

Vooruitgang in het nieuwe seizoen

(Door voorzitter Helen Veenendaal)

De vakantie zit er weer op! De scholen zijn al weer enkele weken geleden begonnen en iedereen is weer volop aan het werk. Tijd dus om te gaan trainen en de conditie weer op bouwen! Voor de meeste teams laten de wedstrijden nog even op zich wachten. Maar andere teams hebben al aan een toernooi meegedaan. Altijd goed om het balgevoel te herpakken en de techniek en tactiek naar een hoger plan te tillen. En dát willen we allemaal, vooruit!

Om toch nog even terug te blikken op het vorige seizoen werden we als bestuur geconfronteerd met een aantal incidenten, dat te maken heeft met het gedrag van een aantal ouders dat niet door de beugel kan. Het uitschelden van scheidsrechters en speelsters en ander respectloos gedrag willen we als bestuur echt niet (meer) tolereren. Dit gedrag heeft ons een potentiële en grote sponsor gekost!!! en daarmee de nodige financiële middelen. We begrijpen dat in het heetst van de strijd de emoties hoog op kunnen lopen. Maar denk even na wat voor voorbeeld je als ouders bent voor alle jeugd die in de sporthal rondloopt. En denk eens aan de consequenties dat het kan hebben. Dit is dan ook een oproep aan iedereen! Zowel coaches, trainers, speelsters, ouders en een ieder die betrokken is bij de vereniging: Laten we er een sportief seizoen van maken, waarbij plezier in het basketbal voorop staat!

Helen Veenendaal
Voorzitter Dames Basketball Vereniging HLB Accountants

Teaminformatie HLB Accountants

(Door Jan Kooij)

Een herhaling van zetten, want na het seizoen 2008-2009, waarin het Damesteam kampioen werd, schreven we dat er veel was gebeurd. Het halve team was gestopt of vertrokken naar het buitenland. Na deze zomer is er een identiek verhaal en nog wat onzekerheden. Tirza Pentury is gestopt, Mascha van der Linden is gestopt, Kim Hartman is vertrokken naar Wereldtickets.nl en zowel Marianne van der Hoek en Karen van den Nieuwendijk spelen dit seizoen voor het CTO-Team. Leonie Kooij is vertrokken naar Spanje en ook Maaïke Klein zoekt nog een buitenlandse bestemming. Zeker is, dat van de ervaren speelsters Laura Kooij doorgaat en van Marloes Roetgerink weten we dat nog niet zeker.

Coach Meindert van Veen, deze zomer weer heel actief en met wisselend succes bij het Nederlands A-team, gaat het komend seizoen de uitdaging aan om met een wel heel erg jong team de competitie in te stappen. Naast Kourtney Treffers, Romee van der Vlies, Gabrielle van den Bosch en Danique de Vries heeft HLB Accountants voor het komend seizoen 4 jeugdige talenten van Lokomotief (Rijswijk) aangetrokken. Het gaat hier om Zera Butter (1992), Maxime Essenstam (1993), Rosanne Kruithof (1993) en Richelle van der Keijl (1993); zij spelen U20 bij Lokomotief en Dames Eredivisie bij HLB Accountants.

Het is overbodig om te schrijven dat we, gezien de kracht en versterkingen bij de andere teams, geen favoriet zijn voor de landstitel, alhoewel we dit vorig seizoen ook stelden en toch in alle Finales om de hoofdprijs meededen.

Jan Kooij
Voorzitter Dames Top Basketball Den Helder

ORGANISATIE DAMES TOP BASKETBALL DEN HELDER

Voorzitter: Jan Kooij (j-kooij@quicknet.nl)
Secretariaat: Dames Top Basketball (info@denhelderbasketball.nl), Sparrenstraat 6, 1786 PK Den Helder
Contactpersoon: Meindert van Veen (bab.assist@quicknet.nl)
Teamwebsite: www.denhelderbasketball.nl
Sporthal: Sportlaan Den Helder, Sportlaan 52, 1782 ND Den Helder tel: 0223-615397

FAIR PLAY

(Door Ronald Rieuwers)

