



En dat is

6





Wij feliciteren H.V. KrasVolendam met de 5e titel!

KRAS



Succes verzekerd!

Voor de 6e keer in *successie*!
Gefeliciteerd met het behalen van de landstitel!

Succes
Krachtig in schoonmaken

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












PLASTIC VERPAKKINGEN



Handbal KRAS/Volendam Een (h)echte ploeg!

VAN HARTE GEFELICITEERD MET DE ZESDE!

BEDANKT!

Wat was het weer een geweldige happening, deze keer in drie delen! Wat een apotheose van een fantastisch handbalseizoen 2011/2012. Vanaf half juli startte onze herenselectie het seizoen, een seizoen dat zich weer kenmerkte door veel en hard trainen, heel veel wedstrijden en maar weinig rust. In september al het winnen van de Supercup, in maart het behalen van de eerste prijs in de BeNeLux Liga, in april de nationale beker en dan op 3 juni 2012 het felbegeerde landskampioenschap.

We zaten er zaterdag van Pinksteren (26 mei) weer helemaal klaar voor in een overvolle Sporthal Opperdam. Een stevig OCI/Limburg Lions bleef maar aanhaken, maar bij 25-21 en 29-25 dachten we toch wel, dit gaat lukken. Toen niet! Een verlenging en vervolgens verlies. Met z'n allen naar Geleen op Tweede Pinksterdag, wat een sfeer, alle beschikbare tweehonderd plaatsen voor KRAS/Volendam bezet. Ons oranje legioen zag een ontketend KRAS/Volendam, dat een 18-8 voorsprong nam bij rust. Daarna toch weer billenknijpen



toen de voorsprong weer tot twee slonk. Maar wat werd er een lawaai gemaakt, en dat door Volendamers! De elfhonderd Limburgers werden finaal overschreeuwd. En dus een derde en beslissende wedstrijd, Sporthal Opperdam was

binnen 24 uur helemaal uitverkocht, ondanks bijgebouwde tribunes. Wat een sfeer, wat een entourage en wat een wedstrijd! Een ruststand van 8-7 was uniek laag in het herenhandbal. Na veertig minuten 11-11. Eindelijk gooide

KRAS/Volendam alle schroom van zich af en kwam binnen vijf minuten in een kolkende sporthal op een voorsprong van vier punten, om die vervolgens niet meer los te laten: het zesde landskampioenschap in acht jaar was een feit. Meer dan in-

drukwekkend!

Vervolgens de officiële huldiging in de Opperdam, de rondrit over de Dijk, de balkonscene voor de Pius X en de huldiging en het feest in de PX. Overdonderend en onvergetelijk!

Namens het bestuur een groot woord van dank aan de spelers, de trainers, de medische staf, de teambegeleiding en het management onder leiding van Algemeen Manager Joost Ooms voor dit fantastische en succesvolle seizoen.

Ook enorm grote dank aan die grote, trouwe groep vrijwilligers, die vóór en achter de schermen zo mega-enthousiast actief zijn. Op de finaledag waren maar liefst 85 vrijwilligers voor HV KRAS/Volendam met hart en ziel bezig!

Natuurlijk dank aan al onze sponsors, groot en klein, zonder hun is het onmogelijk dit prachtige resultaat te bereiken. Gemeente Edam-Volendam, de stewards van FC Volendam, de PX, hartelijk dank voor jullie geweldige hulp.

En dan natuurlijk dank aan al ons trouwe en enthousiaste supporters, hopelijk gaan we weer met elkaar er volgend seizoen iets moois van maken!

Namens het bestuur van de HV Kras/Volendam,

Piet Kes

Voorzitter



Het is 3 juni 2012, 13.50 uur; Elizabeth wordt nog één keer geroepen.

Ze staat op van haar positie op de tribune.

Ze knikt goedkeurend naar de speaker en steekt haar duim op. Het is het teken van het vrijwilligerskorps.

Het teken dat aangeeft: 'Wij zijn er klaar voor'

Immers is de aankleding af ...

drankjes zijn schonken...

de kassa is gesloten...

muziek galmt door de hal...

alle stewards staan op hun posi-

Teken van vrijwilligers

tie...

het publiek zit veilig op haar plek...

Het voorbereidende deel van ons draaiboek is af...

Met alle puntjes op de i.

Het is uit handen gegeven aan Martin's mannen.

Wij hebben er samen alles aan gedaan.

Weken lang gewerkt tot dit moment.

Het moment waarop je 't uit handen geeft aan onze jongens.

En Elizabeth heeft dat reeds goedgekeurd.

De lampen gaan uit.

Tot de nok gevuld met onze fans. Er zoemt een spanning door de menigte heen.

Spots gaan aan.

13.52 en het hoofdevenement gestart.

Onze gladiatoren betreden het veld.

Het korps is gespannen maar trots.

Wat daar gebeurt is namelijk een stukje van zichzelf.

Een stukje van hun leven.

Wat is vrijwilliger zijn toch mooi.

Helemaal als jij HV KRAS/Volendam bent.

En Elizabeth heeft dit reeds goedgekeurd.

Namens HV KRAS/Volendam wil ik iedere vrijwilliger bedanken voor zijn of haar inzet tijdens deze finallereeks.

Hoe klein of groot jouw taak of verantwoordelijkheid was, doet er niet toe.

Zonder jullie is HV KRAS/Volendam leeg.

Joost Ooms



Tapijt &

Gordijnshop

**VAN HARTE GEFELICITEERD
MET DE LANDSTITEL!**

HV Kras/Volendam als *voorbeeldvereniging*

„Sport is mooi, maar een handbalfinale is een belevenis.” Wethouder Gina Kroon-Sombroek raakte het verhaal bij de kern. Een succesverhaal, dat al meer dan een decennium gaande is. Met het verlies in de openingswedstrijd dreigde een (voorlopig) einde van dat tijdperk. Maar de pure klasse droop er alsnog van af en zorgde voor continuïteit en alweer de negentiende hoofdprijs van HV Kras/Volendam. Iets waar alle mensen met een clubhart terecht trots op mogen zijn. De clubleiding ontfermt zich ondertussen wel over de dag van morgen en de vraag hoe het succes kan worden gewaarborgd.

Dat succes gewoontjes kan worden, bleek qua animo op de dijk, hoewel de regen niet meehielp. Dat wil niet zeggen dat de gemeente niet meevoelt met het vlaggenschip van Volendam op sportief gebied. Een dag na de wedstrijd in Limburg waren er elfhonderd aanvragen voor kaartjes en honderden mensen moesten uiteindelijk richting zondag worden teleurgesteld.

Ook al denk je geen handballiefhebber te zijn, de sport heeft alles in

zich en grijpt je als je jezelf er voor openstelt. In dat opzicht is het onbegrijpelijk dat zo weinig voetballers de afgelopen jaren de weg naar de sporthal vonden of werden gestimuleerd van bovenaf. HV Kras/Volendam is een voorbeeldvereniging. Niet voor niets heeft FC Volendam zich opengesteld voor samenwerking. Het verschil is dat de handballeiding, spelers, staf en vrijwilligers amateurs met een profstatus zijn en dat de voetballeiding te vaak zijn professionals aangestuurd heeft op amateuristische wijze en daarin jammer genoeg zijn clubmensen en vrijwilligers ongewild meetrekt en pijn doet.

Zelfs het zwalkend Nederlands HandbalVerbond kijkt met een ja-loers oog naar wat bij HV Kras/Volendam geschiedt. HV Kras/Volendam verstaat de kunst om de mensen in hun waarde te laten en in hun kracht te gebruiken. Superscherp is men op dreigende valkuilen, die niet te voorkomen zijn als zoveel toewijding aan topsport wordt gegeven en men dat ook richting de vrijwilligers wil uitstralen. Hopelijk neemt 'de voetbal' ter harte wat bij 'de handbal' gebeurt, dan wordt Edam-Volendam veel vaker die topsportgemeente wat het nu kreeg opgespeld.

