

volleybal
club



Sneek

VC SNEEK MAGAZINE

2024



SPONSOR WERVING EN CLUB SPONSORING

VC Sneek heeft een mooi sponsor-
bestand: trouwe sponsors die
voor meerder jaren aan de club...

SPONSORCOMMISSIE- LID COMMUNICATIE

VC Sneek heeft een mooi sponsor-
bestand: trouwe sponsors die
voor meerder jaren aan de club...

GELDWERVINGACTIES / GROTE CLUBACTIE

Wij zoeken enthousiaste leden en
ouders die willen helpen bij één van
onze geldwervingsacties

coverfoto: Lieuwe Bosch

VC SNEEK
hoofdsponsor

friso
bouwgroep

SEB **GEBR. SIKMA B.V.**
Sneek/IJlst

www.vcsneek.nl



nog opmaken...
afhankelijk van
de indeling

3	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
4	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
8	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
12	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
16	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
18	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP

24	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
26	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
32	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
34	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
16	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP
16	TITEL VAN DE PAGINA ONDERREGEL OVER ONDERWERP

“Menig volleybalclub kijkt met argusogen naar ons”

VOORZITTER HAN MULDER

Als voorzitter van deze mooie vereniging heb ik het afgelopen jaar weer genoten. Dames 1 landskampioen, heren 1 gepromoveerd naar de Superdivisie, dames 2 dit jaar terug in de Topdivisie, dames 3 in de tweede divisie en dames 4 in de derde divisie. Menig volleybalclub kijkt met argusogen naar ons.

Jeugdopleiding

En vergeet natuurlijk niet de prestaties van onze jeugdteams. Vier finalisten op de NJOK- een geweldige performance dat we daar weer bij zijn. Een compliment aan onze jeugdopleiding. Uiteraard zijn er ook weer diverse jeugdteams kampioen geworden.

Jeugd

Als vereniging maken we weer een stijgende curve door. Mede ingegeven door het groter aantal wordende jeugdleden groeit de CMV-afdeling als kool. Een gezonde zaak, want jeugd moet in beweging zijn nietwaar?

Verbinding

Op organisatorisch vlak maken we goede stappen, maar we zijn er nog lang niet. Door de Set Up club zoeken we de verbinding met inmiddels acht clubs uit de regio en door elkaar te steunen kunnen we elkaar helpen. Want dat willen we: elkaar helpen op sportief gebied zoals het geven van clinics en het uitwisselen van trainers, het opleiden en begeleiden van scheidsrechters.

Passie

Als club kunnen we niet zonder vrijwilligers. Het is adembenemend mooi om te zien hoe

groot de inspanningen van deze mensen zijn. Allemaal op hun eigen vlak en met een geweldige passie: je inzetten voor VC Sneek. Als ik door de hal en de Sportlounge loop ontroert me dat hoe groot de verbondenheid is met VC Sneek.

Er gebeuren mooie dingen. Zonder mensen tekort te doen wil ik toch speciaal de sponsorcommissie even noemen. Zij heeft er voor gezorgd dat de inkomsten flink gestegen zijn. Daar profiteren we met zijn allen van.

Puzzel

Financieel maken we ook stappen omhoog al is alertheid geboden. De kosten zijn ook dit jaar weer gestegen door onder andere de verhoogde gelden van de Nevobo. Op trainersvlak blijft het een geweldige puzzel om elk team van een trainer te voorzien. Een groot probleem dat bij alle clubs heerst. De TC maakt hierin overuren en verdient een diepe buiging. Als VC Sneek hebben we nu twee fulltime trainers in dienst. Een ongekende luxe.

Mooi volleybaljaar

We blikken nu vooruit naar het komende seizoen waarin weer veel staat te gebeuren. De agenda staat weer vol met spannende en mooie wedstrijden. Teveel om op te noemen maar veel om van te genieten dit jaar. Ik wens iedereen een fantastisch en mooi volleybaljaar toe bij VC Sneek!

TROTSE
SPONSOREN VAN
VC SNEEK



Han Mulder

Algemeen Voorzitter

VC SNEEK MAGAZINE 2024 is een uitgave van VC Sneek // www.sneek.nl

HOOFDREDACTIE:
Koos Nederhoed

REDACTIE:
Dieuwke Kramer en Johan Nijdam
Aan deze editie werkten mee: Bert Baanstra, Liset Dikkerboom, Noa de Haas, Erwin Hendriks, Jeannette Jorna, Erwin Kenter, Kees Poiesz, Lieseth Roosenstein, Roos van Wijnen en Liset Terveer.

FOTOGRAFIE:
Lieuwe Bosch

UITGEVER EN VORMGEVING:
Mimicry Grafische Communicatie IJlst,
De Skute 4, 8651 CS IJlst

OPLAGE:
1.000 stuks

VERSPREIDING:
VC Sneek

DRUK:
2024 eerste druk

COPYRIGHT:
Copyright © 2024 Mimicry
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

VC SNEEK MAGAZINE 2024

www.vcsneek.nl



Erik Reitsma strijdvaardig:

“We willen ieder punt, elke set en alle wedstrijden winnen”

Statistisch gezien is hij een van de jongste trainer/coaches die al op jonge leeftijd een landskampioenschap op zijn palmares mocht bijschrijven. Erik Reitsma won in zijn eerste seizoen als hoofdelijk verantwoordelijke met Friso Sneek het landskampioenschap. Een prestatie om “U” tegen te zeggen van de in Sneek neergestreken en in Velp eigenlijk Westervoort geboren Reitsma.

Vaderlandse titel

Hij liet met dit huzarenstukje het sprookje in het volleybalgekke Sneek voortduren, want de Friese ploeg prolongeerde op deze wijze de inspanningen van het jaar ervoor. Toen zette Harry van de Brink de Waterpoortstad in vuur en vlam door na negen jaar weer zich eens de vaderlandse titel naar Sneek te halen.

Organisatie

Reitsma staat aan de start van zijn tweede jaar bij VC Sneek en de 34-jarige trainer/coach heeft het geweldig naar zijn zin. “Er staat een super goede organisatie die betrouwbaar is met een bestuur en te waarmee het goed afspraken maken is”, roemt hij de organisatie rondom het team. Voordat Reitsma in het

Sneker volleybalwereldje kwam, was hij ook niet een onverdienstelijk speler bij Scylla in de regio en Orion in de eerste divisie.

Trainersvak

De aldus in Westervoort opgegroeide Reitsma doorliep in diverse teams alle posities van passer/loper tot libero. “En ik ben ook wel reserve geweest”, voegt hij glimlachend toe. Na het volgen van de ALO- de Academie Lichamelijke Opvoeding- kwam hij meer in het trainersvak al terecht.

“Ik ben vanaf mijn zestiende trainer. Eerst van de jeugd en via de ALO kwam ik terecht op Papendal en mocht na verloop van tijd ballen aanslaan bij Giovanni Guidetti en daarna volgden Jamie Morrison en Avital Selinger”, verhaalt hij.

Volleybalwereldje

Reitsma's activiteiten bleven niet tot de landsgrenzen beperkt, want de Gelderlander volgde Saskia van Hintum naar Ladies in Black Aken Kortom: Reitsma heeft op jeugdige leeftijd al veel van het volleybalwereldje gezien.

Betrouwbare indruk

Na het sprookje Van de Brink die aangaf niet meer tijd te kunnen vrijmaken voor VC Sneek benaderde de club Erik Reitsma. “Ik werd door Annewies (Smit- red) gebeld. Ik wist wel veel van de club, kende de meiden en Sneek maakte een betrouwbare indruk. Wat me aansprak is de cultuur van de opleiding. Ik ben een professional en vind het leuk om naast dames ook jongeren te trainen. Dus hadden we een goede match”, vat hij samen.

“Ik kom uit het onderwijs waar pedagogiek en methodiek belangrijk zijn.”

Lof

Terugblikkend op zijn debuut bij Sneek is Reitsma niets meer dan lof. “We zijn een upper running team. De overdracht van Harry was prima, Henriëtte bleef, de ploeg stond en er is een teamcultuur met veel respect voor elkaar. En wat me vooral opviel, is de leergierigheid van de speelsters”.

Eigen identiteit

Ervoer hij de druk om Harry op te volgen? De Hattermer haalde een immers een stunt uit dat utopisch werd. “Nee, zegt Erik. Harry is een groot voorbeeld, hij heeft veel betekend voor de club maar ik boks niet op tegen voorbeelden. Ik heb mijn eigen identiteit.”

Balans

Wanneer we Reitsma langs de kant zien staan en eens een blik op zijn trainingen werpen: wat voor persoon staat er dan langs of in het veld? “Hmm, de ene dag rustig, de andere dag niet. Ben fanatiek. Let op de details maar ook op het grote plaatje. De grondlaag moet goed zijn. We moeten ons realiseren dat er veel om ons heen gebeurt op zowel privégebied als maatschappelijk terrein. Het sleutelwoord is balans.” Opvallend is zijn aandacht voor de techniek. “Ik kom uit het onderwijs waar pedagogiek en methodiek belangrijk zijn. Trainer zijn is een vak”, trekt hij de parallel.

Doelstelling

Reitsma staat met een nieuwe aanwinst in de persoon van Maaike Heilig aan een



Erik Reitsma

mooie nieuwe uitdaging, want de competitie lijkt nog evenrediger te zijn geworden waar Sliedrecht Sport, Sudosa, Apollo 8, Zwolle en Dynamo tezamen met Friso Sneek elkaar niet veel zullen ontlopen. Wat is het doel dit jaar? “Als we elk punt winnen, elke set en elke wedstrijd dan speel je voor de prijzen. Dat leeft in de groep en dan zien we waar we uitkomen.” Haast Cruyffiaans zo'n uitspraak zou je zeggen.

Trainer CMV-groep

Maar niet alleen het eerste damesteam heeft zijn prioriteit. Reitsma staat samen met Ruud Schuurmans nu elke woensdagmiddag voor de CMV groep. “Het is natuurlijk een beetje dromen, maar het zou mooi zijn om over acht jaar met deze meiden Nederlands kampioen te worden.” Dat zou inderdaad een prachtige droom zijn die bewaarheid wordt.



Britt Schreurs

en Rosa Entius

“Het is mooi om te zien hoe betrokken iedereen is en prachtig hoe iedereen meeleeft”.

BRITT SCHREURS:

“IN DE SUPERMARKT WENSEN ZE ME AL SUCCES VOOR DE WEDSTRIJD”

Ze speelt inmiddels zes jaar bij landskampioen Friso Sneek en hamert als passer-loper de ene na de andere bal tegen de vloer. Britt Schreurs is in haar element als ze op de wedstrijddagen voor haar team van grote waarde kan zijn. Dat laatste was vorig seizoen niet altijd mogelijk, want de 26-jarige aanvaller raakte in februari t/m april aan haar voet geblesseerd. “Maar gelukkig was ik er bij de play-offs weer bij”, aldus de goedlachse hardhitter die een drukke baan in het Antonius Ziekenhuis met topvolleybal combineert.

Echt clubgevoel

We ontmoetten elkaar na de dinsdagtraining in het Sportcafé in de Sneker Sporthal. De “place-to-be” en de thuishaven voor veel teams van VC Sneek. Zo voelt dat ook voor Schreurs die volop geniet van de entourage bij de thuiswedstrijden die veelal voor een volle hal worden gespeeld. “Uniek dat. De club is heel speciaal. Er heerst een echt clubgevoel. Het is mooi om te zien hoe betrokken iedereen is en prachtig hoe iedereen meeleeft”.

Volleybalgenen

Britt Schreurs is niet een rasechte Friezin maar inmiddels kan er wel een vinkje achter haar naam worden gezet als onvervalst Fries meubilair. “Ik voel me hier echt thuis”, zegt ze stellig. De voormalige Achterhoekse startte op zesjarige leeftijd met volleybal in haar woonplaats Winterswijk bij de plaatselijke club WIVOC. “Van mijn moeders kant heb ik de volleybalgenen en van beide ouders de lengte”, aldus de 1.86 meter grote Schreurs

die aanvankelijk als midspeler acteerde. “Mijn trainer Juliën van de Vijver op Papendal heeft me op de buitenkant gezet en dat vind ik heerlijk”.