Fair play is een veel gebruikte term, maar waar begint het of waar eindigt het. Een handje geven aan het begin van de wedstrijd aan de tegenstander en scheidsrechters. Om vervolgens na de sprongbal een zeer harde fout maken en de scheidsrechter uitschelden dat je je benadeeld voelt. Je zult misschien denken hier herken ik mijzelf niet in. Maar toch, hoe vaak gebeurt dit nou eigenlijk. Als scheidsrechter en bestuurslid zie ik het regelmatig fout gaan en kijk dan ook sceptisch naar het handje geven. Maar niet alleen op het veld maar ook 'off court' zie en hoor ik regelmatig dingen, waarvan ik denk kan het niet wat minder. Niet zozeer onze HLB coaches, maar vooral ouders en andere kennissen. Nog geen spreekkoren langs het veld, maar wel bewoordingen die niet door de beugel kunnen. En ja, helaas op elk niveau. Van benjamins tot senioren. Laten we overigens fanatisme van spelers, coaches en 'echte' supporters niet met deze afvalligen vergelijken. Ik heb dan nog maar eens opgezocht wat de definitie is van fair play inhoudt. En hoop dat spelers, coaches, ouders dit meer ter harte nemen. Dus als je vooraf aan de wedstrijd een hand geeft aan je tegenstander, geef deze niet alleen omdat het moet, maar omdat je het meent. En heb je teamgenoten hebt die er anders overdenken spreek ze hierop aan. En ouders zou ik willen zeggen: Houd het sportief en moge het beste team winnen. Ook als het niet het team is van uw dochter. En die scheidsrechter. Die doet zijn uiterste best om de wedstrijd in goede banen te leiden.

Definitie: Fair play (*eerlijk spel(en)*) is het eerlijk en sportief spelen van een spel in (top)sport. Het houdt in dat de speler de regels respecteert en zich daaraan houdt. Ook kan men daaraan toevoegen dat er niet te veel commentaar op de leiding mag worden gegeven.

Mijn moto is dan ook PLAY FAIR, OR DON'T PLAY. Ronald Rieuwers

Hoe gaat het met mij?

(Door Daisy van der Beek)

Ik ben van **de zomer** lekker een weekje bij familie in Italië geweest. Ik heb het daar erg naar mijn zin gehad en me lekker laten verwennen. Het was relaxt en ontspannen en vond het fijn om even weg van hier te zijn. Ik heb ook heerlijk genoten van het zonnetje, want de zomer hier werd ik niet echt vrolijk van. Af en toe was het ook wel confronterend met mijn rug. Zo heb ik einde van de dag pijn, kan ik niet meer de hele dag slenteren en de hele dag op het strand liggen is ook geen pretje. Ik heb van de zomer ook examen gedaan voor de thuisstudie die ik aan het volgen was, namelijk culturele psychologie, en daarvoor ben ik geslaagd. Daar ben ik erg blij mee, want het was best pittig. Maar ik heb weer een papiertje op zak!



Ik ben nog steeds met **mijn revalidatie** bezig. Ik ben vier keer per week onder behandeling bij de fysiotherapeut. Zolang er een stijgende lijn in mijn revalidatie zit – en dat is er – blijf dit ook zo. In het begin ging het met grote sprongen vooruit en nu met wat kleinere stapjes. Maar elk stap is er één! Zo heb ik al veel meer bewegelijkheid dan voor mijn tweede operatie. Ik kan mijn dagelijkse dingen als auto rijden, fietsen, aankleden etc. zelfstandig.

Verder heb ik sinds 2,5 maand elektrotherapie. Hier wordt met laagfrequente stromen mijn zenuw en spieren geprikkeld die beschadigd zijn en door de stromen worden ze weer gestimuleerd. Het resultaat is dat ik mijn rechterarm al iets hoger krijg dan 90 graden. Ten slot krijg ik sinds kort ook 'dry needling'. Hier worden spierverhardingen ontspannen door gericht met een dun naaldje binnen mijn spieren te prikken.

De bedoeling is dat hierdoor mijn pijnklachten en stijfheid verminderen en mijn beweeglijkheid verbetert. Het is echter nog te vroeg om te bepalen of dit werkt. Het zou wel erg fijn zijn omdat ik nog geregeld (lees: dagelijks) pijn heb.

Mijn doel voor de komende tijd is weer wat meer te re-integreren in mijn werk. Ik ben sinds augustus begonnen op therapeutische basis bij Triversum in Alkmaar. Ik wil de uren en mijn werkzaamheden steeds meer uitbreiden. Het is namelijk wel weer de bedoeling dat ik in de toekomst ga werken. Of dat op Triversum kan, vanwege het fysieke gedeelte, dat moet nog blijken. Verder is een doel om lekker te genieten van het basketbalspelletje. Zowel bij de dames als bij JBC, waar ik sinds eind augustus met de rolstoelbasketballers mee train. Ik ben daarvoor gevraagd en heb besloten om het een kans te geven. Ik vind het leuk om weer bezig te zijn in een team, maar het is ook erg moeilijk en af en toe frustrerend vanwege mijn beperkingen. Daarnaast zal ik de komende maanden nog steeds concentreren op mijn revalidatieproces en zowel lichamelijk als geestelijk proberen eruit te halen wat erin zit! Liefs Daisy

