Amsterdam. Deze wedstrijd doet er eigenlijk niet meer toe, want de Volendammers hebben het kampioenschap al gevierd. Het publiek, dat in grote getale richting het kunstgrasveld was gekomen, werd vermaakt met een heerlijk zonnetje en daarbij nog een prachtige wed-

strijd om te bekijken. De spanning was om te snijden. In de eerste minuten van de wedstrijd nam Zeeburg brutaal de leiding en het waren de Volendammers die in de achtervolging moesten. Vlak voor rust keken we nog steeds tegen een 7-8 achterstand aan. Na rust gingen de meiden er weer helemaal voor en gingen wij erop en erover. Binnen een paar minuten was de stand omgebogen van 7-8 naar 13-9. Zeeburg zette nog een keer aan, waardoor zij terugkwamen tot 13-11, maar uiteindelijk wisten de Volendammers het slot op deze overwinning te gooien. Met nog 5 minuten spelen kreeg de vertrekkende Anouk Bootsman een publiekswissel, waarbij menig traantjes werden gelaten. De overige dames gingen door met handballen en wisten de wedstrijd af te sluiten met een prima overwinning 17-12. Natuurlijk ging daarna alle aandacht uit naar Anouk Bootsman die volgende seizoen zal uitkomen voor

onze concurrent VOC. Anouk wij wensen jou super veel succes en we zullen je inzet en passie ontzettend missen! Natuurlijk kunnen wij Agnes ook niet vergeten, want Agnes is al jarenlang een steunpilaar binnen de vereniging die wij ook heel erg zullen gaan missen. Beide wensen wij veel succes in hun verdere handbaltoekomst.

Jongens B2 Veldkampioen

Na het net mislopen van het zaalkampioenschap, zette de jongens B2 van Kras/Volendam alles op alles om dan toch nog met een titel het seizoen af te sluiten. Na eerst revanche te hebben genomen op DSO, waar eerder die week nog de strijd om het zaalkampioenschap van was verloren, hadden we de weg naar de top van de ranglijst ingezet. De wedstrijden daarna werden Zeeburg en Vrone aan de kant gezet en moest er nog even gewonnen worden van Zeeburg, voordat de kraker



Meisjes C2



Meisjes B1

SOM ADVOCATUUR
wenst HV KRAS/Volendam veel succes!

SOM ADVOCATUUR

Gespecialiseerd in onder meer:

- arbeidsrecht (ontslag, reïntegratie)
- familierecht (echtscheiding, alimentatie, gezog)
- sociaal zekerheidsrecht (WAO, WIA, WW)
- ondernemingsrecht (over)koop onderneming
- incasso's en aansprakelijkheidskwesties


Mr. John Veerman

Som Advocatuur adviseert, bemiddelt en procedeert tegen een gunstig tarief, voor zowel ondernemers als particulieren.

Julianaweg 192 B Tel: 0299 - 32 38 78 Een eerste gesprek is
1131 DL Volendam www.somadvocatuur.nl altijd vrijblijvend en gratis!

CAR WASH
VOLENDAM

Met drie 'Doe-Het-Zelf'-wasboxen, stofzuigers en een vol-automatische, hypermoderne wasstraat.

Je weet wel, achter schoonmaakbedrijf Succes!

HOLLANDSE
MARKT

HAVEN 28 - 1131 ER - VOLENDAM
WWW.HOLLANDEMARKT.COM



Meisjes A2

tegen De Blinkert op het programma stond. De wedstrijd tegen Zeeburg was geen lastige en deze wedstrijd dus weer makkelijk gewonnen. Omdat Vrone toen zijn plicht deed tegen De Blinkert, konden wij een nieuw kampioenschap, een paar weken voor het einde van het seizoen, weer bijschrijven. De laatste wedstrijd tegen de Blinkert was daardoor een onnodige wedstrijd geworden, die door omstandigheden nipt werd verloren. Dit maakte voor de stand niets meer uit, dus waren de jongens B2 van Kras/Volendam officieel kampioen. Jongens jullie hebben dit kampioenschap verdiend, want we hebben lang meegedaan om het kampioenschap in de zaal, waar we op het laatste nippertje toch nog naast grepen. Van harte gefeliciteerd!!