Intern op Papendal

Schreurs verkaste op 14-jarige leeftijd vervolgens naar Varsseveld waar de aanvaller twee seizoenen in de tweede divisie speelde. Als vrij snel werden haar talenten ook op Papendal ontdekt. “Ik ben op mijn vijftiende

intern in Arnhem gaan wonen en heb de selecties van de Pré Jeugd t/m Jong Oranje doorlopen met trainers als Matt van Wezel, Saskia van Hintum en Juliën van de Vijver. Allemaal heel bijzonder om zo jong al daar te verblijven”, herinnert ze zich.

Studie

Na haar middelbare school werden de pijlen gericht op de studie HBO-Verpleegkunde in Groningen, een altijd prachtige kweekvijver van volleybaltalent. Dat laatste werd meteen ook gezien door Paul Oosterhof die Schreurs bij Veracles binnenhaalde. “Ik heb daar twee jaar gespeeld en ben toen met Paul naar VC Sneek gegaan met nog vier meiden”.

Landskampioenschap

Na het tijdperk Paul Oosterhof en Jeffrey Scharbaai en een interim periode onder Henriëtte ter Steege beleefde Schreurs haarultieme hoogtepunt onder Harry van de Brink. “Het jaar onder Harry was toch mijn piek. We werden toen voor het eerst weer landskampioen en als ik zie de beelden nog weer zie dan komen die mooie herinneringen weer boven”. Schreurs sloeg toen namelijk het matchpoint tegen de grond en dat moment staat de uitpuilende hal en menig volleybalenthousiast in de barrage tegen VC Utrecht nog helder op het netvlies. Ook het landskampioenschap onder de nieuwe trainer van vorig jaar Erik Reitsma staat haar nog helder voor de ogen. “Maar als ik een moment zou mogen kiezen, dan is het eerste landskampioenschap wel heel speciaal geweest”, zegt ze nog met twinkelende ogen.”

oenschap wel heel speciaal geweest”, zegt ze nog met twinkelende ogen.”

Vol schema

Het leven als topsport is niet eenvoudig. Dat beseft ook Schreurs waarbij de dagen aardig gevuld zijn. Er wordt viermaal in de week getraind en het programma dit jaar is intensief met een vol speelschema maar allemaal wel met een aantal mooie doelen. “Zeker, we willen alles winnen en dan ook de bekerfinale. Die hebben we nog niet gespeeld. Verder kijkt Schreurs reikhalzend naar het Europese avontuur dat tegen Fleyr Torshaven van de Faeröer Eilanden begint en bij winst wellicht een vervolg kan krijgen tegen een Griekse opponent.

BNN-er

Naast de volleybaldagen werkt Britt Schreurs 28 uur per week als recoveryverpleegkundige. “Ik vang de mensen op als ze uit de operatiekamer komen.” Dat levert ook wel eens koddige taferelen op als iemand uit de narcose ontwaakt en Schreurs soms ontwaart als volleyballer.” Er was eens een patiënt die graag op het ziekenhuisbed met mij op de foto wilde. Dat zijn toch ook wel leuke ogenblikken”. De Sneekspeler wordt in haar woonplaats tevens regelmatig herkend. “Als ik door de stad fiets dan wordt er wel eens “Succes geroepen vanavond”, een duimpje opgestoken of komen meisjes bij je voor een praatje. Heel leuk. Of sta je bij de supermarkt en word je ineens daar aangesproken. Heel leuk allemaal”.

Blessures

Naast de vele sportieve uitdagingen dit seizoen is het zaak voor Britt Schreurs om fit te blijven. “Vorig jaar oktober had ik last van mijn rug, maar dat was in december weer over. Er wordt middels een goed programma zorgvuldig met mijn rug omgegaan. Ze was t/m december geblesseerd aan haar middenvoetsbeentje. Dat is toen weer opgeknapt maar in februari was het weer mis. Misschien omdat ik in het ziekenhuis zoveel loop, want ik leg per dag zo’n 10.000 stappen af”, zegt ze gekscherend. In april was ze weer fit voor de finales.

Allrounder en stabiel

De topsportjaren hebben Schreurs veel gebracht. “We hebben een heel leuk team met daarom heen veel mensen die zich elke dag heel erg inzetten voor de club”. Ook fysiek en mentaal is ze gegroeid. “Mijn pas was eerst niet geweldig, maar nu sta ik klaar en laat ze maar op mij serveren. Ook aanvallend kan ik oplossingen zoeken en ben over het algemeen allrounder en stabiel geworden”, zegt ze met zelfkennis.

Mooi jaar

Het komend seizoen kan andermaal voor VC Sneek een grote climax worden met het prolongeren van de landstitel, het binnenhalen van de vaderlandse beker en een mooi avontuur in Europees verband. Aan Britt Schreurs zal het in ieder geval niet liggen. “We kunnen weer een mooi jaar tegemoet gaan”, zegt de waardevolle passer-loper tot slot.

De omroepers/speakers

van Friso Sneek Dames 1

Als wij op vrijdagmiddag voorafgaand aan de wedstrijd het programmablaadje in handen krijgen, begint het bij ons al te kriebelen want één van ons mag omroepen bij onze Friso Sneek dames. Het omroepen bij de wedstrijden op het hoogste volleybalniveau moet uitgevoerd worden volgens een vaststaand protocol. En.....wij moeten ons daar beslist aanhouden volgens het scheidsrechterkorps.

Sponsoren

Het spreekt voor zich dat wij eerst goed kijken wie de wedstrijd- en balsponsors zijn zodat wij informatie over het bedrijf kunnen opzoeken om tijdens de wedstrijd hierover iets te vertellen. Wij willen graag deze sponsors aan onze volleybalvereniging binden want ja, hoe meer sponsors hoe beter en men moet zich bij ons thuis voelen. Natuurlijk zijn we op tijd in de sporthal voor het gesprek met onze DJ die druk bezig is de apparatuur klaar te zetten en het e.e.a. aan het uitproberen is.

“Opjenkreten”

Dj en omroeper staan weer op het vertrouwde plekje rechts in de hoek (gekeken vanaf de tribune). We nemen dan enkele liedjes door die sowieso moeten worden gespeeld o.a. het Fries volkslied en natuurlijk het VC Sneek lied en een aantal "opjen-kreten". Vooral die laatste

komen altijd van pas. Daarna gaan we op zoek naar de namen van de ballenmeisjes/-jongens en gaan we naar “alles-regelaar” Tjitske voor de lijst met de namen van de speelsters en begeleiding van beide teams.

Protocol

Als het 20 minuten voor aanvang is, gaan we teams, begeleiding en publiek welkom heten en noemen alle namen van beide teams op. Vervolgens komen de ballenmeisjes/jongens het veld opdraven en zwaaien enthousiast naar het aanwezige publiek en nemen hun plaats in. Daarna starten de dames met inslaan en de ballen vliegen je om de oren. De ballenmeisjes/jongens halen uit alle hoeken van de sporthal de ballen vandaan. En de muziek staat natuurlijk lekker hard zodat de dames swingend uit hun dak kunnen gaan en ballen overal keihard raken.

Publiek razend enthousiast

Als omroeper (en dus maar niet het Engelse woord speaker gebruiken want we zijn in Nederland) ga je op zoek naar de “starting 7” bij Tijtske en je kletst vaak ook nog even met het scheidsrechterkorps. Vier minuten voor aanvang staan de dames van beide teams op de achterlijn en ons mooie Friese Volkslied schalt door de hal en wordt natuurlijk staande luidkeels meegezongen door het veelal talrijke publiek. Daarna stellen we de scheidsrechters voor en beginnen we met geweldige muziek de sfeer te bepalen bij de opkomst van de starting 7. Het publiek is inmiddels razend enthousiast geworden en gaat volledig uit zijn dak en als omroeper noem je de hoofdsponsor en de bal- en wedstrijdssponsor nog maar een paar keer.

Activiteiten

En.....ja dan is het klokslag 20.00 uur en de scheids fluit.....en de wedstrijd begint. Tussen de sets door hebben we meestal nog enkele activiteiten en roepen we regelmatig de namen van onze sponsors maar ook de uitslag van de verloting is erg belangrijk en dat gebeurt meestal tussen de 2e en de 3e set.

Genieten

Als de wedstrijd enigszins tegenvalt, probeer je als omroeper het publiek wakker te schudden en door hen even lekker op te jennen gaat het publiek eigenlijk direct achter onze Friso Sneek dames staan. Als de wedstrijd wordt gewonnen, staan niet alleen de Friso Sneek dames te genieten maar ook uw omroeper kijkt tevreden terug op een succesvolle, muzikale en praatgrage wedstrijd die tot een goed einde is gebracht.



Jan Anno van der Laan,

Kees Poiesz en Albert Vis

SUBTITEL

TITEL VAN HET ARTIKEL

**Faciet dignatio. Nam dignihil iumquia corest,
cuscite netum quis natibus anient reprat.
illlorrum aute vellacc uscient lit renis ut
offictio. Et doluptiasi voloruptatum endantiis
mo doluptus ut atiu? Mod ut labo. Anducipiet,
vendae nimus, nimporibust, utem lab id quis
ea vite percia apit volendaecto custem
nonet vent. Cuscite netum quis natibus
anient reprat. illlorrum aute vellacc uscient
lit renis ut offictio. Et doluptiasi volorup
tatum endantiis**



Tussenkop

quinto quis rem. Nam hitatur?
Non cus voles delit laudi odi to et occumquo
blatem explant orempos
cessuntus utem sincit ipsu
molupta as ditior ab ilid e
quiaera dolorum repro es

ati occaecto blam audam eturias nos dis
et pores apiet, sim excus net molupici nus
elessun dustiosant, que cus consequ atius,
maken... tem a doloritiissi abo-
tur?

angen
nihilbus dus earum eni-
niquis ninnu ad et et as idenectia alicia
net labo. Et accus sum qui dolut iumquis is
aut quiaa sunt inventi to veles dolutpic tem
abor aut volloro conestior repere, quas
paria dolutpatur re event.

**“doloria vendaes
sitatur vollige
nimped qui aliti
ut odis”.**

Sam eatempo remporr umquia conse-
quosti accus et ulpa se vellest iandenti
bea incidus peratur modiorro ex exper-
natur? Ut vollige nimped qui omnime ad
et molupta temquam raeperum faccae
volent idelis arumque et volupta volup-
tatur sande sum fugiam facere volorem
debissequas endant et porum voluptiam
el maior aditae venecum et aut enis aut
laborecabo. Um inistinus archictum, quis-
cia doloria vendae sitatur diliti ut odis.

Tussenkop

persped quaeceptia sitataquis exera simus
dolut venit qui dolestione incias dolescimint
utem. Aquis etur? Ovitae eossimet as sus,
ocumet int. et pores apiet, sim exces net molu-
plici nus elessun dustiosant, que cus consequ
atius, occusamusam dolutatem a doloriti
Facipic imendic illabo. Elitis ipsam quaerias
quid quam aut quae pelesci attempel.

Tussenkop

veni nullam iaspem ssincim ullam ipit fugit
laborporion peliqui aut liqui bla alit mossi
cume vel et laut apis aut esteceprat et am
fuga. Ut ipsandent aut volestem. Nemporita-
tem imus est optur?

Tussenkop

quanto quis rem. Nam hitatur?
Non cus voles delit laudi odi to et occumquo
blatem explant orempos reperias venis ate-
cessuntus utem sincipit ipsum facerumet ad
molupta as ditior ab il id eictemquo escias
quiaera dolorum repro estrunt.