Zomerreces

'Met een uitdaging in het vooruitzicht'

(Door Arjan Otter)

Maandag 24 mei brak het zomerreces aan. Direct na de laatste dameswedstrijd was ook bij mij de teleurstelling groot. Vooral omdat je van mening was dat je een extra thuiswedstrijd had verdiend. Maar al gauw sloeg die teleurstelling bij mij om naar een ontzaggelijk gevoel van trots. Trots dat mijn team alles had gedaan wat het in zich had en strijdend ten onder ging tegen een tegenstander die gewoonweg beter was. Naarmate de zomer vorderde wist je van te voren dat er dan onvermijdelijk ook weer afscheid genomen moet worden van speelsters die jarenlang het gezicht hebben bepaald van jou ploeg.

Ook mijn persoonlijke favoriete speelster 'Kim' speelt komend seizoen bij een andere club. Tijdens Nederland tegen Litouwen heb ik een foto van Kim gemaakt die laat zien waarom zij mijn favoriete speelster is (zie de foto rechts). Altijd keihard werken en achter losse ballen aanduiken. Deze sprekende foto is Kim Hartman ten voeten uit. Voor komend seizoen wordt het een uitdaging, om coach Meindert te zien in de situatie waarin hij altijd het allerbeste is geweest: het opleiden van jeugd en bouwen aan een nieuwe ploeg.

In Schagen speelde ik zelf elke woensdagavond tijdens het seizoen bij Rebound - op recreatieve basis - ook lekker een potje basketbal. Tijdens een clinic daar, van Mike Nahar (speler van Nationale herenteam en speler op topniveau) nam ik de fotografie op me. Hartstikke leuk, vooral het eerste uur met de jongste jeugd. Dat is gewoon genieten. Sommige kleine ventjes waren behoorlijk verlegen van die grote meneer Nahar. Ik vond fotografie al heel lang erg leuk om te doen maar sinds ik mijn digitale spiegelreflex camera heb, ben ik helemaal losgeslagen. Vooral met basketbal als hoofdnoot. Dat kan niet anders, want ik ben een basketbaldier in hart en nieren. Van die besmetting kom ik nooit meer af.

Nog genietend van de maand augustus, met het Nederlands team. Met 8 zware interlandwedstrijden tegen niet de minste landen van Europa maakte mijn camera weer overuren. Ruim 800 foto's per wedstrijd en daar blijven er ongeveer 30 á 40 van over na het selecteren. Het is flink je best doen om over de hele avond enkele tientallen goeie 'platen' bij elkaar te schieten. Het is bepaald niet makkelijk, maar het gaat me steeds beter af ook omdat ik heb geïnvesteerd in materiaal. Zo heb ik een telezoomlens erbij. Daarmee kan ik veel beter uit de voeten. Tweedehands overgenomen en ik ben er hartstikke gelukkig mee!



Ik was eind juli bij een oefenduel Nederland tegen Groot Brittannië aan het fotograferen toen mij werd aangeboden om een lens van iemand te mogen uitproberen, daarna vrij vlot de deal gemaakt dat ik de lens tweedehands kon overnemen en zo had ik dus mijn droom: een telezoomlens werkelijkheid zien worden. Hartstikke gaaf!! Eén van de eerste echt goeie foto's die ik ermee maakte was van Francisco Elson (zie foto links) en dat overkomt je niet alle dagen. Elson is natuurlijk de enige Nederlandse NBA Kampioen met San Antonio Spurs een jaar of drie terug.

Ik zou eind augustus naar Italië tegen Nederland gaan maar omdat de wedstrijd werd verplaatst naar Sardinië was de retourvlucht opeens € 300,- duurder. Dus uiteindelijk maar besloten om het niet te doen. Zeker speelt ook in mijn achterhoofd dat Leonie in de Spaanse Primera Division gaat spelen. Het lijkt me geweldig daar te gaan & fotograferen. Toen ik het hoorde kreeg ik een geweldig gevoel, echt zo van 'wauw'. Ze heeft de afgelopen twee jaar zo hard voor haar gezondheid gevochten en nu gaat ze naar Spanje. Ik hoop echt van harte dat alles daar helemaal goed met haar gaat en blijft gaan. Als er iemand is die het verdient om te slagen in Spanje dan is het Leonie wel. Een echte kanjer met een doorzettingsvermogen, wat grote bewondering bij basketballiefhebbers teweeg brengt.