Meisjes C1 zijn veldkampioen!

Onze meiden waren toch wel een beetje zenuwachtig voor deze wedstrijd, maar stonden wel meteen klaar voor RK DES. Toch zat het tij-

dens de eerste helft in de verdediging niet helemaal goed. Aanvallend speelden de meiden echter wel sterk zodat de scores over en weer vielen tot 5-5 met doelpunten van Anouk Tuijp (2x), Marit Tol, Michelle Verhoeven en July Kemper. Heel eventjes leek het mis te gaan toen onze meiden tegen een 7-5 achterstand opkeken, maar Daphne Mulder en Charlotte Kras bleven proberen de aanval goed op te zetten vanuit de hoeken, zodat Volendam wist terug te komen en bij het rustsignaal de stand zelfs gekeerd had naar 8-9 met doelpunten van Lisa Zwarthoed (2x) en Anouk Tuijp (2x). De verdediging stond na rust als een huis. Aanvallend ging het bij ons als een speer. Lisa Kwakman kwam helaas niet tot scoren, maar vocht als een tijger in de aanval. Frances Schilder zette haar tegenstanders in een mooie sper voor de rest en wij liepen uit naar een 8-14 voorsprong, met doelpunten van July Kemper (2x), Anouk Tuijp (2x), en Marit Tol. RK DES mocht in de laatste paar minuten nog een in-

haalslag doen, mede door het balverlies aan de stoorder van RK DES en de breaks die daaruit volgden, tot een stand van 11-14. Maar Anouk Tuijp gaf de genadeklap door in de laatste minuut de 11-15 te scoren en wij niet meer in te halen waren. Het fluitsignaal klonk en meisjes C1 was kampioen. Dat werd gevierd met kinderchampagne dat in ieders haren was beland, maar dat werd met kleren en al weer afgespoeld in de douche. Weer terug in Volendam een lekker patatje met wat lekkers erbij gegeten om het te vieren.

Jongens D kampioen na winst op RKDES

Onze D jeugd doet het in de veldcompetitie heel goed en wanneer je alle wedstrijden wint dan ben je de verdiende kampioen. Zaterdag was voor de jongens D alleen RKDES nog een te nemen hindernis en na een spannende strijd konden ook deze punten verdiend mee naar Volendam.

Tot 10 minuten ging het gelijk op en wees het scorebord 4-4 aan, mede doordat keeper Mike Visser last had van de laagstaande zon. Maar nadat de handjes goed warm waren gaf oranje even gas waardoor de mannetjes verdiend uitliepen naar een 4-9 voorsprong bij rust. Na rust bleef KRAS/Volendam op voorsprong, mede door het



Jongens D2

goed samenwerken onderling van Anthony Kes, Matthijs Burger, Donny Veerman en Nico Kwakman. Via 6-10 en 7-11 werd het uiteindelijk een 9-12 overwinning voor KRAS/Volendam en was, na het zaalkampioenschap, nu ook het veldkampioenschap een feit. Coach Hans Admiraal en de ploeg van harte gefeliciteerd. Doelpuntenmakers: Lucas Koning 7x, Max Gros 2x, Roy Beets 2x en Nick Joor 1x.

Ook meisjes D1 veldkampioen

Ook bij de meisjes D weet men wat winnen is en nadat de ene na de andere ploeg puntloos werd weggestuurd was het kampioenschap, na winst op RKDES zondag, een feit. Bij rust leidde KRAS/Volendam al met 3-7 dus het mocht niet meer mis gaan in de tweede helft, en dat ging het ook niet. De ene na de andere break werd prachtig afgerond en bij het laatste fluitje stond het scorebord op 6-12 voor oranje en konden alle handen in de lucht. Onze felicitaties aan de ploeg en aan de coaches Miréille Steur en Miriam Mens.