Ceaquia amusias qui volorepro et autatiore
volore molesequi sequament accae vendici
tasinciate dolupta coribustibus dollece pe-
rupti dem quas qui volorum tionsendello ma
nobisque essum rereprerrum fuga. Itaquia
simagnis dolupmt a aut magnis acipsus sint,
consenim faciaturn peliqui aut liqui bla alit
mossi cume vel et laut apis aut esteceprat et
am fuga. Ut ipsandent aut volestem. Nempo-
ritatem imus est optur?

DE NEDERLANDSE OPEN JEUGD KAMPIOENSCHAPPEN:

“VC SNEEK SCHITTERT MET VIER JEUGDTEAMS IN FINALES NJOK”

Met maar liefst vier meisjesteams in de finales van het NJOK, de Nederlandse Open Jeugd Kampioenschappen - was VC Sneek nationaal uitstekend vertegenwoordigd. Het lukte niet om een Nederlands kampioenschap binnen te hengelen al was meisjes A er dichtbij door een mooie tweede plaats te veroveren. Het jongensteam bereikte de halve finale en werd daarin uitgeschakeld. Het NJOK is voor de deelnemende spelers en speelsters een van de hoogtepunten van het volleybalseizoen.

Teamspirit

Onze meiden lieten niets aan het toeval over en waren allen goed voorbereid op de finales. Op de vrijdagmiddag klonk het vertrekseinen vanuit Sneek en werd er in een hotel gegeten en overnacht. “Uitstekend voor de teamspirit. Een finaledag brengt altijd een stuk extra spanning met zich mee en twee dagen zo met elkaar omgaan is ook heel leerzaam”, aldus Liset Dikkerboom.

Gelegenheidsteams

Bij het NOJK wordt er in vier categorieën gespeeld zowel bij de jongens als bij de meisjes: A+, A, B en C. Voor deze verschillende teams worden de beste spelers en speelsters vanuit de vereniging voor de betreffende categorie geselecteerd. Er wordt dus gespeeld met gelegenheidsteams geselecteerd op leeftijd. “Al jaren doen we mee met meerdere teams. Bij de meisjes zijn over het algemeen alle

categorieën vertegenwoordigd en bij de jongens wisselt dit per jaar”, verklaart Liset.

Systeem

Het NJOK kent een hele wijde organisatie en een grote deelname. “In januari worden de voorrondes gespeeld. De A+, A en B teams worden en de C-ploegen spelen deze voorronden altijd. Na de halve finale ronde plaatsen zich de beste acht teams voor de finaledag waar in twee poules van vier gestreden om de finaleplekken. De beste twee teams uit de poule spelen voor de medailles”, legt Liset uit.

Betrokkenheid

“De speeldagen zijn altijd spannend maar ook heel erg leuk. De ervaring om op dit niveau te spelen met leeftijdsgenoten is prachtig. Wat opvalt is dat wij als VC Sneek enorm betrokken ouders hebben die de teams

dan ook graag aanmoedigen tijdens de toernooidagen. Ouders in het rood en met toeters en trommels op de tribune, de tegenstanders zullen weten dat Sneek aanwezig was”. Een ongekend mooie ambiance heeft Liset gemerkt.

Geweldige jeugdopleiding

Wat VC Sneek betreft staan we er nationaal goed op. Een compliment aan alle trainers, coaches, begeleiders EN spelers/speelsters die er zoveel energie instoppen, want onze geweldige jeugdopleiding betaalt zich elk jaar weer uit. We zijn ook niet voor niets landskampioen bij de dames toch?

VC Sneek: waarin een mooie provinciale vereniging nationaal groot in kan zijn! Of zoals Liset het kernachtig samenvat: “Finaleplaatsen, medailles of niet: een ervaring rijker zijn alle spelers en trainers zeker”.

NOJK Meisjes B



Jeugdig VC Sneek 2 komt weer uit in de Topdivisie

Ze hoefden niet aan te treden op het gemeentelijke bordes, maar toch kon er uiteindelijk een bescheiden feestje gevierd worden bij VC Sneek 2. De reservisten van de Sneker volleybalclub wisten na een seizoen eerste divisie hun plaatsje in de Topdivisie te heroveren en door deze promotie wordt de doorstroming voor de jeugdige talenten richting dames 1 mogelijk een stuk eenvoudiger.

Klassering bij top vijf

De promotie naar de Topdivisie verliep overigens niet zonder slag of stoot weet ook captain Noa de Haas. De spelverdeler keek rond de kerstdagen nog enigszins zorgelijk naar de ranglijst, want haar team stond toen nog niet op een plaatsje bij de eerste vijf. Dat was een vereiste om te kunnen promoveren, omdat de nummers een t/m vijf door deze “merkwaardige” promotie hun opwachting konden maken in de Superdivisie.

Aan eind van de rit dreigde zelfs nog wedstrijden in de PD-vorm, maar dat werd op het laatste moment verijdeld. “Gelukkig maar”, aldus De Haas.

Selectie met 12 spelers

De dames van VC Sneek beschikken over een selectie met twaalf spelers. Noa de Haas en Melanie Zwerver zijn de spelverdeler, Pleun Strikwerda, Suze Zijlstra en Brecht van der Meer de passer/lopers, Anna van der Graaf, Fleur Cnossen en Gerda Sybrandy blokkeren en vallen aan op de mid, Lisa Raymann en Silke Zeinstra zijn op de diagonaal te vinden, terwijl Dominique Huisman zowel als diagonaal als passer/loper kan worden ingezet. Maureen Westerhof completeert het dozijn spelers: zij is weer de libero van de ploeg van trainer Bryan de Haas die samen met Antje Cnossen ook de coaching voor zijn rekening neemt.

Handhaving en individuele ontwikkeling

Wat mogen we van de jeugdige teruggekeerde Sneker formatie verwachten dit jaar? “Onze doelstelling is niet verrassend maar wel duidelijk. We willen ons handhaven in de Topdivisie en daarnaast hoop ik dat de spelers zich individueel verder gaan ontwikkelen. Kunnen we dat voor elkaar krijgen dan is ons seizoen geslaagd”, aldus Bryan de Haas.

“We willen ons handhaven in de Topdivisie”.



Jeen Pieter

van der Meer

“Twee jaar geleden heb ik mijn pink gebroken maar na twee weken stond ik al weer op het veld.”

Jeen Pieter van der Meer van VC Sneek heren 1:

“HET MOET HOOG EN VOOR AL HARD”

Hij is typisch zo’n speler waarvoor menig volleyballiefhebber naar de hal komt, want de 21-jarige Jeen Pieter van der Meer beschikt over een knoeterharde aanvalsslag die de tegenstander doet huiveren en staat hoog in de statistieken wat de aanval betreft.

Mokerslagen

Hoewel de snelheid van zijn mokerslagen nog niet gemeten zijn, is een ding zeker: wanneer je de smashes van de passeerloper en tevens diagonaal blokkeert, verdient het enige aanbeveling de vingers in te tapen of onder de koude kraan te houden om anders niet schadevrij de kleedkamers op te zoeken. “Het moet bij mij hoog en vooral hard. Soms ben ik gewoon een domme rammer, maar dat wordt beter,” zegt Jeen Pieter lachend, door iedereen gewoon JP genoemd.

Oude en warme nest in Sneek

De inmiddels begin twintiger startte zijn volleybalcarrière bij Stānfries in IJlst en na ook een tal van andere sporten kwam hij op 13-jarige leeftijd bij VC Sneek terecht. “Ik trainde bij de C’s mee onder Arno van Solkema en later bij Mark Heikoop.” Beiden niet geheel onbekend in de volleybalwereld en meer dan verdienstelijke spelers geweest.

JP maakte een jaar later zijn debuut in de eerste divisie en na een tussenstap bij Veracles in

Groningen keerde de geboren IJlster twee jaar geleden terug op het oude en warme nest in Sneek.

Promotie

Toen ontstond er een ambitieus plan om het herenvolleybal weer op de kaart te zetten en door de inspanningen van een aantal volleybalmaniakken werd er een prachtig team gesmeed onder leiding van Edward Kamphuis. De jeugdige Snekers met daarbij een brok aan routine met Rutger Zoodma en Tom van den Boogaard werden met vlag en wimpel kampioen en promoveerden meteen naar de Topdivisie.

“Het was toen een mooi jaar. De eerste competitiehelft was een beetje minder omdat de afstemming met de spelverdeling niet geheel optimaal was, maar door de komst van Jarno van der Weerd in december maakten we een grote stap”, herinnert JP zich. “Ik merkte aan mezelf dat ik ook begon te groeien”.

Doelstelling eerste vijf

Het eerste jaar in de Topdivisie

werd ook weer een onverdeeld succes. Ondanks het gemis van Tom van den Boogaard – technisch trainer op de maandag – stond er een attractief team dat voor elke volleymeter vocht. De Snekers hadden als doelstelling om bij de eerste vijf te eindigen en die missie slaagde uiteindelijk makkelijk, want aan het eind van het seizoen werd VC Sneek tweede achter kampioen Sudosa.

“We speelden in Assen tegen Sudosa, verloren toen daar dik en na een kleine nederlagendip waren we er weer. We zijn toen teruggegaan naar de basis en dat werkte goed.” Met name de invloed van routinier Rutger Zoodma is daarbij belangrijk geweest. “Rutger heeft veel ervaring en hield de jongens rustig als we wat over de grens gingen.”

Goede herinneringen

Inmiddels is Zoodma niet meer te bewonderen bij de withemden en ook Edward Kamphuis heeft na twee succesvolle jaren een stap teruggedaan. Met Patrick Koelemij aan het roer en Erik Mulder in de trainersstaf staan er twee nieuwe trainer/coaches. Aan Kamphuis bewaart JP goede herinneringen. “Edward was strict, je wist wat je te wachten stond en wist je steeds te verbeteren. Onder Patrick is het wat losser en is er meer ruimte voor feedback. Onder beiden was en is het fijn,” zo ervaart JP.

Friese en Groningse mix

De Sneker formatie heeft nogal

wat mutaties ondergaan, want er heeft een kleine Groningse invasie plaats gevonden. Captain Luuk Boone en Tom Carlos Wollesen tuften vorig jaar al vanuit de Marlinstad naar Sneek maar door de komst van Hessel van Hout, Jarik Visser, Francois Dieleman en Guido Berkhout en de Assenaren John Koba en Quin Bruin Slot staat er een mix van Groningse en Friese nuchterheid.

“We zijn jong en ambitieus en willen leuk spelen”, memoreert JP die naast zich de ervaren Klaas Jelmer Hoekstra en Jelmer Spoor heeft.

Middenmoot

Het is vooralsnog nog moeilijk in te schatten hoe de gereviseerde Sneker ploeg voor de dag zal komen in de nieuwe Superdivisie. Een klasse die bestaan uit tien teams en een samenstelling van de hoogte vijf teams uit de Topdivisie A en dezelfde divisie B is. “Er valt weinig van te zeggen. We hopen zelf in de middenmoot te spelen.

We zijn ons ervan bewust dat we jong zijn en dat betekent pieken en dalen. Hopelijk meer pieken dan dalen”, zegt hij.

Zelf gebroken pink

Die pieken zullen dan ook van JP moeten komen in aanvallend opzicht. “Tja, bij mij moet het vooral hoog en hard gaan. Ik wil gewoon die bal op de grond slaan. Gek-scherend: “Ik probeer de vingers van de tegenstander te breken”. Maar dat is JP zelf overkomen. “Twee jaar geleden heb ik mijn pink gebroken maar na twee weken stond ik al weer op het veld.”

Avondje Uit

Er wacht dus een aantal mooie uitdagingen voor de Friezen die zowel grotendeels zaterdag maar ook enkel op een zondag in de Sneker Sporthal hun volleybalkunsten vertonen. Daarbij wordt het hele Superdivisieprotocol opgetuigd en speelt de brigade van Patrick Koelemij op half centre court.

“We zijn jong en ambitieus en willen leuk spelen”

Een goede zaak vindt JP ook, omdat zo het volleybal in Sneek nog beter gepromoot kan worden. De heren proberen ook de supporters een mooi ouderwets Avondje Uit te bezorgen en zal er het Friese volkslied ten gehore worden gebracht.