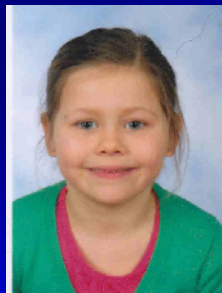
Vanaf oktober gaan we er weer tegenaan met het team in de competitie. Lekker weer allerhande randzaken doen zoals zaaldienst, statistieken, video opnames, fotografie (als Harry niet kan) en natuurlijk: vooral genieten. Met Laura als grote adjudant van Meindert binnen de lijnen vind ik het zo interessant om te gaan zien hoe talenten als Rosanne Kruihof, Maxime Essenstam, Richelle van der Keijl en de Rookie van afgelopen seizoen Zera Butter zich verder gaan ontwikkelen als de toppers van morgen, met recht weer een enorme uitdaging. Ik wens iedereen een fijn basketbalseizoen met veel plezier en sportiviteit!

Arjan Otter

Nieuwe leden



Britney Amens



Meex van Linge



Cassidy Schreuder




terug van een lange blessure
Agnes van Steijn

Namens het bestuur van de vereniging: Heel veel plezier en succes!

Aanvraag Seizoenskaarten

Je kunt ze weer bestellen



FLYING HIGH
DAMES TOP BASKETBALL
DEN HELDER

AANVRAAG
SEIZOENSKAART
SEIZOEN
2010/2011

Aankruisen welke seizoenskaart je gewenst en invullen van de persoonsgegevens. Bedrag worden op Gironummer 9.605183 t.n.v. Stichting Dames Top Basketball Den Helder met vermelding naam aanvrager seizoenskaart. Seizoenskaart is af te halen bij de kassa van sporthal Sportlaan.

* Seizoenskaart voor alle competitiewedstrijden, oefenwedstrijden, bekerwedstrijden en PLAYOFFS.

Losse verkoop seizoen 2010/2011	
	COMPETITIE
VOLWASSENE	€3,00
JELGD tot en met 16 jaar	€1,50

Leden Ouders HLB Accountants krijgen exclusief gratis €10,- waarde bijkaart wedstrijdgedeelte voor seizoen 2010

Formulieren kunnen worden ingevuld bij onderstaand adres of bij de thuiswedstrijden van HLB Accountants in sportlaan:

J.Kooij, Vogelzand 4 206-6, 1788 MK, Den Helder, 0223-643257

NAAM
ADRES
POSTCODE/PLAATS
TELEFOONNUMMER + Bijknummer
EMAILADRES

Nieuwtjes

- HLB Accountants plakt er nog een jaartje aanvast en geeft dan het hoofdsponsorschap stokje volgend seizoen over aan een andere, nog te zoeken hoofdsponsor.
- Op 10 oktober 2010 wordt weer het Cor & Cora toernooi georganiseerd. Meer informatie hierover volgt nog op de website.
- Wil je zelf een nieuwtje of verhaaltje plaatsen in dit ClubNieuws, stuur dit dan naar redactie@denhelderbasketbal.nl

Oproep

- Vrijwilligers: de stichting Dames Top Basketball is op zoek naar vrijwilligers voor aanvulling van het bestuur en we zijn op zoek naar vrijwilligers voor diversen zaken rondom de wedstrijden met name (speaker, zaaldienst, kassa en ondersteuning VIP). Heb je interesse in een van deze functies, wil je een keer meelopen met iemand of wil je meer informatie, neem dan contact op met Jan Kooij via j-kooij@quicknet.nl
- Redactieleden voor Clubblad en website gezocht. Vind jij het leuk om nieuws te verzamelen en schrijf je graag. Meld je dan aan om dit clubblad samen in elkaar te zetten. redactie@denhelderbasketbal.nl

Basketball aan Zee Tournament 2010

Eind oktober is het zover: het internationale Basketball aan Zee toernooi komt eraan. In het verleden werd dit Internationale scholentoernooi georganiseerd door OSG Nieuwediep. Nu Scholen aan Zee met Dames Basketball Vereniging HLB Accountants en nog enkele partners. De teams zijn compleet. Er zijn nu 4 jongens- en 4 meisjesteams.