Het zorgt voor een aantrekkingskracht bij spelers. Spelers die zoals voor de handbalhuiswedstrijden

vooraf verzamelen bij Rob en Agatha Duin (foto), voor koffie en taart. Dat zorgt voor een saamhorigheidsgevoel en leidde er toe dat Agatha na de eerste verloren wedstrijd meteen riep dat ze de jongens weer zou zien, voor aanvang van het derde duel. Haar voorgevoel werd bewaarheid. In Limburg werd gewonnen. Dus volgde zondag weer koffie en taart, voorafgaand aan de finale der finales. En uiteindelijk het kampioenschap. Waardoor Duin's

oud-ploeggenoten Joke Zwarthoed en Maart Admiraal de spelers richting het podium mochten 'dragen' met hun prachtige voordrachten.

Uren nadat Duin's zoon Joey – vlak voor tijd – een snoeihard Limburgs schot met zijn hand stopte. „Dat gaf een gevoel van: jullie kunnen wel haast hebben om bij te komen, maar wij staan hier ook nog en dit geven wij niet meer weg”, aldus zoonlief. Dat maakte de cirkel rond, want met eenzelfde gelaatsuitdruk-

king sierde Joey Duin de posters die voorafgaand aan de finales door het dorp werden verspreid. Posters en prestaties die hopelijk de jeugd aanspreken om te gaan sporten. Of dat nou voetbal of een andere sport is. Of handbal, want om het succes door te trekken is HV Kras/Volendam de komende jaren gebaat bij een goede doorstroming van eigen jeugd. Dat bindt mensen. Die belevenissen als zondag kunnen bijwonen.



 **HAZET**
hygiëne en veiligheid voor professionals



Topsport kan zó schoon zijn



 **INPACS**
WORLD OF HYGIENE

Pieter Liefstinkweg 30
Egstraat 24
Industrieweg 8
Gutenbergweg 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

Het wedstrijdverloop:



Matthijs Vink ontsnapt en scoort met een onderhandse worp.

- HV Kras/Volendam begint met Martijn Cappel in het doel en aanvallend met Bastiaan Dörenkämper, Niels Reijgersberg, Boj van Limbeek, Joey Duin, Tom Schilder en Jasper Adams. Verdedigend wordt Van Limbeek ingewisseld voor Matthijs Vink, die net als in Limburg centraal in het blok staat met Schilder. In tegenstelling tot de openingswedstrijd.
- Zo'n twaalfhonderd toeschouwers bevolken de (extra) tribunes.
- Niels Reijgersberg, Bastiaan Dörenkämper (twee maal) en Joey Duin (pingel) zorgen voor een 4-1 voorsprong, maar van doordenderen zoals een week eerder (11-1) is geen sprake.
- De productie stukt, de aanvalspatronen blokkeren. Beide keepers en defensies excelleren.
- Lions komt terug tot 4-3. Even later geeft trainer Martin Vlijm Duin, Schilder en Dörenkämper wat rust. Iets wat in de eerste wedstrijd niet gebeurde en Volendam op een nederlaag kwam te staan.
- Lions komt in dubbel ondertal (zes-tegen-vier) te staan en Volendam loopt door goals van Reijgersberg uit naar 7-3, maar opnieuw komt Lions dichterbij.
- 18e minuut: Reijgersberg mag ook uitrusten en jonkie Melvin de Jong mag in het fantastische decor zijn entree maken. Zijn eerste en enige schot gaat op de paal.

Zie verder pagina 6

VAN OORSPRONG AMBACHTELIJKE KWALITEIT

DE ENIGE ECHTE KAMPIOENEN VAN NEDERLAND!

*Ook de enige echte in
Nederland: Stoofaal van
Smit-Bokkum*

PAVILJOEN
SMIT·BOKKUM

VOLENDAM • SINDS 1856

SLOBBELAND 19 - 0299 363373 - WWW.SMITBOKKUM.NL



Niels Reijgersberg is door de Lions-verdediging gebroken en scoort één van zijn treffers.

- Beide ploegen zijn nerveus, zijn ook moe na een lang seizoen en gaan forceren. Met 8-7 breekt een zeldzaam lage ruststand aan. De Volendamse kanonnen Jasper Adams (één velddoelpunt) en Joey Duin (twee pingels) staan bijna droog.
- Lions komt na rust op gelijke hoogte en krijgt via Pejovic kansen op een voorsprong, maar Martijn Cappel staat uitmuntend te keepen. Na een redding zwaait Schilder het Volendamse publiek op.
- Duin gooit de remmen los en scoort drie keer, evenals Adams, die zo hard van afstand schiet, dat de keeper de bal alleen hoort.
- Op het kwartier maakt Schilder zijn eerste en tweede goal. Volendam loopt weg naar 17-12. De cirkelspeler heeft vlak daarvoor voor de tweede keer een kapotgescheurd shirt uitgetrokken. Het is een keiharde sport.
- Lions-schutter Marco Vernooy raakt de lat en doelman Cappel.

Kras/Volendam kraakt met een doelpunt in de break via Schilder (20-13) het Limburgse geloof in een goede afloop. De Opperdam ontploft zowat.

- Vink heeft net gescoord, maar krijgt twee minuten. Lions komt terug naar vijf. Maar ondanks een man minder-situatie scoort de thuisclub twee keer. De buit lijkt binnen. Anderhalve minuut voor tijd schiet Lions van grote afstand, maar de reus Joey Duin pareert de bal met de hand en vouwt die

vervolgens naar een gebalde vuist richting de tribunes, waar men explodeert van vreugde. De titel is binnen en Bastiaan Dörenkämper mag bij zijn afscheid het laatste doelpunt maken: 26-21.

Finales om landskampioenschap:

Eerste wedstrijd, 26 mei: HV Kras/Volendam-OCI/Limburg Lions 36-38 n.v.

Tweede wedstrijd, 28 mei: OCI/

Limburg Lions-HV Kras/Volendam 29-31.

Derde en beslissende wedstrijd: HV Kras/Volendam-OCI/Limburg Lions 26-21.

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



Het Volendam-publiek leeft gespannen mee als Tom Schilder vast wordt gepakt en tot een halve doelpoging kan komen.

De *uitblinker*, Martijn Cappel

Door Lions-trainer Gabriele Rietbroek werd hij als fenomenaal bestempeld. De doelman zelf, die zich gisteren bij het nationale team voor de uitwedstrijd IJsland meldde, bleef zondag nuchter:

„Dit zijn de leukste wedstrijden, hier doe je het simpelweg voor. Als je dan ziet hoe we met z'n allen knokken, als team, dat is mooi. In de eerste wedstrijd waren we al beter, maar hebben niet doorgewisseld. Met wat pech aan onze kant en geluk bij Lions verloren we die wedstrijd, maar waren we er des te meer van doordrongen dat het kán gebeuren, dat het fout kán gaan. Dus moesten we in Limburg volle bak en daar hebben we de eerste helft super gespeeld. We hadden in de stress kunnen schieten, maar zijn rustig gebleven, ook vandaag met een 8-7 ruststand. Niet te rustig, want dat deden we in de eerste wedstrijd ook en toen ging het mis.” „Daarmee hebben we Lions in die eerste wedstrijd een bepaald geloof gegeven, dat zag je in deze derde wedstrijd, dat ze ook bleven vechten toen ze zeven punten achter stonden. In het laatste kwartier heeft onze aanval de boel opgelost. Lions is een ploeg die klappen uitdeelt als je hun verdediging binnen-



dringt. We durfden er doorheen te gaan, zoals Niels Reijgersberg een paar keer scoorde.”

„Iedereen heeft keihard gewerkt, maar als je zo'n Tom Schilder voor je

ziet bikkelen, dat is een beest. Het is heel intensief, daarom is Joey Duin ook uit het verdedigingsblok gehaald.”

„Het was genieten. Dat publiek op

de banken, op Facebook werd de boel al opgehitst om ons te steunen: dan wil je niet alleen voor jezelf winnen, maar ook graag voor al die mensen. Het is niet vanzelfspre-

kend, het is niet van 'ach, die worden toch wel kampioen'. Daarvoor hebben we veel moeten doen.”

Comfort is ...

Na het behalen van de landstitel volledig tot rust komen in uw stressless...



Stressless® Blues

Veerman

WOONCENTRUM

Wij feliciteren de handbal met de titel!

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

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 niet als de muziek moet je ze live beleven!



THE INNOVATORS OF COMFORT™



Alleen echt met het Stressless® merk!