Voor JP ook een mooie ervaring, maar voor hem is er slechts een prioriteit: “Laat mij die ballen maar hoog en hard slaan”, zegt hij tot slot.



Patrick Koelemij: VC Sneek trainer van Groninger intercity en Friese roots

Hij staat voor een mooie opgave in zijn eerste seizoen als hoofdtrainer van VC Sneek. Patrick Koelemij mag namelijk de kersverse Superdivisionist tot een stabiele middenmotor kneden met daarbij een interessante mixtuur aan spelerspotentieel: de Friese formatie herbergt namelijk een groot aantal spelers uit Groningen die zowel in de stad wonen als studeren, maar ook hun roots in Friesland hebben. “Het is een jonge en enthousiaste groep met een prima instelling”, is zijn eerste indruk na twee weken intensieve trainingsarbeid.

Trainer

Alhoewel Koelemij al sinds 2002 trainer en gepokt en gemazeld is, is VC Sneek zijn eerste echte karwei als hoofdverantwoordelijke op dit niveau. Ook niet verwonderlijk omdat de Superdivisie zijn vuurdoop heeft. In het eerste seizoen in de eerste divisie verzorgde de in Zaandam geboren Koelemij samen met Edward Kamphuis de training en coaching en afgelopen jaar regisseerde hij samen met Tom van den Boogaard de maandagtraining. Kamphuis leidde de andere twee trainingen. Nu dus als hoofdtrainer in samenwerking met Erik Mulder en Bryan de Haas. Laatstgenoemde leidt de technische training op dinsdag en Mulder is bij de Friezen naast assistent-trainer de hoofdcoach.

Doelstelling eerste vijf

De Sneker brigade kent een ruimoerige voorgeschiedenis, want VC Sneek moest zich een aantal malen terugtrekken van het landelijke niveau. Twee jaar geleden kwam er vanuit de club de wens om het herenvolleybal structureel

weer op de kaart te zetten en die gedachte werd in daden omgezet. Edward Kamphuis werd hoofdtrainer aangesteld en het Friese team werd na indeling in de eerste divisie meteen kampioen. Met slechts één nederlaag promoveerden de Waterpoortbewoners naar de Topdivisie. Ook in deze klasse acteerde VC Sneek bovenmatig, want hoewel men lang in het kielzog van kampioen Sudosa bleef, moest men de Drentse ploeg een aantal wedstrijden voor het einde voor de competitie laten gaan. “Dat was geen probleem want we hadden als doelstelling om bij de top vijf te eindigen en op deze wijze te promoveren naar de Superdivisie”, verklaart Koelemij.

Multifunctioneel

Koelemij is zelf ook niet een onvriendelijk volleyballer geweest. Hij begon in Krommenie bij Krovo met volleybal, acteerde bij VC Wormer en Bosta The Smash en werkte zich via diverse tussenstations op als passer/loper bij gerenommeerde eredivisieclubs als Vrevok, AMVJ en Omniworld



die overigens allemaal niet meer bestaan op het hoogste niveau. Zijn trainersloopbaan begon op 17-jarige leeftijd en in 2005 startte het Friese avontuur bij VC Sneek en was Koelemij betrokken bij de prestaties van de heren in B League waar bij hij zowel speler, libero als trainer was. “Maar dat was eigenlijk niet te doen”, zegt Koelemij die bij de Sneker club al bijna twintig jaar werkzaam is. “Ik ben trainer geweest van het eerste en tweede team en van de dames”, herinnert Koelemij zich.

Trainersvak

Trainer zijn is een apart en mooi vak. Wat is het leuke daaraan voor Koelemij? “Je kunt mensen beter maken, een doel voor ogen hebben, enthousiast dat bereiken en vooral samen. Wat dat betreft heb ik wel wat ervaring met vijf kampioenschappen en twee degradaties”, somt hij op. Wat typeert Koelemij? “Ik ben een teambuilder en vraag me af wat willen ze en wat we hebben. Ik sta in het team maar dat is ook een valkuil natuurlijk”, aldus Koelemij met zelfkennis.

Positie op de ranglijst

Welke blik moeten we werpen op de eindstand straks in de Superdivisie? “Ik denk dat Slidrecht 2, Sudosa, Taurus, Orion 2 en Dynamo 2 bovenin zullen eindigen. Daarna zullen teams elkaar niet veel ontlopen. Onze kracht is dat we het moeten hebben van onze stabiele pas en we hebben een duidelijk doel. Bij heren 1 moeten de spelers blijven leren, zich ontwikkelen en daarmee beter worden én moeten ze het voortaan zo gezellig vinden dat naar een andere club gaan niet langer een aantrekkelijke optie is.”

Jong team

Het zal voor de Sneker publiek even wennen zijn als men de Koelemij-brigade het veld ziet betreden met zoveel nieuwe mensen. “Inderdaad”, stelt Koelemij. “We hebben kwalitatief de kracht, zijn jong met veel begin twintigers en op alle plaatsen goed bezet. Alleen op de middenpositie hebben we twee spelers en dat is te weinig”, analyseert Koelemij.

Visie

Koelemij is ook bezig met een totale visie bij de heren. De in Sneek woonachtige trainer. “We moeten bouwen aan het fundament. Dat betekent samenwerken met de clubs in de regio.

Het moet leuk zijn om bij VC Sneek te spelen. Ook de cohesie met dames is daarbij essentieel”, vindt Koelemij. “Ik heb ook de jeugd bij Smashbal getraind. Dat vind ik leuk, maar daar zit nog een te groot gat naar boven toe natuurlijk. Dat moet groeien”.

Uitwisselen

Koelemij accentueert het feit dat de kracht in de uitwisseling ligt. “We moeten met de clubs gaan uitwisselen op trainersgebied. Clubs uitnodigen om bij ons te komen kijken en dat wij als trainers ook daar een training verzorgen. Dat moet een soort piramide zijn en aan de top van de piramide moet dan de eredivisie staan. Als we dat met elkaar realiseren dan hebben we in Friesland een prachtig fundament”, aldus Koelemij.

Plezier en volleybal op niveau

Vooralsnog wacht de eerste opgave en dat houdt in de jonge honden te smeden tot een hecht geheel. De toeschouwers mogen in ieder geval een gretig en enthousiast VC Sneek verwachten met een hele mooie mix van Groningers, Snekers en Friezen om utens die een doel hebben: met veel plezier bij VC Sneek volleyballen op niveau en de sport in Sneek en omgeving weer een mooie plaats op de volleybalkaart geven. Aan Koelemij en de zijnen zal het zeker geval niet liggen!



Erik Mulder

en Patrick Koelemij



Erelid Anton Smit Geniet van 'zijn' VC Sneek

Als dames 2 thuis speelt is de kans groot dat je hem daar aantreft. Anton Smit bewondert dan de verrichtingen van zijn kleinkinderen en is een aandachtig toeschouwer. Op zich niet vreemd want Smit heeft een aardig volleybal-verleden EN is tevens erelid van VC Sneek. Hoog tijd om hem dus aan het woord te laten.

20 jaar volleybal

Anton Smit is een echte Sneker. Hij werd geboren op 24 mei 1946 en is zelf een actief volleyballer geweest. "Ik heb tot m'n 36ste jaar gevoetbald. Bij een verjaardagsfeestje van een van mijn broers werd het idee geopperd om samen een volleybalclubje op te richten en zo werd in augustus 1973 door ons Volleybalvereniging "De Plakkers" opgericht. Daar heb ik ongeveer 20 jaar ge-volleybald. Vorig jaar bestonden de Plakkers 50 jaar.

Leuk kijkspel

Zijn passie voor volleybal is dus heel duidelijk. "Volleybal is voor mij een teamsport waarbij je geen fysiek contact hebt met tegenstanders. Je kunt je door inzet, tactiek en techniek en balvaardigheid onderscheiden. Het is een leuk kijkspel voor jong en oud", stelt hij.

"Onderdeel"

Indien zijn drukke agenda het toelaat is Smit wekelijks in de Sneker Sporthal te vinden. Dat zit in hem

in de volgende zaken." VC Sneek is een 'onderdeel' van SNEEK, met enthousiaste speelsters/spelers, trainers, begeleiding en bestuur, vrijwilligers en supporters en door de jaren heen goede sponsors. Ook vind ik het mooi dat veel oud-speelsters/spelers zich actief inzetten voor de vereniging.

Bestuur

Naast zijn volleybalactiviteiten was Smit actief in het bestuur. "Ik ben 3 jaar voorzitter geweest van de Sponsorcommissie en twee keer 3 jaar voorzitter van de Stichting Topsport VC Sneek Dames 1."

Fusie memorabel moment

Smit moet even graven in zijn geheugen om speciale zaken voor VC Sneek aan te stippen maar dan gaat hij los. "In de jaren '80/'90 werd Dames 1 meer professioneel. Er werd een goede sponsor aangetrokken: Avéro. Er ging toen voor ons doen redelijk wat geld in om. Er is toen een Stichting opgericht t.b.v. Dames 1 om de eventuele financiële risi-

co's af te dekken en de rest van de Vereniging te vrijwaren voor eventuele nadelige gevolgen. Ook is er toen de "VIP-room" gebouwd door Avéro en de Gemeente om de medewerkers van Avéro en andere sponsors te kunnen ontvangen onder supervisie van gastvrouw Bonna van der Kooi. Ook de fusie in 1997 tussen Animo en Olympus is een memorabel moment."

Erelid sinds 2004

Het kon niet uitblijven dat zijn inzet voor VC Sneek beloond werden met een mooie onderscheiding. Smit is nu namelijk 20 jaar al erelid. "Ik ben erelid geworden in 2004. Op basis van wat ik voor de vereniging heb gedaan. Best eervol maar ook een beetje ongemakkelijk omdat er zo veel meer mensen (vrijwilligers) heel veel werk doen voor de vereniging", zegt hij in alle bescheidenheid.

Genieten

Smit kan niet wachten om in de weekeinden weer baar de hal te

gaan. "Ik geniet het meest van het volleyballen van VC Sneek, van de jeugd tot Dames 1 en Heren 1. Van de volle tribunes, van de sfeer en de betrokkenheid, zegt hij met zijn liefde voor het edele spelletje.

Waslijst

Op de slotvraag of Smit nog tijd heeft voor andere dingen komt er nog een hele waslijst. "Ik verveel me bijna nooit. Ik mag graag zwemmen, golfen, fietsen en puzzelen. Daarnaast ga ik zo vaak als mogelijk kijken bij de wedstrijden van mijn kleinkinderen als die moeten volleyballen of voetballen". Tja, dan zijn de dagen van ons erelid dus goed gevuld!

"Ook de fusie in 1997 tussen Animo en Olympus is een memorabel moment."



Kledingcommissie zorgt voor pico bello outfit

Ze hebben het op dit moment weer heel druk en zijn veel in de hal aanwezig: de dames van de kledingcommissie. Zij zorgt aan het begin van het seizoen ervoor dat iedere ploeg er weer representatief uitziet namelijk. Een intensief klusje voor onze eigen kledingcommissie bestaande uit Alice Schuurmans, Elly Wiersma, Carmen Haak en Elbrich van der Meulen die nu aardig wat overuren maken en dus een heuse piek beleven.

Innemen en uitgeven

Bij VC Sneek is de kledingcommissie verantwoordelijk voor het uitgeven (begin van het seizoen) het innemen (aan het einde van het seizoen) van de teamkleding en het ruilen van westrijdshirts. Verder zorgt zij voor vervanging en reparatie van teamkleding en vindt er eenmaal per jaar een kledingbeurs plaats.

Spitsuur

In september zijn de trainingen weer gestart en dat betekent spitsuur voor de kledingcommissie. "Dit is het moment dat we ervoor moeten zorgen dat alle teams de juiste kleding krijgen. Dus passen, ruilen, bestellen en uitdelen. Uiteraard komen

er ook de nodige vragen en verzoekjes binnen van verschillende teams", zegt Alice Schuurmans. In april en aan het einde van het volleybalseizoen wordt alle kleding weer ingenomen en grondig nagekeken of de tenues er nog netjes uitzien.

