



HANDBALNIEUWS

Handballers laten hekken-sluiters kort in waan

De handballers van HV Quintus wachten nog steeds op hun eerste punt in de BeNe League en waren er op gebrand om die tegen Kras/Volendam te pakken. Dat voornemen bleef bij een puik begin, zoals het die in meerdere wedstrijden beleefde. Volendam was daarvoor gewaarschuwd, raakte niet van slag en wachtte geduldig op het moment dat zij het om kon keren en de wedstrijd naar de hand kon zetten: 23-33.

Meerdere tegenstanders werden in Kwintshul in de openingsfase verrast door Quintus, dat dan opgevoerd door het thuispubliek furieus van start gaat. Dat werkte ook tegen Volendam, dat de achterstand echter beperkt hield (7-5). Daarna ebden de krachten en verrassing bij de thuisclub langzaam weg en had Volendam een paar adequate antwoorden klaarliggen, die effect sorteerden. De bezoekers scoorden zes keer achter elkaar en namen uiteindelijk de leiding bij rust: 12-15.

In de tweede helft bleek wederom dat de krachtsinspanningen van het beginoffensief Quintus parten gingen spelen in het verdere verloop van de wedstrijd. Volendam liep uit naar een 14-26 voorsprong. Jaap Beemsterboer schoot acht keer raak, Dani Baijens zeven keer. Eén van de spelers die zijn opwachting kon maken was – naast de met knieproblemen tobende Dennis Schellekens – Leon Geus. Hij werd enkele weken geleden om disciplinaire redenen naar het tweede verbannen. Ook de jongelingen Bart Koper en Beau Molenaar mochten speelminuten maken van trainer Piotr Konitz.



Dico Coesel wordt goed verdedigd in het duel met Quintus.

Het verschil van tien goals was uitstekend te noemen en schonk Kras/Volendam vertrouwen op weg naar de clash met Aalsmeer, komende zaterdagavond. HV Kras/Volendam: Marco Woltersom, Dennis Schellekens; Jaap Beemsterboer 8, Dani Baijens 7, Léon van Schie 4, Duncan Postel 3, Rutger ten Velde 3, Geert Hinskens 3, Dico

Coesel 2, Jordy Baijens 1, Leon Geus 1, Bart Koper 1, Beau Molenaar. Uitslagen BeNe League: Merksem Handbal-Initia Hasselt 22-25, Targos/Bevo-Visé BM 21-27, Callant Tongeren-JMS/Hurry Up 27-27, Fiqas/Aalsmeer-KV Sasja 26-17, Koornneef/Quintus-Kras/Volendam 23-33, Achilles Bocholt-OCI-Lions 38-33.

Stand:
Hasselt,Bel 13-21 Hurry Up 13-14
Tongeren,Bel 13-20 Kras/V'dam 13-10
OCI/Lions 13-20 Aalsmeer 13-10
Bocholt,Bel 13-17 Targos Bevo13- 8
Sasja,Bel 13-15 Merksem,B 13- 7
Visé,Bel 13-14 Quintus 13- 0

Geen mooi handbal, wel punten voor Cafeteria Arnold Dames 1

Cafeteria Arnold Dames 1 trad zaterdagavond aan tegen Schagen, op papier een mindere tegenstander. Echter leek de focus in de beginminuten van de wedstrijd even zoek. De Volendamse dames wonnen desondanks wel: 17-24.

Kansen werden gemist en de tegenstander kreeg de kans om 4-0 voor te komen in de eerste zes minuten.

Door doortastend optreden van Alyssa Alings en Sabrina Van der Mast werd het tij gekeerd en stond de eerste voorsprong op het bord na bijna een kwartier: 4-5. Pas net voor rust werd de voorsprong wat verder uitgebouwd naar 8-12. Na rust had de marge verder moeten worden uitgebouwd, maar dit gebeurde niet. In de verdediging werden teveel fouten gemaakt en de afronding was niet scherp genoeg, soms miste de overtuiging bij de speel-