AWARD FOR DESIGN EXCELLENCE
NORWEGIAN DESIGN COUNCIL

Stressless® Jazz



Drie hoogtes

Zeven de Stressless® Blues en de Stressless® Jazz zijn de enige modellen die de unieke functie van de Stressless® technologie hebben: de mogelijkheid om de hoogte van de zitting, de rugleuning en de voetsteun te verstellen.



Glijstelsysteem

Met de Stressless® Blues en de Stressless® Jazz kunt u de zitting, de rugleuning en de voetsteun naar uw voorkeur instellen.



Slaapfunctie

Door de Stressless® Blues en de Stressless® Jazz kunt u de zitting, de rugleuning en de voetsteun naar uw voorkeur instellen.



10 jaar garantie

Stressless® Blues en de Stressless® Jazz zijn de enige modellen die de unieke functie van de Stressless® technologie hebben: de mogelijkheid om de hoogte van de zitting, de rugleuning en de voetsteun te verstellen.

www.stressless.nl

De *onverzettelijke*, Tom Schilder



„In dit soort wedstrijden zie je hoe belangrijk Tom is”, zegt Marco Beers terloops in het feestgedruis over zijn oud-medespeler en dorpsgenoot. Bijna een uur lang wordt hij geduwd, aan hem getrokken, opgetild, over hem heen gestrompeld. Dit keer sneuvelen er zelfs twee tricots van de nummer acht. Kennelijk is er rekening mee gehouden dat hem het hemd van het lijf kan worden getrokken, want de reserveshirts liggen klaar. Ondertussen leidt hij de verdediging en maakt aanvallend ruimte voor de opbouwers en loert zelf op de cirkel op de centimeters van vrijheid om te worden aangespeeld... en te scoren.

„Dit is de mooiste”, zegt de bouwvakker (schilder) in het dagelijks leven na afloop. „Het is zwaar bevochten, dat maakt de ontlading zo groot. Ik ben op. Het lichaam is op, ik had geen wedstrijd meer gekund. Het wordt steeds moeilijker, om steeds te winnen. Over een paar uur word ik 31 jaar en dan moet je het maar zien te blijven combineren, zoals ook geldt voor de andere jongens. Bovendien willen andere clubs graag van je winnen. Er stond daarom grote druk op, maar dan zijn wij op ons best. Misschien was het wel nodig om die eerste wedstrijd te verliezen.”

Zondagmiddag bij opkomst had hij een smile op zijn gezicht. „Ik had zelf niet zoveel last van zenuwen en zei tegen de jongens ook dat we er ook van moesten te genieten, zo vaak speel je niet in zo’n ambiance.”

„Martijn stond goed te keepen en de dekking stond goed, maar we schoten half en daardoor konden zij bijblijven. Ik bleef tegen Joey zeggen dat hij moest blijven gooien, ook toen hij na rust een paar keer miste, toen schreeuwde ik dat als hij niet harder ging schieten, ik hem wat zou aandoen. Zo jut je elkaar op. Dat was nodig. Ik denk toch dat sommigen de zenuwen voelden. Volle bak en je móet.”

Ondertussen vroeg hij met zijn armen om meer kabaal van de eigen aanhang. „Dat hadden we nodig. Gelukkig schoot Joey er daarna een paar in, daardoor wist Lions het niet meer en gingen ze hem mandekking geven. Daardoor kwam er ruimte voor mij en Niels Reijgersberg. Jasper Snijders deed het heel goed door via patronen ons vrij te spelen.”

Wij feliciteren Kras Volendam met het behalen van het landskampioenschap!!



VOLENDAM

betrokken bij Kras Volendam

De *Volendammer*, Joey Duin

In de jubelstemming na het laatste fluitsignaal tilde de één de ander op, daarna gingen de hoofden even tegen elkaar en pakte Joey Duin en Tom Schilder hun moment. In het jaar nadat ze 'de twintig' vaarwel hadden gezegd, wachtte een lang, lang seizoen. Ze zijn de overgeblevenen van een zo uniek succesvolle Volendamse vriendengroep (met verder onder meer Gerrie Eijlers, Dick Tuip, Nico Admiraal, Jeroen Weber en Jan Bond). „Dat was een mooi moment”, aldus Joey Duin naderhand. „Een moment van dat we alle twee weten wat het ons kost om dit te doen en wat nodig is, op dit hoge niveau. Af en toe keken we elkaar in deze wedstrijden aan, soms alleen met een blik van 'hoe voelt jouw lijf'. Een slijtageslag is het geweest.”

Later volgden er meer innige omhelzingen tussen de twee maatjes, die ook nog eens om twaalf uur werden toegezongen, toen de alcohol logischerwijs al in de lichamen was gestroomd. Schilder: „We zijn dezelfde nacht geboren, een kwartier naar elkaar.”

Juist na de eerste wedstrijd werden ze uit elkaar gehaald, als blok in de Volendamse verdedigingsmuur. Duin scoorde veertien treffers, maar dat had zoveel kracht nodig dat hij verdedigend kwetsbaar werd. Daarom werd hij naast het centrum gezet in de laatste twee finaleduels. „Het is einde seizoen, je bent kapot, je bent moe en dat was geloof ik ook zichtbaar. Maar je weet ook dat het om deze laatste halve uurtjes gaat, dat je nog één keer moet vlammen.

Zie verder pagina 12



Joey Duin wordt afgestopt door Lions-speler Marco Vernooij.



ABN-AMRO

feliciteert

HV KRAS/Volendam

met haar 6^e titel!

Gefeliciteerd mannen!

Jullie waren
VLIJM-scherp!

CAFETARIA

ARNOLD

ARNOLD online



"Een ijzersterke prestatie, jongens!"

Feliciteert HV Kras/Volendam met het kampioenschap!



INTERSPORT®

GEFELICITEERD!

THEOTOL

GEFELICITEERD!

Hèt Volendammer Afbouw Bedrijf (VAB) feliciteert HV Kras / Volendam met het



Afbouw
www.vab-volendam.nl

Kampioenschap!



Thuis landskampioen worden, een perfecte timing...

SINDS 1969
PIET SCHILDER
JUWELIER • TAXATEUR



HAVEN24 - 1131ER VOLENDAM - TELEFOON 0299 364236 - WWW.PIETSCILDER.COM



Dick Zwarthoed bv

SCHILDER-, GLAS- EN WANDAFWERKINGSBEDRIJF

GEFELICITEERD!!



Vervolg van pagina 9. Het lichaam herstelt echter niet meer snel en de wedstrijd van Pinkstermaandag kwam veel te snel op de zaterdag daarvoor. Dan doe je alles zoals een normale week naar deze wedstrijd, maar toch voel je de vermoeidheid veel sneller."

"Maar je geeft nog één keer alles. Onze vereniging is bescheiden, we zijn lief, maar dat kan je ook opbreken in zo'n finale. Lions wilde hoog van de toren blazen en dus moesten we zorgen dat we er klaar voor zouden zijn. Gelukkig was het best-of-three, gelukkig hadden we de kans het te herstellen na de eerste wedstrijd. Misschien hadden we toen niet het echte moeten; daarna wel. Het getuigt van onze klasse dat we er toen stonden. Na alles wat je hebt meegemaakt, met minimaal vijftig wedstrijden in dit seizoen. We hebben allemaal gevochten. Waarbij Martijn Cappel uitzonderlijk was." „Er stond zoveel druk op. De entourage was groots. Het wilde in aanvallend opzicht beide ploegen niet lukken in de eerste helft. Wij

schoten weinig op doel, ook ik. Je voelt dat het geen gallery-play gaat worden, dat het op vechten aan gaat komen. Wij moesten gevaarlijker worden in de tweede helft." Prompt smet hij de bal zowat boven het hoofd van Martijn Meijer in de touwen. Alsof het even niet deelde wat er in de weg hing of stond. Hoe, maakte niet uit. Die bal moest zitten. „De vraag was wie het heft in handen zou nemen: wij dus. Dan dwing je ook het geluk af."

„Zo wordt een heel lang seizoen gelukkig niet als een kaarsje uitgedoofd. Dit is een mooi fundament naar het nieuwe seizoen: een jaar lang word je overal 'landkampioen' genoemd. Als dat niet was gebeurd, hadden we de investering van ons allemaal tekortgedaan."