Sponsoring van kleding

Binnen VC Sneek bestaat er de mogelijkheid om kleding te sponsoren. "Die vraag hebben we vorig jaar voor het eerst opgepakt met de sponsorcommissie. Dat resulteerde in vier nieuwe sponsors. Dit jaar hebben we de vraag ook gesteld. Tot nu toe heeft zich een sponsor gemeld. Daar kan best nog wel wat bij", benadrukt Elly Wiersma.

Kledingverkoop

"Daarnaast willen we weer een verkoop van oude kleding organiseren. We moeten nog een datum uitzoeken en bedenken hoe of wat, want we hebben kleding genoeg! Ideeën zijn welkom", aldus de actieve dames van de kledingcommissie.

"Er heeft zich tot nu toe één kleding-sponsor gemeld. Daar kan best nog wel wat bij".



“De focus ligt naast de topteams ook op jeugd. Fit worden, blijven en hogere prestaties leveren”

SAMENWERKING VC SNEEK EN FYSIO-ACTIEF

vc Sneek en Fysio-Actief werken nauw samen ten gunste van gemeenschappelijke doelen. Sinds vorig seizoen verzorgt Fysio-Actief de sportmedische verzorging binnen vc Sneek. We werken samen op basis van dezelfde passie voor de sport en gezondheid. Ook werken we samen aan de ontwikkeling van het volleybal en dragen ons steentje bij aan de fitheid van de sporters.

Het hoofddoel van de samenwerking is kwalitatief hoogwaardige sportmedische begeleiding van alle sporters. De focus ligt naast de topteams ook op jeugd. Fit worden, blijven en hogere prestaties leveren door elkaars expertise te

benutten. Fysio-Actief voldoet als Keurmerk praktijk aan de hoogste kwaliteitseisen voor fysiotherapiepraktijken. Naast de Fysio-Actief sportspreekuren en de revalidatie worden wekelijkse performance trainingen gegeven in onze

praktijk. Behalve voor de topsport is door de club ook duidelijk beleid gemaakt voor de breedtesport voor door-groei van talentvolle sporters. Zij krijgen alle mogelijke steun om zich verder te ontwikkelen.

In aanvulling op hun trainingen, gericht op het technische en tactische aspect van de sport, heeft aandacht voor het fysieke aspect een positieve invloed op de totale kwaliteit van de sportuitvoering.

Door het verzorgen van sportspreekuren en performance trainingen zijn onze mensen

ook veel meer en directer betrokken bij de sporter. Fysio-Actief werkt samen met diverse sportverenigingen in de regio.

Onze mensen maken daarvoor ook vlieguren en groeien door tot professionals in hun vakgebied. Een samenwerking aangaan met de sportorganisatie van vc Sneek is voor ons natuurlijk een prachtige verbinding.

Op deze manier kunnen we laten zien wat we kunnen en dat wij binnen onze business óók topsport bedrijven.

“Een samenwerking aangaan met de sportorganisatie van vc Sneek is voor ons natuurlijk een prachtige verbinding”

Posters rondbrengen door Bertus Sustring in een middagje gepiept

Wanneer de dames en heren van VC Sneek in de Sneker Sporthal aantreden komen veel vrijwilligers in actie. Velen zichtbaar in de hal maar rondom de hal gebeurt ook het nodige. Een van die kleine maar oh zo belangrijke activiteiten is het aankondigen van de wedstrijden in Sneek. Dat vindt plaats door het verspreiden van de PR middels mooie en glossy posters die door met name Bertus Sustring worden rondgebracht. Uw redacteur trof Bertus thuis aan, koud terug van vakantie en inmiddels weer paraat om straks de posters te distribueren.



35 posters

Het is voor Bertus een mooie bezigheid om bijna elke week tijdens het volleybalseizoen de aankondigingen in Sneek rond te brengen. Hij is 76 jaar maar nog aardig bij de wekker. Er moeten ongeveer 35 posters op de verschillende locaties worden gebracht en daarvan neemt Bertus er 13 voor zijn rekening. Een dagtaak? “Nee hoor, het is in een middagje gepiept”, zegt Bertus die de posters bij de scholen en diverse winkels afle-

vert. Daarbij moet hij sinds kort zijn vaste maatje Eppie Coers ontberen die met het rondbrengen van de A5 formaat posters heeft moeten stoppen.

Mooie opvallende kleur

Bertus is bijna drie jaar in functie als vaste distributeur. “Ik krijg de posters van Riens Jorna die de zaken regelt. Samen met Riens zijn wij dan de uitvoerenden”, legt Bertus uit. Bij zijn tocht door Sneek wordt hij vergezeld door zijn stalen ros. Op de vraag of

een poster nog wel actueel is, is Bertus stellig. “Er staan sponsoren op die de club wat opleveren natuurlijk. Bovendien hebben de posters een mooie opvallende kleur en een poster ophangen is nog altijd beter dan een advertentie”, schat hij zo in.

Aanwezigheid in de hal

Bertus is ook vaak in de Sneker sporthal te vinden en dat is niet vreemd. Hij was tijdens de roemrijke periode van Animo daar in verschillende periodes voorzit-

ter, secretaris en penningmeester en beschikt dus over echt Sneker volleybalbloed.

Clubliefde

Een vast tijdstip om de fiets te pakken heeft hij niet, wel een vaste route. “Als ik de posters van Riens krijg, ga ik meestal dezelfde dag of anders de volgende dag op pad.” VC Sneek mag zich in de handen knijpen met zulke vrijwilligers die op hoge leeftijd zich nog zo inspannen voor de club. Dat is echte clubliefde!

Smashbal VC Sneek gaat tweede seizoen in!

Vorig jaar zijn wij als VC Sneek gestart met Smashbal. Onder leiding van onze trainers Patrick Koelemij, Erik Reitsma en Jelte Bruinsma van werd er op verschillende zondagmiddagen in de Schuttersveldhal van 14.00 uur tot 15.00 uur getraind. Dit allemaal met als ultieme doel de jeugd te activeren. Met name is Smashbal gericht om de jongens weer aan het sporten te krijgen met deze leuke vorm van volleybal.



Voortrekkersrol

Als club vertolken we een voortrekkersrol en door de Set Up waarin we samenwerken met diverse clubs uit de omgeving en de verbinding zoeken hopen we dit jaar de deelname te vergroten. In het eerste jaar hebben we gemerkt dat Smashbal zeker in de behoefte voorziet. Vandaar dat VC Sneek met ingang van oktober tot april doorgaat met SMASHBAL!

Vier blokken

De opzet dit jaar is anders in vergelijking met vorig seizoen. Toen mocht de jeugd zeven keren deelnemen, maar nu wordt Smashbal in vier blokken van vier sessies

aangeboden. De kern van Smashbal is dat je het spel bij voorkeur 2 tegen 2 speelt zonder doordraaien op een heel of half volleybalveld of een badmintonveld. Er zijn vier verschillende levels.

Toernooi

De deelnemers zijn kinderen vanaf zes jaar t/m veertien jaar. “We willen naast het uurtje trainen elk blok afsluiten met een toernooi en daarbij is het doel zoveel mogelijk mensen van clubs in de omtrek daarbij te betrekken. We schrijven daarbij ook naast alle volleybalclubs ook de basisscholen aan in de gemeente”. De start is na de herfstvakantie!



VC SNEEK STEUNT GOEDE DOELEN

Het blijft onontbeerlijk: iedere sportvereniging doet mee aan bepaalde acties om op deze wijze de clubkas te spekken. De opbrengst kan dan weer besteed worden aan leuke activiteiten binnen de club zoals het sponsoren van de jeugd en de aanschaf van trainersmaterialen.

Supergeslaagd

Wij zijn als VC Sneek bijna stamgast bij de Jeugd Sponsoractie van de Poiesz. Ook afgelopen jaar hebben we in het Poiesz-filiaal in de Noorderhoek ons uiterste best gedaan om zoveel mogelijk geld voor de vereniging binnen te halen. Daarin zijn we supergeslaagd met dank o.a. aan deze onderstaande meiden door 1023,00 euro op te halen met jullie steun!

Rabobank Support

Verder heeft de Rabobank Supportactie een prachtig bedrag van 1101,37 euro opgeleverd en uiteraard zijn we dit jaar ook weer van de partij geweest. Tot 21 september kon u stemmen op VC Sneek! Naast bovenstaande acties probeert VC Sneek kerstpakketten in te pakken en dat levert toch de lieve som van euro op. Het was een mooie avond om met zoveel leden een aantal uren

te buffelen en een aanzienlijk bedrag binnen te slepen.

Sociale betrokkenheid

Natuurlijk leveren alle acties geen geld op. Als VC Sneek tonen wij ook onze maatschappelijke verantwoordelijkheid en sociale betrokkenheid. Zo gaan we weer vol voor de doppenactie voor de KNGF. Door veel doppen in te zamelen en kunnen we een bijdrage leveren aan de opleiding van een blindengeleidehond.

Tevens hebben we postzegels verzameld voor de Fibrosisstichting en meer dan 600 knuffels voor de Speelgoedbank Friesland. Prachtige initiatieven waarop we als VC Sneek heel trots mogen zijn.

Grote Club en Vriendenloterij

Wat wel weer geld in het laatje brengt zijn

de volgende acties. We zijn present bij de Grote Club Actie en doen we mee aan de Vriendenloterij. Kortom: als VC Sneek zijn we op bijna alle terreinen vertegenwoordigd!



VC Sneek zamelt weer doppen in voor KNGF Geleidehonden

Vorig jaar zamelde KNGF Geleidehonden een bedrag van 48.541,73 in voor de doppen die men krijgt uit de regionale spaaracties van plastic doppen. Een bedrag waar wij als VC Sneek ook een mooie bijdrage aan geleverd hebben en dat met uw steun! Als volleyballende doppen spaarders steunen wij als club mede de opleiding van de blindengeleidehonden. Een fantastisch doel! Sinds de doppenactie startte in 2015 zijn er al tienduizenden euro's bij elkaar gespaard.

Maatschappelijke betrokkenheid

Waarschijnlijk weet u het nog wel tijdens de thuiswedstrijd van Friso Sneek tegen Sliedrecht Sport op 15 april toen wij een groot aantal zakken aan de Noordelijke vertegenwoordigers van de KNGF konden aanbieden. Een memorabel moment want VC Sneek kenmerkt zich door een grote maatschappelijke betrokkenheid. Die bleek ook uit de succesvolle acties met de knuffels voor de Speelgoedbank Friesland en de laatste actie om postzegels in te zamelen voor de Fibrosis Stichting.

naar de hal. Wij willen dan de doppen weer aanbieden aan de KNGF en hier weer een mooi moment van maken.

Wat mag wel en niet?

Bij het verzamelen van de doppen kunt u denken aan: Alle harde plastic doppen en deksels met schroefdraad.

Het gaat om uitsluitend de hard plastic doppen van bijvoorbeeld: Fruitpakken (si-naasappelsap), mineraal of spuitwater, sportdranken en frisdranken, zeep- en shampooflessen, pindakaas- en chocolade-pastapotten, hard-plastic doppen van ketchupflessen etc.



Start NU met het verzamelen!

Graag willen wij ook dit jaar onze bijdrage leveren om doppen te vergaren voor de Geleidehonden. Daarom vragen wij u allemaal om vanaf NU met het verzamelen van de doppen te beginnen. Zet bijvoorbeeld op een zichtbare plaats in bijvoorbeeld de keuken een bakje voor de doppen en breng ze allemaal op de competitiewedstrijd van Friso Sneek tegen Sudosa/Desto 19 januari 2025 mee

Doe mee dus!!

Doe mee aan deze geweldige actie! Als VC Sneek willen we toch graag meewerken aan zo'n schitterend doel! VC Sneek rekent op u!! Wij houden u op de hoogte!!