sters. Priscilla Bergman scoorde nog wel een aantal mooie doelpunten vanaf de cirkel, goed aangespeeld door onder andere Fiona Scherpenzeel en Alyssa Alings. De meiden hebben de punten gepakt en daarmee hun taak volbracht, helaas zonder al te mooi handbal. Op naar komende week, dan wacht een uitwedstrijd tegen KSV. Als de trainingsarbeid en het vertrouwen - dat in de trainingen wel te zien is - naar boven komt, dan wachten nog

mooie wedstrijden!
Schagen-HV Kras/Volendam: 17-24 (8-12).
Scores HV Kras/Volendam: Kelly de Haan, Emma Steur; Alyssa Alings 9, Priscilla Bergman 5, Sabrina Van der Mast 4, Fiona Scherpenzeel 3 Mandy Kwakman 1, Cathy Groote 1, Daniela Spruijt 1, Deniece Feijen, Renate Veerman, Evita Silven, Carina Zwarthoed.



Jeugdhandbalnieuws

Meisje A1 Kees Tol Verf-Glas&Behang KRAS/Volendam boekt verdiende

zege op Niedorp A1 Meisjes A1 speelde afgelopen zondag tegen Niedorp A1. Meteen de eerste aanval was het 1-0 voor onze dames, wat Niedorp meteen weer gelijk trok. Er werd zowel in de aanval als in de verdediging als een echt team gewerkt.

De stand ging dan ook gelijk op tot de 4-4. Even was het Niedorp dat de voorsprong van 4-5 wist te pakken, die even later werd uitgebouwd tot 8-10. Maar deze achterstand wisten de dames door het hoofd koel te houden en niet op te geven, om te buigen naar een 12-10 voorsprong bij de rust. Meteen na de pauze werd de 13-10 gescornd en was Oranje de baas van de wedstrijd, zodat de 13-10 werd uitgebouwd naar een 20-13 voorsprong. De strijd leek gestreden, maar Volendam kreeg wat twee minutenstraffen en penalty's tegen, waardoor Niedorp toch weer wist in te lopen naar de stand van 20-17. Volendam ging daardoor wat paniekerig spelen, maar vond gelukkig de rust terug. Iedereen herpakte zijn eigen spel en dat zorgde ervoor dat we de voorsprong weer iets vergrooten: 22-18.

De Volendamse meiden waren niet van plan deze voorsprong nog uit handen te geven en de dames bleven strijden, zodat ze de welverdiende winst behaalden met een eindstand van 30-25.

Keeperstrainer Martijn Cappel: 'Wij geven doelmannen de aandacht die zij verdienen'

Hij won ontelbaar veel prijzen als doelman van HV KRAS/Volendam. Maar sinds dit seizoen zet Martijn Cappel zich, samen met Simon Molenaar, Coen Tol en Tim Jonk, in om nieuwe topkeepers op te leiden. De oud-international vertelt over zijn rol als keeperstrainer bij 'zijn' KRAS/Volendam.

Je hebt een geweldige handbalcarrière achter de rug met veel gewonnen prijzen. Wat is jouw mooiste herinnering aan die tijd? "Dat is wel meteen een moeilijke vraag om mee te beginnen. Aan elk moment zit weer een ander verhaal vast dat het zo bijzonder maakt. Maar als ik moet kiezen zeg ik het eerste landskampioenschap. Dit door alle emoties die loskwamen en het



Oud-international Martijn Cappel in het doel van KRAS/Volendam.

Zet je schoen tijdens HV KRAS/Volendam-Fiqas/Aalsmeer

Sinterklaas heeft HV KRAS/Volendam laten weten dat iedereen die zaterdag aanwezig is bij de wedstrijd HV KRAS/Volendam-Fiqas/Aalsmeer zijn schoen mag zetten!

Genoeg reden dus om met het hele gezin naar de Noord-Hollandse derby te gaan. Zondagochtend tussen 10 en 11 uur kun je in de sporthal je schoen ophalen en kijken wat Sinterklaas en zijn Pieten erin hebben gedaan. Voor iedereen staat er een kopje warme chocolademelk klaar. Kom dus zaterdag naar de wedstrijd en neem je mooiste schoen mee!