Meisjes C2 door verlies tegenstanders veldkampioen

Dat het kampioenschap er voor de meisjes C2 van Kras/Volendam nog in zat, was op de trainingen wel te merken. De zenuwen gierden door alle zenuwen van deze jonge meiden. We waren alleen wel afhankelijk van Zeeburg C2. Zij moesten hun wedstrijd verliezen en wij moesten ons ding doen. De dames van Kras/Volendam wonnen na een stroeve wedstrijd van Monnickendam C2 en tot onze verbazing was Vido de betere in de wedstrijd tegen Zeeburg.

Door deze verrassing van onze concurrent uit Purmerend, konden dit weekend de meisjes C2 zich dus ook kampioen noemen. Coach Frank en natuurlijk alle meiden, van harte gefeliciteerd met dit kampioenschap!

Jongens B3 Zaalkampioen!!!!

Zaterdag was de dag dat het kampioenschap, dat we eigenlijk al in ons zak hadden, verzilverd moest worden. In tegenstelling tot alle andere wedstrijden moesten we deze laatste wedstrijd, op zaterdagavond om 17.30 uur aantreden in Noord-Scharwoude tegen Lacom'91. Eenmaal aangekomen bij Lacom 91 en de aftrap van Volendam genomen was gingen de jongens van start. De eerste 15 min gingen wat stroef, ze lieten de wedstrijd weer bepalen door de tegenstander zoals meerdere wedstrijden dit seizoen. Na 15 min ging het al beter maar er moest ook meer risico genomen worden wat resulteerde in enkele gele kaarten en tijdsstraffen. De ruststand werd op 4-7 gezet en dat gaf ons niet echt een rustgevend gevoel zeg maar. De tweede helft was echt om te smullen, wat stonden die jongens te ballen zeg echt top. De eindstand was dan ook 7-19 voor Volendam en het kampioenschap is officieel binnen. Jongens van harte gefeliciteerd met deze prestatie. Wij zijn super trots op jullie. Doelpuntenmakers: Djoey Feijen 8x; Dahley Scheltens 6x; Stefan Moleenaar 4x; Collin Sier 1x.



Jongens B2



Tapijt &

Gordijnshop

Vitrages - Zonwering - Behang - Laminaat - Tapijt - Gordijnen

Edammerweg 9 - Volendam - Tel: 321 240

ROL DE TEGENSTANDER OP!

Veel succes!



Krchtig in schoonmaken en krchtig in handballen.

Volendam is gewoon erg goed in allebei. Maar we zijn er nog niet, want zowel bij schoonmaak als bij handbal gaat het om de finishing touch.

Wij wensen de mannen van HV Kras / Volendam véél Succes.

Succes
Krchtig in schoonmaken



Mgr. C. Veermanlaan 10 1131 KH Volendam info@succesvolendam.nl



AMSTERDAM



ALMERE



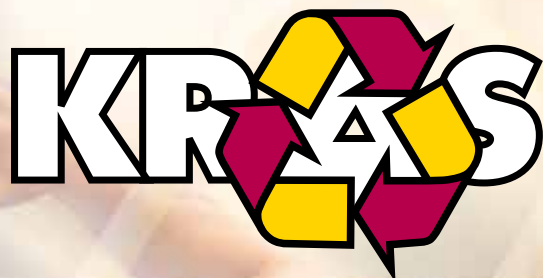
GEMERT



VOLEDAM



HOEK VAN HOLLAND



RECYCLING BV

KRAS ZET EEN STREEP DOOR UW AFVALPROBLEEM

- **ONS ADVIES BESPAART U GELD**
- **FLEXIBEL, SERVICEGERICHT EN BETROUWBAAR**
- **SERVICE IN HET HELE LAND**

oud papier • karton • folies • kunststoffen

Recycling, Da's KRAS

Zeedijk 1, 1131 GG Volendam Telefoon 0299 - 363827 Fax 0299 - 363341
www.kras-recycling.com