Gerlof Wybenga en Jos Twijnstra: “UITHANGBORDEN” VOOR VC SNEEK

Ze lijken een soort rode colonne en ze hebben bijna letterlijk een bord voor hun hoofd, maar dat heeft te maken met het feit dat zij de reclameborden bij VC Sneek op de millimeter nauwkeurig op de juiste plaats neerzetten. Onmisbaar bij elke thuiswedstrijd wanneer het centre court weer wordt aangekleed met de reclameborden van de sponsors. Twee van die hondstrouwe sjouwers zijn Gerlof Wybenga en Jos Twijnstra die hun vrije tijd spenderen aan hun sportieve liefde: VC Sneek.

Leuk en gezellig

Gerlof Wybenga moet even diep in zijn geheugen graven op de vraag hoe lang hij al deel uitmaakt van de bordenploeg. Na een tijdje: “Ik ben er al 23 jaar bij. Ik werd op een klaverjasavond gevraagd door Nanning Goodijk”, herinnert hij zich. De 62-jarige Sneker maakt graag tijd vrij om de volleybalvereniging te helpen. “Je vindt het leuk, gezellig, het is goed voor de sociale contacten en ik doe het graag”, stelt hij.

Volleyballiefhebber

Gerlof beschrijft zichzelf als een liefhebber van volleybal- weliswaar zelf nooit actief speler geweest- is met zijn mannen ruim een uur bezig om het centre court speelklaar te krijgen en dan zit zijn taak er al weer op. Het maakt hem ook niet uit wat voor wedstrijd er gespeeld wordt. “Als we Europa Cup hebben of een gewone competitiewedstrijd maakt dat allemaal niet uit”, zegt hij uit ervaring.

Opbouwen een makje

Steun en toeverlaat is Jos Twijnstra evenals Gerlof Wybenga in rode polo getooid als zij aan de voorbereidingen beginnen. Jos, inmiddels 78 en al veertig jaar betrokken bij de opbouw, beleeft nog steeds veel plezier aan zijn hobby. “Het opbouwen is in vergelijking met jaren geleden een makje, want toen legden we in de tachtiger jaren ook nog de vloer. Destijds is het allemaal begonnen”, weet hij nog.

Gezelligheid

Samen met Klaas de Groot en Gerlof vormt hij dus het edele drietal dat de leiding neemt daarbij geholpen wordt door andere vrijwilligers en de ouders van dames 1. Hoewel Jos al aardig op leeftijd maar ultra fit is, wil hij de gezelligheid en de sociale contacten bij VC Sneek voor geen dag missen. Daarbij speelt ook het feit dat echtgenote Marieke op de zaterdag vaste telster is bij dames 3. “Dan zijn we samen in de hal en dan geniet ik”, aldus Jos.



Jos Twijnstra

Gerlof Wybenga



CMV: speelse en leerzame wijze om volleybal te leren

Volleybal is niet de makkelijkste sport om te leren en met de invoering van CMV - dat staat voor Cool Moves Volley - is er een fikse stap voorwaarts gemaakt in deze mooie sport. Kenners beweren dat CMV de redding van het jeugdvolleybal is dat begin 2000 een enorme boost kreeg.

CMV in een notendop

Wat is CMV? CMV bevat zes niveaus waar bij kinderen stap voor stap alle volleytechnieken worden aangeleerd. CMV speel je als je vanaf je zesde t/m je twaalfde jaar. Ieder niveau heeft zijn eigen speelvorm waarbij er een opbouw is vanaf niveau 1 met gooien en vangen t/m niveau 6 waarbij het “gewone” volleybal wordt gespeeld.

Woensdag trainen

VC Sneek kan natuurlijk niet in het rijtje ontbreken als het om CMV gaat. Jeannette Jorna, Marije Bil en Trijnie Sybrandy vormen de “harde” kern als het om de organisatie binnen VC Sneek gaat. De CMV-teams van VC Sneek trainen op dinsdag en woensdag. Deze trainingen vinden plaats in de Sneker sporthal en in de Sporthal Duinterpen. Naast de trainingen spelen de kinderen ook toernooien. Er wordt dan gespeeld in teams van 3 – 5 kinderen voornamelijk in Sneek en in de regio.

Gestage groei weer

Jeannette heeft de start van CMV bij VC Sneek vanaf het begin meegemaakt. “Ik kan me nog herinneren dat we in hoogtijdagen wel 26 teams hadden, maar dat is door Corona behoorlijk minder geworden want toen kozen kinderen ook voor de buitensporten.” Inmiddels heeft de CMV-afdeling de wind weer behoorlijk in de zeilen. “Er

staan nu 20 kinderen voor de inlooptraining. Het groeit dus weer gestaag.” VC Sneek heeft bij niveau 4 veertien jeugdleden en bij niveau 2 t/m 4 25 volleyballers. Dat gaat dus weer de goede kant op!

Goede trainers

VC Sneek biedt niet alle niveaus aan. Erik Reitsma doet niveau 4 samen met Ruud Schuurmans en Mohammed Romdhane 2 t/m 4. Naast Erik, Ruud en Mohammed worden zij bijgestaan door Filijn Bil, Lize Bergstra, Evi Zijlstra, Roos en Emma van Amersfoort, Hannah Althuisius en Nikki Meijs. Jeannette is erg blij met de hele trainersstaf bij CMV: “Ik pleit al jaren voor goede trainers en die hebben we”, zegt ze niet zonder enige trots.

Netjes spelen

Wat betreft de ontwikkeling is het belangrijk om goede technieken aan te leren. “We houden kinderen veelal op niveau 5 zodat ze deze technieken nog beter onder de knie

krijgen en netjes spelen.” Vanaf hun twaalfde jaar stromen de CMV-ers door naar de C's van VC Sneek.

Hoogste niveau

Dat het CMV het voorportaal is naar grotere successen is niet vreemd. Bij de Sneker club heeft een groot aantal spelers het hoogste niveau in Nederland bereikt zoals Roos van Wijnen en Monique Volkers en spelen Hester en Marrit Jasper zelfs in het Nederlands team. Daarnaast speelt Gerda Sybrandy in de Topdivisie bij dames 2 om maar een kleine greep uit de vele talentenruif te noemen.

Samenwerken en verbinden

Het is belangrijk om de jeugd naar de hal te trekken, lekker te trainen en te spelen en met elkaar samen te werken. Daarvoor is o.a. de Set Up club in het leven geroepen. “Prachtig initiatief, want je ziet dat de jeugd bij veel clubs terugloopt. Samenwerken en verbinden is heel essentieel”, aldus de coördinator CMV bij VC Sneek

“ Samenwerken en verbinden is heel essentieel”, aldus de coördinator CMV bij VC Sneek

De gastvrouwen/-heren van VC Sneek:

“Veel handen maken licht werk!”

Geen keurige en opzichtige mantelpakjes en hoge hakken en mannen in colbert en stropdas op Italiaanse loafers, maar gewoon iedereen in een lekker zittende casual outfit: onze gastdames en gastheren zijn HET visitekaartje in de Sportlounge en vertegenwoordigen de club bij de entree. Een uniek gezelschap ook binnen VC Sneek want het is de enige vrijwilligersgroep die met stip op één staat. “Iedereen wil blijkbaar bij ons horen,” lacht Lieseth Roosenstein, coördinator van dit gastvrije gezelschap.



Gezellige en gastvrije sfeer

Een club met zoveel leden kan alleen goed draaien dankzij de inzet van veel vrijwilligers. Bij VC Sneek draait alles om de samenwerking en de gastvrouwen/-heren zijn daar het levende bewijs van. Deze enthousiaste groep vrijwilligers met Hetty Groninger, Annemarie de Jong, Carolina Mulder, Fokko de Jong, Esther de Jong, Margo Cnossen, Jan Posthuma Mieke Marra en uiteraard Lieseth Roosenstein zorgt er tijdens de thuiswedstrijden van dames 1 voor dat sponsors, ereleden, en genodigden hartelijk worden ontvangen in de Sportlounge.

“Met een team van negen personen, waarvan er per wedstrijd twee dienst doen, zorgen we samen met de dames achter de bar voor een gezellige en gastvrije sfeer. Dit zowel voor, tijdens als na de wedstrijd”, steekt Lieseth van wal.

Hechte groep

Daar is geen speld tussen te krijgen want VC Sneek wordt alom geroemd om zijn gastvrijheid. “Officials en scheidsrechters zijn altijd blij als ze naar Sneek mogen”, weet Lieseth uit ervaring. Sinds twee seizoenen vormt dit team een hechte groep en met het motto “vele handen maken licht werk”, laten ze zien hoe flexibel en effectief een goed geor-

ganiseerde ploeg kan zijn. Het systeem waarbij iedereen via een bericht kan aangeven welke data hem of haar het beste passen, zorgt ervoor dat er altijd voldoende mensen beschikbaar zijn zonder dat dit een te grote belasting wordt voor de vrijwilligers.

Lichtend voorbeeld

Hierdoor blijft het werk leuk en wordt het voor iedereen mogelijk om een steentje bij te dragen aan de vereniging. Zelfs als men niet elke wedstrijd beschikbaar is. Voordat het wedstrijdseizoen van start gaat gezellig samen te komen en te genieten van een hapje en een drankje.

Dit zorgt niet alleen voor een goede sfeer tijdens de wedstrijden, maar ook voor een sterkere gemeenschap binnen de vereniging. De gastvrouwen/-heren zijn een lichtend voorbeeld van hoe je met een enthousiaste groep vrijwilligers veel kunt bereiken en tegelijkertijd plezier kunt hebben.

Avondje Sneek

VC Sneek mag zich in de handen knijpen met zo’n gastvrije groep die het een ieder naar de zin maakt en het Avondje Sneek nog meer cachet geeft. Aan de gastdames en gastheren zal het in ieder geval niet liggen!

“Met een team van negen personen, zorgen we samen met de dames achter de bar voor een gezellige en gastvrije sfeer.”

TRAINER PAUL ALBERSEN:

“OOK MEISJES A4 MOGEN UIT HUN COMFORTZONE”

Ze zijn met heel veel vrijwilligers enorm belangrijk voor de club en doen het niet om er steenrijk van te worden. Echte clubmensen die er elk jaar er weer een periode aan vastknopen, omdat ze veel voldoening krijgen om één of meerdere teams te trainen. Paul Albersen uit Sneek is een “rasechte”, want hij kan de afstand van zijn huis naar de sporthal zo langzamerhand wel blind afleggen. “Het is heerlijk om op het fietsje naar de training te gaan”, zegt de 61-jarige relatie beheerder assistent accountant.



Spelverdeler

Voordat Paul trainer werd, was hij ook niet een onverdienstelijk volleyballer. “Ik speelde vanaf mijn twaalfde”, begint hij. “Eerst in Bolsward en toen in Sneek na de fusie van Animo en Olympus. Door de bank genomen was het districts niveau het hoogste”, aldus de van origine spelverdeler.

Zitstoel

Naast het spelen was Paul ook actief als scheidsrechter, maar daar is hij vorig seizoen mee gestopt. Geen eredivisieoptreden dus in het verschiet, maar dat is niet aan de orde bij Paul die dertig jaar fluitist is geweest.

“Tegenwoordig moet je staan als scheidsrechter en dat houden mijn knieën niet meer”, verklaart hij. “Mocht er wel weer een zitstoel komen dan wil ik nog wel weer fluiten”, zegt hij onder voorbehoud.

“Mocht er wel weer een zitstoel komen dan wil ik nog wel weer fluiten”, zegt hij onder voorbehoud.

Jeugd

Zijn trainerscarrière is aanzienlijk. Niet in eerste instantie qua niveau, maar het is een bewuste keuze geweest om voor de jeugd te kiezen. “Ik heb nooit senioren getraind, maar altijd de jeugd. Begonnen bij CMV, want doordat mijn kinderen daar speelden was ik toch onderweg. Na CMV heb ik de jongens getraind met o.a. mijn eigen zoon Joël, die ook een “knieval” moest maken”.