NMT Shipping wedstrijd van de week: HV KRAS/Volendam-Fiqas/Aalsmeer

NMT Shipping trouwe sponsor van HV Volendam en tevens wedstrijd-sponsor van HV KRAS/Volendam-Fiqas/Aalsmeer

De NMT Groep is gespecialiseerd in de wereldwijde verscheping van auto's, vrachtwagens, trailers en alle andere zelfrijdende of rollende lading. Het is actief in 's werelds meest belangrijke trade lanes. NMT beweegt de lading over de hele wereld op de moderne en technisch geavanceerde Deep-Sea en Short-Sea RoRo schepen. Met de grote vloot van flexibele gebruikte schepen, is NMT in staat om alle soorten voertuigen, en ook oversized statische stuks wereldwijd te vervoeren. Het is opgericht in 1999. De NMT-groep is

een onafhankelijk, zeer gespecialiseerde en toonaangevende wereldwijde roll on/roll off (RoRo) Shipping Company en logistiek dienstverlener. Het hoofdkantoor is gevestigd in Nederland. NMT biedt een service netwerk via dertig eigen kantoren op strategische locaties in de wereld, en heeft vertegenwoordiging in meer dan vijftig landen.

Met meer dan 30 jaar ervaring in de internationale RoRo scheepvaart en de zeer ervaren medewerkers die de vakkennis hebben om de hoogste kwaliteit van de dienstverlening te verlenen, is NMT in staat al het rolend materieel met een optimale snelheid en zorg tegen concurrerende prijzen aan te bieden.

Za. 3 December 19:00
Sporthal de Opperdam



HV KRAS/VOLENDAM
vs FIQAS/Aalsmeer



www.handbalvolendam.nl - @hvkrasvolendam

feit dat alles nieuw was. Ook het eerste kampioenschap onder Martin Vlijm was mooi. Na twee mindere jaren wonnen we alles wat er te winnen viel! Daarnaast kan ik zoveel mooie momenten bedenken, met minstens net zoveel mooie mensen die er daarbij horen."

Hoe ben je als keeperstrainer bij HV KRAS/Volendam terecht gekomen?

"Vorig seizoen ben ik bij VOC een keer in de week keeperstraining gaan geven op verzoek van Ruud van den Broeck (momenteel trainer van de Cafeteria Arnold Dames 1, red.). Halverwege het seizoen werd dat bij de komst van Bert Bouwer opgeschroefd naar twee trainingen en een wedstrijd. KRAS/Volendam vroeg mij vervolgens om dat dit jaar bij Volendam te komen doen. Daar hoefde ik natuurlijk niet lang over na te denken!"

Welke teams train je?

Bij KRAS/Volendam train ik de Heren 1, Jong Volendam en de Jongens A. Bij VOC is dat de Dames 1 en 2 en de Dames A. Met welke personen werk je samen om de keeperstraining bij KRAS/Volendam te verzorgen?

Het is niet zo dat de personen onder mijn hoede vallen. Het is meer zo dat we met een aantal trainers bezig zijn om keepers binnen de club de aandacht te geven die zij verdienen. Naast de leukste plek in het veld is de doelman ook nog eens de belangrijkste bij handbal. We zijn nu met vier trainers om alle keepers te trainen, namelijk Simon Molenaar, Coen Tol, Tim

Jonk en ikzelf. Helaas zijn Bob Brouwenstijn en Paul Hemmes gestopt, want anders hadden we al veel meer keepers kunnen geven wat ze verdienen.

Heb je een bepaald traject wat keepers doorlopen van jongs af aan als ze door jou worden getraind? Het traject is nog niet zo duidelijk geformuleerd, maar dat is wel iets waar we met deze trainers invulling aan willen geven. Een traject dat het enthousiasme voor keepen stimuleert en steeds gerichter toewerkt naar het eindresultaat: keeper van worden van de herenselectie van HV KRAS/Volendam.

Keepersclinic op

24 december

Op 24 december geven topkeepers en keeperstrainers van KRAS/Volendam en VOC een gave keepersclinic voor de A-, B- en C-jeugd. Hier worden je van 11.00 tot 13.00 uur de kneepjes van het vak door professionals bijgebracht. Zowel jongens als meiden kunnen zich aanmelden voor de clinic, die gehouden wordt in sporthal Elzenhagen in Amsterdam-Noord. Dit kan door een mail te sturen naar keepersclinicvoc@gmail.com. De kosten bedragen € 17,50.

Door Olof Gerritsen