Toen Lions in december in eigen hal de Limburgse Handbaldagen won, was Duin er niet bij. „Hadden ze een grote mond richting deze ontknoping. Lions heeft een jonge ploeg, die gasten komen er aan. Maar ze komen ons voorlopig nog even tegen."

De toekomst, Melvin de Jong

Hij slurpte elke seconde op, broekie Melvin de Jong.

„Zó super dat ik er in de eerste helft al in mocht. Daar had ik niet op gerekend. Dat het schot 'paal eruit' ging, was jammer, maar ik kreeg wel vertrouwen en dat is belangrijk voor de toekomst." In de return in Limburg bleef hij de hele wedstrijd op de bank.

„Daarom was het te gek dat ik nu wel een bijdrage had in de finale. Ik kreeg kippenvel toen ik opkwam voor de wedstrijd en ook toen ik inviel en mijn naam werd gescandeerd. Dit heb ik nu gekregen voor alles wat ik er tot dusver voor het gelaten. Dat zal straks zo moeten blijven, wil ik mijn plaats veroveren. Dit heb ik al vast."



Uw eigen personeel in dienst zonder werkgevers risico's? Dat kan!

Maak nu kennis met de voordelen van payrolling...

De oplossing:

U levert uw toekomstige werknemers aan bij UBV Uitzendbureau. Wij bieden de medewerkers zelf een contract, waarna u ze alleen maar hoeft in te huren als u ze daadwerkelijk nodig heeft. Dit werkt in principe hetzelfde als het inhuren van ("gewone") uitzendkrachten. Omdat u in dit geval echter zelf de werving verricht betaald u per uur beduidend minder. Alle overige voordelen van uitzenden blijven verder wel hetzelfde. Daarbij bent u precies op de hoogte van de personeelsleden die u via deze organisatie inhuurt.

Voordelen:

- **Geen risico** (ziekte, proeftijden, contracten)
- **Flexibele inzet** (alleen wanneer er werk is)
- **Minder administratie** (geen verloning en geen wetten waar u op moet letten)
- **Beter overzicht kosten** (periodieke factuur: aantal gewerkte uren x tarief)
- **Geen facturen** van belastingdienst of verzuimverzekering
- **Andere CAO** (voorkomt eventuele kosten aan pensioenen en sectorfondsen)
- **Lagere kosten** dan aan uitzendpersoneel

Wanneer?

Het in dienst nemen van personeel op payroll basis via ons is uitermate geschikt wanneer u geen risico's wilt lopen door zelf werknemers op contract te nemen. Ook wanneer het niet zeker is hoe lang u uw toekomstige personeel, waar u zelf al contact mee heeft, werk kunt bieden is het inlenen op payroll basis de ideale oplossing. Hiermee voorkomt u het risico om uw personeel door te moeten betalen terwijl u geen werk meer voor hen heeft

Daarnaast is payrolling ook voor ZZP-ers zeer geschikt. Uw salarisadministratie, afdrachten en belastingzaken worden overgenomen en vervangen door een wekelijkse factuur die wordt verstuurd door ons. Tegelijkertijd nemen we ook al uw werkgeversrisico's (ziekte, overlijden etc.) over. Als ZZP-er blijft u op die manier ook zelfstandig.

Meer weten?

Heeft u vragen over deze manier van werken neem dan contact op met Uitzendbureau Volendam (UBV). Telefonisch zijn wij van maandag tot en met vrijdag van 08.30 tot 17.00 uur te bereiken via 0299-398070. Uiteraard kunt u ons ook bereiken per mail: volendam@ubv.nl of via onze website www.ubv.nl.



Handbal op LOVE-TV

LOVE-Sport zendt op woensdag, donderdag en vrijdag, telkens om 17.00 uur, een samenvatting uit van de finalewedstrijd Kras/Volendam tegen Limburg Lions.



Twee miljoen kijkers!

De NOS maakte afgelopen zondag plots een omme-zwaai en zond de wedstrijd

HV Kras/Volendam-Limburg Lions niet live uit, terwijl veel mensen klaarzaten. Veel van hen wendden zich tot de live-uitzending van de LOVE en de live-stream op inter-

net. Uiteindelijk besteedde de NOS er in drie etappe-uitzendingen aandacht aan en keken in totaal zo'n twee miljoen mensen. Dat is een nieuw record.

Het *afscheid*, Barry Koenders

Twee hoekspelers zwaaien af. „Ik ga het zó missen”, zegt de geboren Duitser Bastiaan Dörenkämper. „Mijn ‘matties’, de mensen, Jan ‘Brak’ bijvoorbeeld”, kijkt hij op zij. Even verderop komt Barry Koenders aangewandeld. Uitgelaten. Maar de advocaat van beroep houdt het netjes qua alcohol. Valt af en toe uit zijn rol, in die zin dat een lach en een traan om voorrang vechten bij de gevoelige Noordhollander.

„Dat gebeurde ook toen ik op de schou-
ders werd genomen door Jasper Snij-
ders en langs de tribunes werd gevoerd.
En ook toen ik dat spandoek zag met
‘Barry Koenders voor de laatste keer in
oranje’. Ik word nog al snel emotioneel.
Toch, je weet dat het je afscheid is, maar
je hebt je focus op de wedstrijd.”

„Ik wist dus ook dat het een afscheid
kon worden met een dramatisch einde,
als we zouden verliezen. Maar ook dat is
vooraf en tijdens de wedstrijd het minst
belangrijke.” Cappel komt langs lopen.
„Barry is onze held.” Koenders: „Ik had
een andere rol, omdat ik de laatste
maanden minder vaak speelde. Maar
vanaf de bank moet je er ook zijn voor
de ploeg, die laatste rol voelde ik so-
wieso sinds het vertrek van Marco Beers
en daarvoor Patrick Kersten. Als top-
sporter kun je je vervolgens moeilijk ver-
zoenen met een bijrol, je wilt zestig mi-
nuten spelen. Toen iemand me zei dat ik
een supersub was, voelde dat ook heel

goed. Dan hoop je andere spelers iets bij
te brengen door met hen te praten. Zo-
als ik van Marco Beers heb geleerd om
rustig te blijven op spannende momen-
ten. Ik hoop dat zij het onthouden.”

Beers onderbreekt even: „Met zijn in-
stelling heeft Barry een voorbeeldfunc-
tie. Dat je er altijd moet zijn, het maakt
niet uit wanneer. Bij winst, verlies, ach-
terstand, voorsprong, als je niet speelt.
We zijn vrienden geworden. Daarom zal
ik hem missen, als sporter en als mens.
Zijn beleving, zijn stimulans voor de jon-
gens, zoals hij vrijdag op de laatste trai-
ning de reserves opfokte toen die als Li-
ons moesten spelen.”

Koenders: „Als Marco zoiets zegt, dan
krijg ik een brok in m’n keel. Het viel niet
meer te combineren, met het werk. Dan
wordt het mentaal ook steeds moeilij-
ker. Vanaf de voorbereiding wist ik dat
alles voor het laatst zou zijn. Ik ben blij
dat ik in de bekerfinale nog van beteke-
nis kon zijn. Nu mocht ik ook invallen en
ik wilde zó graag”, doet hij op het laten
vallen van een bal. „Maar ik was nog
wel een keer één van hen. Ik heb hier
twaalf jaar gezeten, alles meegemaakt.
De Nieuwjaarsbrand van een afstand,
maar daarna wel het bezoeken van de
ziekenhuizen. Ploeg en organisatie heb-
ben zich prachtig ontwikkeld. Een orga-
nisatie die in alles voorziet. Het is een
kunst om dat vol te houden. We hebben
alles samen gedeeld. En dan zo mogen
afsluiten, met zo’n finale en winnen van
een club die zelfs twee fullprofs in de
selectie heeft, dat is het mooist.”



Barry Koenders tussen Bastiaan Dörenkämper en trainer Martin Vlijm, rechts Leon Geus.

Partycentrum  **de Zedde**



Strike!

Heideweg 1 - 1132 DA Volendam
0299 367515

www.partycentrumdezedde.nl

PARFUMERIEHUIS

G&E  G&E

Gerro & Esther

Volendam • Landsmeer • Enkhuizen

Ons team
feliciteert
het
handbalteam
met de
hoofdprijs



Nico Schokker, Gerard Veerman en Piet Kes.