Ontspanning

Paul kwam na jaren CMV bij de A-jeugd terecht. “CMV bood me wat minder uitdaging en na eerst de B’s train ik nu meisjes A4. Trainen geeft me ontspanning. Het is leuk met de jeugd en ik blijf zo bij het spelletje betrokken. Samen met Piet Gorter train ik meisjes A4 tweemaal in de week”. Als Paul gevraagd wat essentieel voor het geven van trainingen is, benadrukt hij het plezier in de sport hebben waarbij de zestiger ook de jeugd iets wil bijbrengen. “Ze mogen best uit hun comfortzone komen, maar ik ga ze niet pushen”.

Contract verlengd

Of Paul volgend jaar weer voor een jaar bijtekent? “Vorig jaar twijfelde ik, maar ik heb toch maar weer mijn contract verlengd”. Voor VC Sneek is het in ieder geval te hopen dat Paul er nog vele jaren zo overdenkt, want mensen die zolang bij de club betrokken zijn, verdienen alle complimenten. Een geruststellende gedachte: ambities om bij andere clubs te trainen heeft de Sneker niet!

Vrijwilliger Martina Hoekstra: “Je mag bij VC Sneek zijn wie je bent”

Je hebt ze in allerlei soorten en maten. U kent ze wel: de onmisbare vrijwilliger bij de club. Ze hebben hun hart aan de club verpand en zijn altijd aanwezig op de volleybalvloer. Achter de schermen, veelal onzichtbaar maar soms ook prominent aanwezig. Martina Hoekstra is een prachtige combinatie van deze drie: de in Greonterp getogen Martina voelt zich een en al VC Sneek. “Bij VC Sneek mag je zijn wie je bent”, zegt ze stellig.

Halve weektaak

Door de week racet Martina op de taxi door Sneek en omstreken en in haar vrije tijd zet ze dit het tempo met dezelfde versnelling voort, want dan lonkt de Sneker Sporthal. Dertig jaar geleden zag Martina het levenslicht en kwam ze in 2015 in aanraking met VC Sneek in eerste instantie als scheidsrechter. Ook voordien speelde ze al volleybal, maar niet voor de Sneker vereniging. Bij deze eerste schreden bleef het niet, want het takenpakket van haar heeft zich uitgebreid tot bijna een halve weektaak. “Mijn bed staat nog net niet in de hal”, lacht ze.

Actief

Martina schat in dat ze rond de 20 uren in

de week actief is voor o.a. VC Sneek. Dat is inclusief zelf trainen en een wedstrijd spelen. “Ik help bij het opbouwen en afbreken bij dames 1, maak de Power point voor in de Sportlounge, val in of start de livestream op, val in bij het registreren van de ballenkinderen als Silke Kuiken er niet is en ben een beetje back up voor zaken”, somt ze moeiteloos op.

Voldoening

Indien Martina niet in haar rode clubpolo zichtbaar is, heeft ze zich “vermomd” als scheidsrechter of als assistent-coach bij dames 9 of heeft zich in het tenue gehesen van volleybalteam XXL waarmee ze in de tweede klasse uitkomt. Daarnaast speelt Martina ook nog zitvolleybal. “Volleybal is

voor mij een prachtige hobby en ontspanning. Het is fijn om mensen te helpen en het is gezellig. Je wordt bij Sneek gewaardeerd wat je doet”, is haar ervaring. Op de vraag wat haar veel voldoening geeft is ze duidelijk. “Bij de Europacup hebben we de vloer gelegd en toen die erin lag en wij een mooie wedstrijd zagen, was ik heel tevreden. En als je dan ook nog daarvoor weer gevraagd wordt, dan word ik blij”.

Handjes laten wapperen

VC Sneek mag dus bijzonder in haar nopjes zijn met deze doener zoals ze zichzelf omschrijft. “Ik laat graag de handjes wapperen”, besluit Martina die hoopt dat ze haar vrijwilligerstaken voor VC Sneek nog in lengte van dagen kan blijven uitoefenen.

“Mijn bed staat nog net niet in de hal”, lacht ze.

Martina Hoekstra



VOLLEYBALLENDE ZUSSEN

MARRIT EN HESTER JASPER SAMEN AAN DE TOP

Wie kent ze niet? Marrit en Hester Jasper, spelend in het buitenland en groot geworden bij VC Sneek. Vaak zijn ze nog in de Waterpoortstad te vinden om hun familie op te zoeken en indien de tijd het toelaat het eerste damesteam van Friso Sneek te zien spelen. De ploeg en vereniging waaraan ze zelf zoveel te danken hebben. Hoog tijd om de dames aan het woord te laten!

Bundesliga

In 2016 verliet Marrit Jasper het eredivisionest in Sneek om voor een buitenlandse carrière te gaan, startend in de Bundesliga in Duitsland. In 2019 deed haar zusje Hester Jasper hetzelfde. Ook zij startte een carrière in het buitenland. Een aantal jaren later checken we bij de meiden hoe het ze nu vergaat in het buitenland.

Buitenland

Beide dames geven aan dat het enorm spannend was om naar het buitenland te verkassen. ‘Ik wist niet wat me te wachten stond, behalve dat ik voor 8 maanden in het buitenland ging wonen en volleyballen,’ vertelt Marrit. Hester voegt hier aan toe dat Sneek echt een thuisgevoel geeft en de stap naar het buitenland toch een verwachting wekt en meer druk oplegt om te presteren.

Dankbaar

Beide dames hebben in Sneek een goede indruk achtergelaten. Met sommige dames van Sneek wordt nog wel afgesproken en leuke uitjes gepland. Hester: ‘Sneek voelt toch als ‘mijn’ club en het is leuk dat ze het zo goed doen’.

Een relatie combineren met topsport

Vriendlief Jorn speelt volleybal in Sneek,

Marrit op het moment van schrijven in Polen. Hoe doe je zoiets? Marrit antwoordt: ‘Veel voor elkaar over hebben, elkaar heel lief en leuk vinden en flexibel zijn. Mijn vriend is dat gelukkig! Een toekomstperspectief hebben samen is ook erg belangrijk’.

“Het gaat niet om je prestaties, maar om de reis naar je prestaties en wie je bent als mens”!

Je zus als voorbeeld

Echt voorbeelden heeft Marrit niet. De zussen proberen vooral hun eigen pad te volgen. Er zijn veel inspirerende mensen op de wereld en van veel mensen kun je iets leren in het leven. Toch geeft Hester aan: ‘Marrit is altijd wel een voorbeeld voor mij geweest en ik heb ook echt wel tegen haar opgekeken van jongens af aan’.

Olympische spelen

Niet iedereen kan zeggen dat ze op de Olympische Spelen met het Nederlands Team mee mochten. Marrit kan hier wel over meepraten: ‘Het was een hele ervaring. Al mijn vrienden en familie waren aanwezig in Parijs en dat was enorm bijzonder. Een ervaring om nooit te vergeten’.

Wijze les

Uiteraard hebben we beide dames gevraagd naar welke wijze les zij de lezers mee willen geven.

Hester: “Geniet van het leven en blijf jezelf. Vergelijk jezelf niet teveel met anderen. En wat betreft volleybal: Het belangrijkste is plezier! Het is uiteindelijk gewoon een ‘spelletje’.

Marrit: “Niks is vanzelfsprekend. Blijf vechten voor wat je wilt bereiken in het leven. Geloof in jezelf, geniet en heb lief! Het gaat niet om je prestaties, maar om de reis naar je prestaties en wie je bent als mens”!

Toekomst

Of de beide zussen in de toekomst weer voor Sneek zullen gaan spelen antwoorden ze beiden dat ze dat ze dat niet uitsluiten, maar voor eerst alles zullen geven in het buitenland.



FRISO BOUWGROEP EN GEBROEDERS SIKMA:

TROTSE EN TROUWE HOOFDSPONSORS VAN VC SNEEK

**Het Sneker volleybalseizoen kenmerkt zich jaar na jaar
vol spectaculaire momenten en indrukwekkende prestaties.
De club is trots en dat geldt ook voor de trouwe hoofdsponsors
Friso Bouwgroep en Gebroeders Sikma.**

Deze successen zijn in de eerste plaats te danken aan de sportieve prestaties op het veld, maar ook aan de betrokkenheid en bevlogenheid van talloze vrijwilligers, ondersteund door de steun van trouwe sponsors. 'De heren van VC Sneek', met Gebroeders Sikma als partner en 'de dames van Friso Sneek', onder de vlag van Friso Bouwgroep, hebben beiden laten ervaren dat teamwork en 'freonskip' hand in hand gaan met topsport.

Andries Veenstra en Berber Dedden namens team Klant en Markt van Friso Bouwgroep: "Wij zijn als hoofdsponsor al bijna 30 jaar verbonden aan de volleybalclub. Het is prachtig om te zien hoe de dames keer op keer de Sneker club op de kaart weten te

zetten. Al sinds 1946 bouwt Friso met en voor elkaar aan een duurzame leefomgeving. Daar past een freonskip als deze met VC Sneek ook goed in thuis. We voelen ons altijd zeer betrokken bij VC Sneek en hebben in al die jaren een sterk fundament opgebouwd." De tribune van de Sneker Sporthal wordt dan ook regelmatig bezet door medewerkers van Friso Bouwgroep.

Hans en Bouke Sikma, directeurs van Gebroeders Sikma, voegen daaraan toe: "Onze passie voor volleybal en de drive om samen de goede dingen te doen, weerspiegelen onze betrokkenheid bij VC Sneek. Als trouwe sponsor waarderen we enorm wat VC Sneek samen met al haar vrijwilligers doet en wij blijven de club natuurlijk ondersteunen."

FRISO BOUWGROEP

Friso Bouwgroep bestaat sinds 1946 en komt oorspronkelijk uit Sneek. In de afgelopen jaren is Friso Bouwgroep uitgegroeid tot een multidisciplinair bouwbedrijf met vestigingen in de provincies Friesland, Groningen, Flevoland, Gelderland en Overijssel.

Friso Bouwgroep is actief in verschillende vakgebieden als woningbouw, ontwikkeling, utiliteitsbouw, beton-, water- en industriebouw, restauratie, onderhoud en verbouw en toelevring. De bouwstenen van Friso Bouwgroep en haar ruim 550 medewerkers zijn betrouwbaar, bekwaam en bestendig. Als betrokken bouwer is de missie van Friso Bouwgroep: mét en voor elkaar bouwen aan een duurzame woon- en leefomgeving.

**"Onze passie voor volleybal en de drive om
samen de goede dingen te doen, weerspiegelen
onze betrokkenheid bij VC Sneek"**



GEBR. SIKMA B.V.

Installatietechniek
Elektrotechniek
Koeltechniek
Daktechniek

Sneek/IJlst



Duurzame oplossingen? Gebr. Sikma!

Al sinds het begin van de vorige eeuw is Gebr. Sikma dé vertrouwde naam voor installatiewerk in Sneek en omstreken. Wat ooit begon als een kleinschalig loodgietersbedrijf van grootvader Sikma, is dankzij de jarenlange inzet en vakmanschap van de familie uitgegroeid tot een modern totaalinstallatiebedrijf.

Tegenwoordig staan de tweelingbroers Bouke en Hans Sikma, de derde generatie, aan het roer. Onder hun leiding heeft Gebr. Sikma zich ontwikkeld tot een specialist in installatietechniek, elektrotechniek en daktechniek.

Bij Gebr. Sikma gaat het niet alleen om vakwerk, maar ook om het omarmen van de toekomst. Duurzaamheid en energiebesparing staan centraal in alles wat ze doen. Of het nu gaat om het plaatsen van zonnepanelen, het installeren van warmtepompen of andere duurzame technieken – Gebr. Sikma biedt maatwerkoplossingen die perfect aansluiten bij de wensen van de klant.

Service en kwaliteit zijn al decennialang vanzelfsprekend bij Gebr. Sikma. Met een team van deskundige monteurs wordt elk project met zorg uitgevoerd. Bent u op zoek naar een betrouwbare partner voor uw duurzame installaties? Bij Gebr. Sikma bent u aan het juiste adres!