Het toernooi ziet er als volgt uit:

Donderdag 21 oktober	: aankomst/inchecken
Vrijdag 22 oktober	: 1 ^e speeldag
Zaterdag 23 oktober	: 2 ^e speeldag
Zondag 24 oktober	: vertrek/uitchecken

Leerlingen van Lyceum aan Zee begeleiden alle deelnemende teams. En het programmaboekje komt er al bijna aan. Kijken jullie voor het actuele nieuws op de website: www.basketbalaanzee.nl

Nog over de zomer gesproken...

Tessa van Esch neemt ons mee in haar belevingen afgelopen zomer. Wat doet een basketbalster dan zoal...

Deze zomervakantie zijn wij niet op vakantie geweest. In de tweede week van de vakantie ben ik op basketballcamp geweest in Landsmeer <http://www.mariobennes.nl/>. Van ons team waren er veel meiden die naar het basketballcamp gingen.



Ik was daar samen met Mirthe, Noa, Janiek, Cheyenne, Valerie, Melanie en Lisa. Het was een leuke en leerzame week. Ik had me opgegeven als center en ik kreeg trainen van Martin Esajas. Ik heb heel veel van Martin geleerd. Hoe je moet verdedigen als center en nieuwe center moves. Op woensdag avond speelde ik een wedstrijdje tegen de coaches van het Summercamp samen met Cheyenne en twee meiden van het basketbal team uit Hoofddorp. Wij hadden met 5-3 verloren en ik heb één keer gescoord. Donderdag waren Henk Norel, speler van DKV Joventut Badalona, en Gadi Kedar, bondscoach van het Nederlands heren team, op bezoek in het camp.

Henk is een oud deelnemer van het camp en hij had zijn diploma van 1998 mee genomen. Henk vertelde dat hij nooit in het All-stars team (beste spelers van het camp) is gekomen, maar door hard te werken gaat hij nu spelen bij het NBA team Minnesota Timberwolves. Henk Norel speelt ook bij het Nederlands heren team. Ik ga volgend jaar zeker weer naar basketballcamp!! Tijdens de vakantie moest het Nederlands dames en heren team in Almere spelen. Ik ging op 14 augustus bij het Nederlands dames team kijken. Zij speelden tegen Italië. Ik wilde heel graag die wedstrijd zien, omdat ik in juni met mijn team naar Italië was geweest. Wij hebben daar een toernooi gespeeld en ik was benieuwd hoe het Italiaanse team speelde. Op 17 augustus ben ik bij de heren en dames gaan kijken. In de eerste wedstrijd speelde de dames tegen Litouwen en die wedstrijd hadden ze helaas verloren. De tweede wedstrijd was het Nederlands heren team tegen Oostenrijk.

Het was een hele spannende wedstrijd. Ze gingen vrij gelijk op en uiteindelijk hebben onze heren gewonnen. Wij zijn nu alweer druk aan het trainen voor de competitie en wij hopen dat we die natuurlijk gaan winnen!! Ik hoop dit seizoen ook weer in het Noord-Hollands team te mogen spelen.

Groetjes Tessa



Even voorstellen, de nieuwe coach van de vereniging

Naam: Jaap Verboon en dit jaar de nieuwe coach van U12-4
Leeftijd: 47 jaar (eigenlijk 25 jaar met wat ervaring)
Werkzaam bij Renolit NL (voorheen SolMed) te Enkhuizen als bedieningsvakman in de productie (5-ploegendienst)
(Bedrijf maakt o.a. bloedtransfusiefolie, bloedzakken, slangetjes ect. Alles voor de medische wereld)



Wie is jaap..... pfff..... De vader van Jamie Verboon, speelster van U12-4.

Ik ben bij basketbal gekomen door mijn dochter Jamie. Zij wilde heel graag basketballen. Ik had contact opgenomen met Meindert voor informatie en ze mocht op haar zesde mee gaan trainen met de benjamins.

Als sportieve vader heb ik het op mij genomen op haar daarin te begeleiden, en haar naar alle trainingen en wedstrijden te brengen. Aangezien ik daar toch altijd aanwezig bij ben, vond ik dat ik me net zo goed nuttig voor de vereniging kon maken. Ik had een enkele keer gecoacht bij de benjamins. Nu werd er een coach gezocht voor U12-4 en heb ik mij daar voor aangemeld. Er komt wel wat bij kijken (administratief) maar met de deskundige hulp/uitleg van diverse mensen gaat dit wel lukken.

Doel van coaching: De meiden plezier te laten hebben in het spel, trachten er een TEAM van te maken, dan komen de resultaten vanzelf (uiteraard in navolging van de deskundige training van Kees en Linda...!!)
Iedereen is van harte uitgenodigd om onze wedstrijden te komen bezoeken.....!!