Succes Schoonmaak verlengt het sponsorcontract met HV KRAS/Volendam tot 2015

Een nieuw drie jarig contract is afgelopen week vlak voor de finale wedstrijd getekend. HV KRAS/Volendam is zeer enthousiast over de nieuwe langdurige samenwerking met Succes Schoonmaak. Succes Schoonmaak is een van de belangrijkste sponsors van de club, de groei die de club op dit moment meemaakt is grotendeels te danken aan de steun van Succes de afgelopen jaren.

Over succes:

Succes is van origine een Volendams bedrijf. Onze organisatie is groot geworden door veel inzet te tonen, geen half werk te leveren, innovatief te zijn en te doen wat wij afspreken. Kwaliteit is bij ons geen leeg begrip. Wij meten onze schoonmaakresultaten. Onze regionale organisatie kent korte hiërarchische lijnen. Dit betekent dat wij snel actie ondernemen. Onze flexibele houding komt u ten goede. Geen ambtelijke procedures maar actie daar waar het moet.

Succes zorgt goed voor haar medewerkers. Dit impliceert dat u altijd kunt beschikken over goed gemotiveerde schoonmakers. Onze medewerkers worden constant aangestuurd en opgeleid, wat leidt tot een hogere schoonmaakkwaliteit en meer professionaliteit op de werkvloer. Succes beschikt over veel vakspecialisten. Allen werkzaam bij Succes met succes!





Schoolreizen

Evenementen

Groepsvervoer

Vakantiereizen



www.bakkertravel.nl

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

E: info@bakkertravel.nl

Heren...

Proficiat!!



mazda

KIL

Julianaweg 268 - Tel. 0299 - 363416



Het laatste fluitsignaal heeft geklonken, de titel is binnen. In de omhelzing met Marco Beers beseft een emotionele trainer Martin Vlijm, dat zijn werk na drie landstitels er op zit.

Het *afscheid*, trainer Martin Vlijm

Direct na het laatste fluitsignaal was er de emotie, waren er de vochtige ogen. Vanwege zijn derde landstitel op rij, vanwege vier prijzen in één seizoen tijd. Maar daaraan gekoppeld zat het plotse besef dat het zijn laatste kunstje als trainer van HV Kras/Volendam was. Op de open bus tijdens de rondrit genoot hij, evenals de twee voorgaande kampioenstochten over de dijk, vooral in stilte. Alle indrukken in zich opnemend.

„Eigenlijk werd ik er door de reactie van de spelers op geattendeerd, zelf stond ik er tijdens de laatste minuten niet echt bij stil dat het ook mijn laatste minuten waren in dienst van Volendam.” Sterker nog, de trainer maakte zich nog even druk toen een speler een laconieke actie

beging. Om tot het eind de concentratieboog vast te houden. „Het werk was nog niet klaar. Maar binnen een seconde na het fluitsignaal werd ik er door de jongens aan herinnerd.”

En ging hij op de speelvloer op de schouders van zijn jongens. „Het zijn drie fantastische jaren geweest, waarbij het succes echt niet vanzelf is komen aanwaaien. Als je dan zo afscheid kunt nemen...”

Wat een prestatief gezien uitzonderlijk seizoen zou worden, dat begon zo dramatisch voor Vlijm, die zijn vader verloor tijdens de voorbereiding. Uiteindelijk liep hij ook maagklachten op, waardoor de clubleiding hem min of meer sommeerde even in de luwte plaats te nemen en de coaching over te laten nemen. „Dat is wel goed geweest. Het tekent de club, dat ze je dan zo in bescherming nemen. Het is geen familie, maar zo voelt het wel.”

„Mijn vader zei altijd: je moet altijd en overal het uiterste eruit proberen te halen. Het verlies van hem heb ik aanvankelijk proberen te onderdrukken, om me maar op de sport te kunnen richten. Maar ik kreeg nu meteen na de wedstrijd berichtjes van familie en dat maakt een hoop los.”

„Dit is perfect, thuis in zo’n ambiance en op zo’n manier winnen. Ik zal dit heel erg gaan missen. Ook het dorp, de vrijwilligers. Dit is mijn slag mensen. Het besluit om uit elkaar te gaan, is een goede geweest. Steeds meer spelers gaan werken naast het handbal en dat is ook logisch, zo’n maatschappelijke carrière. Maar ik had graag willen werken met semiprofs, wilde meer trainen. Maar dat gaat niet. Des te knapper is het dat je zoveel prijzen pakt en dan hélemaal telkens die Benelux Liga wint.”

Marco Beers laat het feestgewoel

even voor wat het is. „Martin is een kanjer. Het was voor mij fantastisch om zijn assistent te mogen zijn. We hebben vroeger nog tegen elkaar gehandbald. Dan kom je elkaar later tegen en dan blijken we hetzelfde zijn. Recht voor z’n raap. Andere mensen mogen iets van onze beslissingen vinden, maar wij vonden het vooral belangrijk wat we er samen van vonden. Over de eerste wedstrijd waren we niet tevreden. Hebben we de koppen bij elkaar gestoken en video gekeken waar we het anders hadden moeten doen. Wij leren zelf ook iedere wedstrijd.”

Vlijm: „Marco is mijn steun geweest. Het is pas mijn vijfde seizoen als hoofdtrainer. Collega’s zijn al twintig jaar bezig en die bereiken nooit zoveel als wij nu reeds hebben bereikt. Aan de ene kant kan ik denken dat na deze club alles minder wordt. Tuurlijk, dit is de top. Maar ik probeer het gewoon vooral te gebrui-

ken voor mijn toekomst. Maar eerst neem ik een jaartje afstand van het handbal, ga geen club trainen. Anders ga ik vergelijken met Volendam, dat zou niet goed zijn.”

Hij kijkt nog eens om zich heen. „Dit is een sprookje.” De Limburgers in de Volendamse selectie melden zich om hem in de feeststemming te betrekken. Jasper Adams en Maurits van Buren. „Ik heb ze uit Limburg meegenomen om ze eens een prijs te laten winnen”, lacht Vlijm breeduit. Hij wordt vervolgens het podium op geroepen en mag door de erehaag in de PX. Als het ‘Martin, bedankt’ door de zaal klinkt zoekt het bedrukte gezicht naar een manier om de tranen te onderdrukken. Maar het lukt niet. De grote man wordt even klein en zoekt schouders van zijn spelers. Dit keer niet om op plaats te nemen, maar als troost.



G:BS

BOUW

**HV/Kras Volendam,
Van harte gefeliciteerd!**

- Julianaweg 141 M
- 1131 DH Volendam
- T 0299-324432
- F 0299-324727
- www.gbbsbouw.nl
- info@gbbsbouw.nl

WIJ FELICITEREN ONZE HANDBALLERS
MET DEZE OVERWINNING!

gat van Nederland
SINCE 1972



The place
to B.

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



FREEK SCHILDER b.v.
VISSNACKS - SALIZEN - SALADES

GEFELICITEERD!

Morseweg 47, 1131 PG Volendam
www.freekschilder.nl



Remco's
Mode

- MONNICKENDAM -

Kerkstraat 60
0299-656455
www.remcosmode.nl

VAN HARTE GEFELICITEERD
MET DE **TITEL!**

tegelszetbedrijf
VOLENDAM

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

OCCASIONCENTRUM
DE GROOT B.V.



WWW.DEGROOTVOLENDAM.NL



Marthijn Pothoven, Piet Kes en Joost Ooms met het nieuwe shirt voor het seizoen 2012-2013.

KRAS/Volendam speelt komende seizoenen in Hummel

Het bekende sportmerk Hummel, onderdeel van Deventrade BV uit Deventer, verzorgt met ingang van het nieuwe seizoen de kleding voor KRAS / Volendam. Deventrade BV en KRAS / Volendam zijn een vierjarige verbintenis overeengekomen.

Niet alleen de 1e dames- en herenselecties verschijnen in het nieuwe seizoen in Hummel maar ook de overige teams van KRAS / Volendam gaan de komende seizoenen volledig gekleed in Hummel.

Daarnaast gaat KRAS / Volendam gebruik maken van de Select handballen welke geleverd worden door Deventrade BV.

Marthijn Pothoven van Deventrade BV: "Wij zijn zeer verheugd met de overeenkomst met KRAS/Volendam."

KRAS / Volendam heeft de afgelopen jaren op sportief vlak bewezen de absolute topclub in handbal te zijn.

Daarnaast is KRAS/Volendam ook buiten het veld een club met een zeer professionele organisatie.

Uit de gesprekken met KRAS / Volendam is gebleken dat onze doelstellingen

veel raakvlakken vertonen en dat zij eveneens in termen van een partnership denken. Ik ben er daarom van overtuigd dat wij de komende jaren veel voor elkaar kunnen betekenen." Deventrade BV, importeur van o.a. de sportmerken Hummel, Stanno, Derbystar en Reece Australia, is een internationaal opererende verkooporganisatie met eigen vestigingen in Europa.

Voor meer informatie kunt u kijken op www.sportdirect.com

Of bellen met Deventrade BV 0570-665366



Tom Schilder toont het nieuwe wedstrijdshirt.

VAN HARTE GEFELICITEERD

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

CARE Investment Services
felicitteert HV KRAS/Volendam
met het behaalde landskampioenschap!

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**

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

**10%
KORTING**

**MET DE HV01 COUPON
VIA ONZE SITE**



Staand: Jaap Schilder, Sandra Runderkamp en Piet Kes. Tussen de bonnen: Herman Runderkamp, Jaap Tol en Niels Runderkamp.

Keurslager Runderkamp heeft het sponsorcontract met HV KRAS/Volendam met 3 jaar verlengd tot 2015

De succesvolle bonnetjes actie is daar een uiterst belangrijke factor in geweest! Veel mensen uit Volendam die HV KRAS/Volendam een warm hart toedragen hebben bonnetjes verzameld de afgelopen jaren. De keurslager is zeer enthousiast daarover en heeft mede daardoor het sponsorcontract met 3 jaar verlengd. Blijf dus allen bonnetjes verzamelen!

Over de keurslager:

Keurslagerij Runderkamp is een bekende naam in Volendam en de omliggende regio. Al jaren onderscheiden wij ons als slagerij door een uitgesproken visie op lekker eten. Dat begint bij de inkoop en het aanbieden van kwaliteitsvlees. Daarnaast hebben wij een scherp oog voor alles wat je met vlees kunt doen. Door de jaren heen hebben we een groot assortiment specialiteiten en lekkernijen ontwikkeld. We noemen hierbij onze salades, kant en klare maaltijden, panklaar artike-

len, grillspecialiteiten en zelfs "glutenvrije" producten in onze slagerij. Tevens hebben wij een culinaire staat van dienst op het gebied van koude en warme buffetten, fondue, gourmet en natuurlijk barbecue.

Vanwege ons volwassen en rijk gevarieerde aanbod kwaliteitsproducten kunnen onze klanten met al hun wensen bij ons terecht. Van het dagelijkse plakje worst tot wereldse smaken in heerlijke hapjes en bijzondere gerechten. Met onze twee vestigingen richten we de blik voor-

uit, op een nog verder gaande specialisatie in advisering en deskundigheid van de door ons zorgvuldig ingekochte, gepresenteerde en bereide producten.

Naast de keurslagerijen hebben wij sinds een aantal jaar een cateringbedrijf de Buffetkoning opgezet. De catering verzorgen wij voor groepen groter dan 30 personen en in het gebied Amsterdam, Amstelveen, Haarlem en omhoog naar Hoorn en Alkmaar en alles wat daartussen in zit.

SOM ADVOCATUUR

feliciteert **HV KRAS/Volendam** met het kampioenschap!

SOM ADVOCATUUR

Gespecialiseerd in onder meer:

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

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

Julianaweg 192 B
1131 DL Volendam

Tel: 0299 - 32 38 78
www.somadvocatuur.nl

Een eerste gesprek is altijd vrijblijvend en gratis!

Mr. John Veerman

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

Administratiekantoor
Runderkamp

Mannen...
Op ons kunnen jullie rekenen!
Veel succes!

www.administratiekantoorrunderkamp.nl

Colofon

Deze bijlage is tot stand gekomen door medewerking van de:

NIVO: Eddy Veerman, René Schilder en Henk Visser; **HV KRAS/VOLENDAM:** Piet Kes, Joost Ooms, de sponsorcommissie HV Kras/Volendam, Matthijs Vink. **FOTOGRAFIE:** Klaas Smit en Henk Seppen.

HV Kras/Volendam
GEFELICITEERD!

HK HEIN KONING
ADMINISTRATIE- EN BELASTINGADVIESKANTOOR

Administratiekantoor Hein Koning - Julianaweg 224 B, 1131 NW Volendam. Tel: 0299-365848. www.heinkoning.nl

FACS dienstverlening & trading *Alle promotieartikelen*

Promotioneel partner van:

KRAS
HV VOLENDAM

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

Jan Kes is niet meer bang dat hij iets anders mist

Omdat iedereen fit was, moest Jan Kes de finales vanaf de tribune bekijken. Zijn beleving was er niet minder om. Zondag maakte hij de warming-up mee. „Speciaal aangevraagd, ook om te mogen oplopen. Want dit is waar je al die tijd voor traint.” In zijn tweede sportleven heeft hij twee keer in een jaar tijd de kampioensschaal mogen kussen. Dat had veel vaker gekund, ware het niet dat de interesses van Jan Kes – die in 2001 op zeventienjarige leeftijd debuteerde – op een ander vlak kwamen te liggen. Hij verdween in de anonimiteit, totdat na jaren de kentering kwam. Met de marathon van Londen als tussenstation van een traject waarop hij als jongere niet maalde als hij ontbrak bij de selectie, maar tegenwoordig alles maar dan ook alles in het werk stelt om speelminuten te maken.

Tijd (om) te winnen

Hij was net kleuter af toen hij zijn eerste schreden binnen de handballijnen zette. „Mijn vader speelde in het eerste. Ik ging ‘uit’ en ‘thuis’ mee. Dan kijk je niet veel handbal, maar ben je aan het klieren rondom het veld. Ik was niet de langste toentertijd, dus het werd spelen op de cirkel. Op vijftienjarige leeftijd heb ik nog een blauwe maandag met Junioren Jong Oranje meegetraind.”

In diezelfde periode werd hij overgeheveld naar Heren 2. „In de A-jeugd was mijn vader onze trainer en coach, maar het was niet zo dat het thuis altijd over handbal ging. Of het bijzonder was? Eigenlijk zagen we het allebei niet zo, althans ik heb dat niet bewust zo beleefd.”

„Op zaterdag ging ik ‘naar de dijk’. Op zondag speelden we wedstrijden. Ik wist het toen nog goed te combineren. Tuurlijk heeft het invloed op je spel, op je doen en laten. Maar toen was er nog geen topsportvisie- en beleid bij de club, of een project als Glashelder om talenten weg te houden van alcohol.”

„Al snel haakten bepaalde jongens af en gingen naar heren 3 en 4. Ik zat in een lichting met Edwin Buurs, Mark Weber, Piet Koorn, Hans Admiraal, Johan Versluys, de na de Nieuwjaarsbrand overleden Nico Veerman, zanger Nick Schilder. Voor me zat de lichting met Joey Duin en Tom Schilder, na me kwamen Herman Tol, Frank Weber en Frans Douma.”

„Door de Nieuwjaarsbrand werd het eerste tijdelijk uit de eredivisie gehaald. In de aansluitende zomer draaide ik een supervoorbereiding, alles lukte. Terwijl ik nog steeds niet anders bezig was, ik maakte niet meer dan een nieuwe stap in mijn ontwikkeling. Toenmalig trainer George van Noesel liet me op zeventienjarige leeftijd debuten. Zette me er gewoon in. Kwam landskampioen V & L met die grote spelers.”

„Het ging zoals het ging. Ik zag het niet zo dat ik harder moest trainen, om mezelf te verbeteren. Plezier had ik wel. Als je nu terugkijkt: als ik toen al veel en hard had getraind zoals de laatste jaren het geval

is...”

Schalke

„Destijds, als ik dan misschien met het eerste mee moest als Jan Bond geblesseerd zou zijn en ik had kaartjes van Dortmund-Schalke in m’n zak, dan hoopte ik stiekem dat Jan gewoon fit zou blijven en ik naar Duitsland kon. Op dat gebied leefde er geen topsporter in me op dat moment. Ik wilde van twee wallen eten en dat ging ook. Ik was en ben nog steeds gek van het voetbal, maar vooral alles eromheen, ook knokken en zo. Het kon toentertijd niet gek genoeg.”

„Vanwege het handbal kom ik nog nauwelijks bij het voetbal. Ben wel vorig jaar naar Liverpool-FC Utrecht geweest op Anfield Road. Prachtige ambiance met drieduizend Nederlandse supporters. Ik was destijds jong en dan is dat heftig. Ik kan me voorstellen dat een ander dat niet normaal vond. Zelf denk ik, terugkijkend: ‘die gast’ gaf nergens om’. Daar sta ik nu van te kijken. Alles gleed zo van me af. Je leeft van dag

tot dag. Maar niet voor m’n sport. Ik was meer met voetbal bezig. En met uitgaan. Mijn weekeinde begon op donderdagavond en ik had niet altijd een goede nachtrust gehad als ik in het veld stond bij het tweede. Het was altijd gezellig op zaterdag met veel biertjes en alles wat erbij kwam kijken. Ook als FC Volendam in de eredivisie speelde, die sfeer op de tribune, daar moest ik bij zijn.”

„Maar ik heb nooit het gevoel gehad dat ik op een randje liep. Komt wel goed, dacht ik: ik word vanzelf een dagje ouder. Minder dan twee jaar ben ik uit de bres gesprongen, daarna was ik weer heilig. Ik zie mezelf in dat opzicht dus ook niet als een moraalridder. Ik ga gewoon nauwelijks uit en ik handbal nu. Nu zie ik hoe mooi sport kan zijn. Omdat ik van twee kanten kan kijken en geproefd heb.”

„Het zal niet altijd leuk zijn geweest voor m’n ouders. Ik was een lastige puber, daar houd ik het op. Ze hadden liever gezien dat ik toen door was blijven handballen. Zij vonden misschien dat ik op het randje liep. Bij ouders leeft dan misschien meer een gevoel van angst, dat ik afdwaal. Ik zag het zo niet. Misschien was het onnozelheid.”



Jan Kes krijgt een klein kansje, recentelijk in de thuiswedstrijd tegen Bevo, maar mist.



“Al is het de **6e** keer het is en blijft een geweldige **prestatie!**”
Schildersbedrijf Jack Schilder BV

Plutostraat 87 | 1131 WC Volendam | Tel: 0299-362270 / 06-53561560 | www.jackschilder.nl



Hij onderging daarna een gedaante-verwisseling. „Het was de verandering van vrij fanatiek leven van voetbalwedstrijd tot voetbalwedstrijd – en als daar ‘wat’ gebeurde, was het ook prima – naar jezelf verplichten om elke avond weer in de sporthal te gaan staan. Toch til ik daar niet te zwaar aan. Het is geen melodramatisch verhaal. Je krijgt verking en gaat minder uit. Ik wilde weer gaan sporten en dan voel je je ‘s maandags fit op je werk en dat is lekker. Als vrienden dat ook gaan doen, word je ook minder bang dat je iets mist.”

Hij was al die tijd in het derde blijven spelen. „Ik begon eens met hardlopen en dat ging zo lekker, het was mooi om een doel neer te zetten: dat werd een marathon, Ik heb altijd wel in extremen gedaan, of het nou links of rechts was. Mijn vader was ook al een tijdje aan het hardlopen en ik vroeg of hij mee ging. Begon het bij hem ook te leven, gingen we samen trainen. Ik was verslaafd geraakt aan sporten.”

Romantiseren

„Het zijn mooie momenten en het is ook kicken. Maar we zijn te nuchter om het te gaan romantiseren. Ik heb sinds twee weken aan de wereld kunnen vertellen dat ik vader word en misschien dat dan over een paar jaar al die dingen uit het verleden, zowel in de uitgaanstijd als de marathon, qua emotie anders gaan voelen.”

„Onze interesses kwamen overeen: sport. Nu praatten we thuis ergens over, op niveau. Het mooie was dat ‘de handbal’ toen weer toenadering tot me zocht. Bij monde van de technische staf, omdat Felix Janssen weg ging en een plekje als cirkelspeler vacant werd.”

„Ze wilden het intern oplossen omdat niemand van buiten Volendam achter Tom Schilder wilde spelen. Omdat Tom de beste van Nederland is. Kwamen ze bij mij terecht. Ik dacht eerst: die sporen niet. Ik kon misschien wel het niveau aan, maar zij waren afgetraind en ik tien kilo te zwaar. Ik was toen wel al veel aan het hardlopen én krachttrainen voor mezelf en ook bij dat laatste onderdeel stelde ik mezelf steeds doelen.”

„Tot dusver maakte ik zelf schema’s en dat gaf best kopzorgen. Het was een mix tussen goed krachttrainen, hardlopen en één keer in de week voetbal. Was al bezig met periodisering en het gericht trainen van de spiergroepen. Zo raakte ik ook geïnteresseerd in de voeding die bij lichaam en training paste. Toen Kras/Volendam kwam, lag alles als het

ware klaar voor me qua faciliteiten. Ik wist dat ze in Purmerend bij Michel van Halderen fysiek aan het trainen waren. Hij is de meester.”

„Een absolute motivator. Sommigen zijn bang voor hem omdat hij van hard trainen houdt. Heb ik totaal niet, dat is juist goed voor je. Ik speelde al die tijd nog in het derde, nu mocht ik eredivisiehandbal gaan spelen voor volle sporthallen. Europa Cup-wedstrijden meedoen. Maar het trok me vooral dat ik op routinebasis puur en gericht kon trainen op één ding. Heb ik thuis even overlegd en m’n vrouw zei meteen dat ik het moest doen.”

„Het was wel even aanpassen; de laatste drie jaar ben ik tijdens de bouwvak niet met vakantie geweest, omdat je in de voorbereiding met de ploeg zit. Zit ik op trainingskamp ergens in Duitsland. En vriendin Inge zit alleen thuis. Maar zij is heel meegaand.”

„Ik ging me nog meer interesseren wat goed was voor het lichaam, in het geval van voeding. Ik liep in het begin tegen nogal veel blessures op. Omdat ik te zwaar was en ik wilde me graag bewijzen, dus ging ik megahard trainen. Maar ik wist niet hoe ik mezelf daar op moest voeden. Sinds ik met Herbalife en Cor Snijders, de vader van medespeler Jasper, aan de slag met mijn voeding ben gegaan, voel ik dat ik én genoeg heb en in balans ben en sindsdien geen blessure meer heb gehad. En kan ik elke training honderd procent gaan en train ik ook extra bij Michel van Halderen op de dag dat de ploeg vrij heeft, samen met Matthijs Vink en Joey Duin.”

‘Als Michel zegt: ga op je kop staan, druk twintig keer op met een banaan in je oren, dan doe ik dat’

„Ik speel vooral in het tweede, dus dan heb je vaak niet de ontlading. Dus haal je die op een andere manier. Michel laat je in drie kwartier tot het maximale gaan en als we dan eens twintig minuten trainen, moet je niet denken: ach, dat is de helft. Maar dat kan soms zwaarder zijn dan die drie kwartier. Als Michel zegt: ga op je kop staan, druk je twintig keer op met een banaan in je oren, dan doe ik dat. Want ik weet dat de oefeningen van Michel het best zijn wat ik voor me lichaam kan doen.”

„Dan is afzien zó top. Maar er lopen jongens die vermijden die training liever. Ik begin dan eerder aan mijn

werkdag of neem er vrije uurtjes voor op. Je moet je handen dichtknijpen dat je met iemand als Michel mág werken. Misschien heb ik gemakkelijk praten, omdat ik het vroeger zo niet heb gedaan. Tegenwoordig komen ze van heinde en verre hier spelen. Zorg dan dat je, mocht je het niet redden, er in ieder geval alles aan gedaan hebt.”

„Als ik het vergelijk met toen, staat er nu een grote organisatie. Toen was het bestuur ook het technisch kader. De trainer deed alles. Nu heb je specifieke trainers. Met Van Halderen gingen we in de voorbereiding in Schoorl door de duinen en dan tot slot even een paar keer de klimduin op, om je reserves leeg te trekken. Dan mocht je ook niet meer uitlopen, dan stond er zo’n spanning op de spierem. Dat is zó kicken. Dan weet je ook dat je geen enkele beweging teveel en te weinig maakt. Alles wordt dus veel beter gefaciliteerd. Je merkt aan alles dat je al een paar jaar nummer één bent als club. Vroeger kwam V&L met het borstje vooruit de sporthal in, nu komt niemand hier meer zo de sporthal in. Volendam is het bolwerk. Je kunt zeggen dat het voor mij moeilijker was om dan weer aan te haken op zo’n niveau, maar als je Klaas-Jan Huntelaar bij Telstar neerzet, dan krijgt hij nauwelijks een bal en scoort er geen dertig per seizoen. Ik heb hier de beste spelers om me heen. Niels Reijgersberg weet me blindelings te vinden en dat weet je als je aan de cirkel staat. Je trekt je op aan het niveau. Je bent altijd afhankelijk van de spelers die in de opbouw staan. Als zij minder zicht hebben op hoe vrij ik sta en zelf gaan knallen, kom ik minder in beeld. Maar we trainen veel en ik train elke dag met de beste ploeg van Nederland.”

„Nu ben ik qua beleving meer bezig met welke stappen ik nog kan maken. Het is keiharde topsport. Als ik mezelf niet ontwikkel en hard train, komt er straks iemand van twintig en dan schuif ik weer een plaatsje naar beneden in de rangorde. Destijds mocht ik meer fouten maken. Maar ik houd er juist van om keihard te moeten werken. Als ik niet een paar keer per week kapot ga, zit ik niet lekker in m’n vel. Dat heb ik wel een beetje van m’n vader.”

„Ik geniet en beleef wel veel meer dan toen. Dat zie je terug op de momenten dat ik een doelpunt maak. Misschien omdat ik nu ook niet veel speel; als je dan mag, geniet je meer. Als je meteen begint, focus je je op meerdere dingen. Als je korte speeltijd krijgt aan het einde van de

wedstrijd, hoop je vooral dat je nog iets kunt betekenen voor jezelf, de ploeg en het publiek. Dat maakt het ook lastig, want als je dan iets fout doet, wat gelukkig zelden gebeurt, dan kun je daar lang mee blijven zitten. Daar zat ik vorig seizoen wel mee. Was ook onzekerheid. Toen liep ik nog met de vraag of ik het wel ging redden. Nu weet ik dat ik het niveau aan kan en is het wachten op een kansje.”

Chagrijnig

„Al zit ik langs de kant, ik zit altijd in de wedstrijd – voor het team – en zal nooit met een chagrijnig gezicht langs de kant zitten. Is misschien ook leeftijd. Ik baal wel als ik lang langs de kant zit. En praat er ook wel over met anderen. Maar ik laat het aan weinigen merken. En wie ben ik om te zeggen dat er iemand uit moet voor mij. Zo reëel ben ik ook wel.”

„Tuurlijk had ik wel even moeite dat Matthijs Vink begin dit seizoen op mijn plekje kwam. Ik zou de man achter Tom worden. Ik snap het wel vanuit de club gezien. Het is tenslotte een international. Maar dat had wat beter gecommuniceerd kunnen worden door de club, vind ik. Als ze het eerder gezegd hadden, had ik kunnen zeggen dat ik het snap.”

„Vorig jaar heb ik wel meer gespeeld dan nu. Dat is zonde. Je traint om een stapje te maken. Dit seizoen heb ik veelal in het tweede gespeeld. Een trainer wordt afgerekend op resultaten en is in die zin gebaat met dat het met zijn team zo gesmeerd mogelijk loopt. Ik snap het vanuit mezelf, maar ook vanuit een trainersoogpunt. Ik heb wel even gehad van: zal ik minder gaan trainen? Maar je kunt gaan zitten janken, maar je kunt ook nóg harder gaan trainen. En dat heb ik gedaan. Kan ik altijd zeggen dat het niet aan mij heeft gelegen. Dan zorg je bijvoorbeeld voor meer kilo spier om nog meer je mannetje te staan in die dekking.”

„Ik zie mezelf zeker nog een paar jaar meegaan. Na Tom, Matthijs en ik is er een gaatje qua cirkelspelers voordat de volgende zich aandient. Toen ik er net bijkwam, was het een stukje materie waar ik nog geen kaas van had gegeten. Wanneer moet je nou ergens iets van vinden dat je meer wilt spelen, of dat je juist blij moet zijn dat je er bij zit? Het is topsport en ik weet hoe het werkt. De eerste divisie is een goede leerschool, maar ontwikkelen doe je natuurlijk door ook in de eredivisie te spelen en je te meten met Lim-

burg Lions en E&O.”

Handtekeningen

„Ondertussen merk je wat handbal hier losmaakt. Mag je handtekeningen uitdelen aan jonge handballers of je zit op een verjaardag waar kinderen zijn die ook op handbal zitten en die vinden het speciaal dat jij daar bent. Ik heb dan zo iets van: rustig, wie ben ik dan? Maar als klein jongetje had ik dat ook, keek ik op tegen grote handballers en voetballers.”

Vorig jaar scoorde hij in de return van de finale bij Limburg Lions. „De foto’s daarvan hangen aan de wand, bij de trapopgang naar het fitnesscentrum dat ik in ons huis heb opgebouwd. Kom je alvast in de sfeer.” Een half jaar geleden begon de sportfanaat zelfs een eigen bedrijf, Time2Win. „Als onafhankelijk distributeur van Herbalife begonnen, met Cor Snijders als mijn begeleider. Ik begeleid zelf sporters en geef presentaties over voedingadvies en gezonde leefstijl aan mensen, ook als ze af willen vallen of meer energie willen krijgen.”

Aspecten waarmee je tijd kunt winnen. Voor Kes was het tijd om te gaan winnen, enkele jaren geleden, gezien de grote wending. „Werd ik landskampioen en speelde voor 5000 mensen in het Franse Nantes. Kicken, want ik was vaak één van die 5000.” Hij is 29, maar geen routinier. „Ik zit in hetzelfde schuitje als ‘de begin twintigers’. Ik kan nog stappen maken die ik hiervoor niet heb gezet. Maar als die ‘begin twintiger’ niet de ballen van z’n kont traint en het net als ik vroeger allemaal wel gelooft, dan wil ik, die als bijna dertiger keihard traint, wel eens zien wie er boven komt drijven. Want op alleen – uitzonderlijk – talent redt alleen Tom Schilder het.”

„Als je jong bent en talent hebt, ga er dan ook voor. Hoe vaak ik niet jongens heb horen zeggen: ‘als ik was doorgegaan met voetballen had ik in Ajax of FC Volendam gespeeld’. Zo vaak, dat als iedereen dat had gedaan, de eredivisie nu vol Volendammers liep. Maar dat is dus de truc: het dóen. Kees Kwakman (ballap) heeft dat wel altijd gedaan. Alles opzij. En die speelt wel bij FC Groningen.”

„Kijk bij ons naar Barry Koenders. Die speelde tien jaar geleden achter mij in het tweede op de cirkel. Maar hij is doorgegaan met trainen en heeft zelfs het Nederlands team gehaald. Ik was wel aanwezig, maar als de trainer niet keek, deed ik de oefening niet.” Hoe anders is het nu.



FC VOLENDAM FELICITEERT

Handbalvereniging KRAS VOLENDAM met het behaalde

KAMPIOENSCHAP!



Wat glanst 'ie' mooi!



Succes
Krachtig in schoonmaken



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



AMSTERDAM



ALMERE



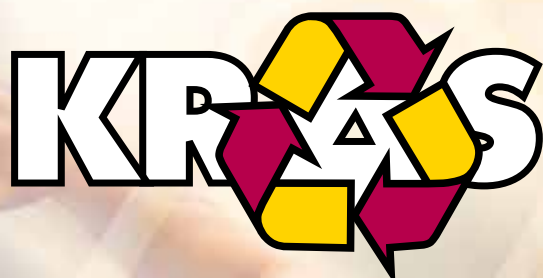
GEMERT



VOLENDAM



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 KRAAS

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