Gebr. Sikma:
Het vertrouwde adres voor al uw
installatiewerk én duurzame oplossingen.

Gebr. Sikma | Roodhemsterweg 20 | IJlst
www.gebr-sikma.nl | info@gebr-sikma.nl | T. 0515 – 41 53 07

VC SNEEK DAMES 6:

OUD TEAMGENOTEN WILLEN NAAR NATIONAAL NIVEAU

Wanneer je aan het zesde team van een vereniging denkt dan gaan je gedachten al snel uit naar dames die het gewoon nog leuk vinden om een balletje te slaan en weinig ambities koesteren. Een logische gedachtegang, maar bij VC Sneek dames 6 staat een team op het volleybaltapijt dat allesbehalve niet alleen voor de fun gaat. Een brok aan routine om je ogen uit te kijken dat al weer naar boven kijkt.

Cracks

Met ingang van dit seizoen zijn ze "back in town": de veelal voormalige speelsters van dames 1 die onder VC Sneek dames 6 in de eerste klasse gaan uitkomen. Dat betekent dat er minimaal eenmaal in de week getraind moet worden en de cracks van weleer hebben niks aan het toeval overgelaten: ze beschikken over een trainersgilde waar menig eredivisieclub jaloers op zal zijn met een groot aantal klinkende namen die onze dames zonder twijfel kampioen gaan maken of is dat te optimistisch?

Bulk aan eredivisie-ervaring

"Absoluut niet", zegt kartrekker Roos van Wijnen, 15 jaren lang steunpilaar van de hoofdmacht van VC Sneek geweest, twee jaar geleden afscheid genomen en nu weer volop actief. "We willen minimaal twee klassen hoger spelen en voor het kampioenschap gaan", aldus de voormalige captain van de huidige landskampioen. Dat mag niet zoveel problemen opleveren zou je kunnen constateren met zo'n bulk aan eredivisie-ervaring.

Mooie momenten

Van Wijnen verwoordt de comeback van de dames: "We hebben altijd met veel plezier bij VC Sneek gespeeld en hebben heel veel mooie momenten beleefd. We vinden het dan ook erg leuk om terug te keren. De gezelligheid van een teamsport en het spelletje zelf blijft leuk en daarom hebben we het initiatief genomen om een nieuw team op te starten. Het doel is daarom

ook wel om binnen een paar jaar op een iets hoger niveau te spelen".

Champagneflessen

Zoals gezegd roerden zich de dames behoorlijk op de trainersmarkt want de geroutineerde spelersgroep slaagde erin om gebruik te maken van Erik Reitsma, trainer/coach dames 1, Petra Groenland, ex-trainer/coach van dames 1, Bryan de Haas, trainer/coach dames 2, Jurjen de Jong, ex-assistent-trainer dames 1 VC Sneek en volleybalcoryfee Ruud Schuurmans. Kortom: wanneer deze groep hetzelfde niveau haalt als de trainers dan kunnen de champagneflessen aan het eind van het seizoen ontkurkt kunnen worden. Dat zal dan allemaal moeten gebeuren met de volgende spelers: Roos van Wijnen, Fenna Zeinstra, Inge Wesselius, Jacqueline Raymann-Huiszoon, Lieze Braaksma, Monique Volkers, Myrthe Minnesma, Elze Alons en Elise Kroontje.

Leuk volleybal

Het team zal met de nodige nieuwsgierigheid gevolgd worden! Van Wijnen gooit er nog een slotakkoord achteraan: "We hopen dat dit initiatief nog lang kan bestaan en er een mooi team ontstaat voor speelsters die vanuit de hogere ploeg een stapje terug willen doen. Fenna Zeinstra: "Uiteraard met een hoop plezier en gezelligheid, maar ook fanatiek en met meiden die dezelfde taal spreken. Daar komt bij dat je de meiden op deze wijze kunt behouden voor de club!", voegt ze toe.

"Uiteraard met een hoop plezier en gezelligheid, maar ook fanatiek en met meiden die dezelfde taal spreken."



TABATA-TRAINING:

Verrassende inspiratie voor VC Sneek dames 9 Sneek

Wanneer je het hebt over één van de laagste teams van een vereniging dan wordt dat vaak geassocieerd met veel plezier met elkaar hebben, een keer trainen in de week en gewoon elk weekend een leuke wedstrijd spelen. Dat geldt voor het grootste deel ook voor VC Sneek dames 9 al onderscheiden zij zich op een bijzondere wijze van de rest van de club. **Waarom? Zij doen aan Tabata!**

Grote hoogten

Tabata zult u zeggen. Nooit van gehoord. Maar vraag dat maar aan trainer Rianne Merckies en zij legt haarfijn uit wat een Tabata-training inhoudt. Kort gezegd Tabata, uitgesproken als tah-BAH-tah, overtuigt de fitnesswereld stormenderhand. En is vergelijkbaar met HIIT, een intervaltraining met hoge intensiteit.

Het bestaat uit 20 seconden intensieve training gevolgd door een periode van 10 seconden rust. Deze reeks wordt 8 keer herhaald gedurende in totaal 4 minuten. Aldus in vier minuten elke week en dat tweemaal in de week gaat dames 9 tot grote hoogten stuwten!

Eerste klasse

Het team bestaat dit jaar uit tien speelsters en gaat uitkomen in de eerste klasse van de regio. Opvallend: dames 9 gaat ook tegen negen tegenstanders spelen. Rianne Merckies, voor velen een bekend gezicht binnen de club, verzorgt de twee trainingen op dinsdag in de Sneker Sporthal en woensdag in het Bogerman College. De ploeg heeft daarnaast de luxe dat de roodheden een assistent-coach op de loonlijst hebben in de persoon van Martina Hoekstra.

Goede resultaten

De doelstelling voor dit seizoen is duidelijk. Dames 9 traint hard om een stabiel team te worden. "We hopen er met zijn negenen een mooi en leuk volleybalseizoen van te maken met natuurlijk een goed resultaat", zeggen de dames.

Heel Sneek wacht nu in spanning af welke positie onze dames in de competitie gaan innemen en nog belangrijker: wat zal de invloed van Tabata geweest zijn?

"We hopen er met zijn negenen een mooi en leuk volleybalseizoen van te maken met natuurlijk een goed resultaat"

nog opmaken...
tekst nog niet
ontvangen?



DE LUIDRUCHTIGSTE SUPPORTER VAN VC SNEEK

Als je bij Dames 1 de hal binnenstapt kun je er bijna niet omheen. Thijs met zijn megafoon. De hele wedstrijd moedigt hij de dames aan! De megafoon gebruikt hij zodat hij zijn stem niet overmatig hoeft te gebruiken en dus zijn stem niet kwijtraakt! Slim, én tactisch!

Glorietijd

Voordat Thijs in militaire dienst zat, deed hij aan korfbal. Na militaire dienst (rond de jaren '80) werd dit volleybal. Hij keek wel eens bij zowel het eerste heren- als damesteam en ging ook met de bus mee naar de uitwedstrijden van de mannen. "We hebben zowel de gloriетijd van Olympus, Animo en nu natuurlijk ook VC Sneek meegemaakt".

Luidruchtig

De mannen met wie Thijs veel optrekt zijn ook vaste VC Sneek supporters. Ook zij zijn luidruchtig, maar vinden de megafoon wel wat luid. Thijs: Een paar seizoenen geleden zag ik dit bij ONS en ik dacht: ik heb er geen zin in om iedere keer mijn stem kwijt te zijn, wat een mooie uitkomst".

Onafscheidelijk

De 'die hards' van VC Sneek zijn Thijs, Jan, Jan, Lieuwe, Minne en Wim. Thijs weet niet meer hoe hij de rest heeft leren kennen. Dit is vanzelf gegaan. "Je raakt met elkaar in gesprek en er was een klik". Sindsdien zijn de mannen onafscheidelijk op de tribune van VC Sneek en in het sportcafé. In hun eigen groepsapp delen ze weetjes en feitjes met elkaar omtrent VC Sneek. 'Er is een

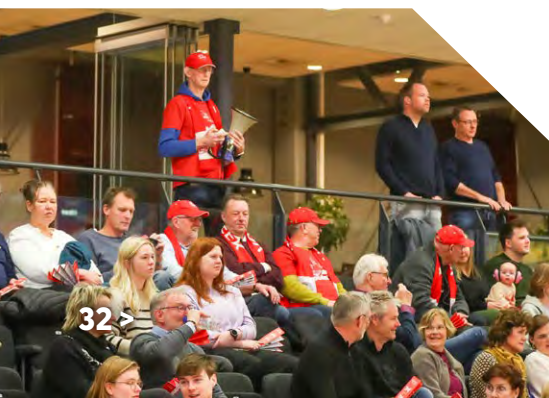
iemand die geen smartphone heeft, dus die stuur ik een berichtje via Messenger".

Kaatsen

Andere sporten vindt Thijs ook leuk: atletiek, voetbal, maar ook kaatsen. 'Ik ben me ervoor gaan interesseren omdat Sjaneet Wijnia dit doet. Het spelletje zelf snap ik nog maar vrij weinig van, maar ik vind het leuk om te kijken. De mannen gaan dan ook vaak mee'.

Kippenvel

De mooiste momenten die Thijs beleefd heeft zijn alle kampioenschappen. De allermooiste zijn de kampioenschappen die voor eigen publiek werden gewonnen, hebben Thijs kippenvel bezorgd. Dit zijn toch de prijzen waar je het hele seizoen als team naartoe werkt.



DUIZENDPOTEN
KLAAS DE GROOT
EN TJITSKE WIND

BEGINNEN AAN LAATSTE JAAR WEDSTRIJDLEIDING



Het zal na dit seizoen akelig stil worden in de Sneker Sporthal want met name Klaas de Groot zal niet in zijn bekende stijl door de hal paraderen en samen met de altijd actieve eega Tjitske Wind ook niet meer achter de wedstrijdtafel in de Sportlounge plaats nemen. Na respectievelijk 40 en 30 jaar neemt het volleybalmaffe echtpaar afscheid als wedstrijdleiding. "Het is mooi geweest", zegt Klaas die dit jaar als overbruggingsjaar ziet en nieuwe mensen gaat begeleiden daarin.

Passie voor de sport

Het zijn niet alleen de zaterdagen die het echtpaar veel tijd hebben gekost. Met alle liefde natuurlijk en passie voor de sport en vooral voor VC Sneek. Ook wanneer je op een willekeurig tijdstip bij huize De Groot komt aanwaaien zitten beiden achter de pc en zijn met alles wat volleybal behelst bezig. Volleybal-dieren van een uitstervend ras.

Friese nuchterheid

Het voert te ver om alle werkzaamheden van Klaas en Tjitske op een rijtje te zetten want dan is uw redacteur een hele avond kwijt om notities te maken. "We hebben al zo vaak in de krant gestaan met wat we doen dat iedereen dat langzamerhand wel weet", zegt Klaas met zijn bekende Friese nuchterheid. Toch somt hij een doorsnee zaterdag op wat hij en Tjitske zoal doen in de Sneker Sporthal maar eerst storten zij zich op de voorbereidingen van het seizoen voor de club waarbij heel veel administratieve zaken geregeld moeten worden.

Een doordeweekse zaterdag

Wanneer de zon opkomt staan Klaas en Tjitske op en zijn dan op zaterdag ruim 12 uren in de hal te vinden en dat is exclusief

de nazit natuurlijk. "We houden ons bezig met opbouwen, klaar zetten van de spullen, scheidsrechters ontvangen en begeleiden en zorgen dat alles in DWF komt te staan.

Verder zorgen we voor de voorbereiding bij dames 1 en heren 1 dat alles goed verloopt." Tussendoor is de regiestoel in de Sportlounge even onbezet, omdat Tjitske ook dan haar positie verplaatst naar de scheidrechterstoel en tevens bij dames 1 de vaste scorer is.

**"Heerlijk de
tijd om die nog
meer aan de vijf
kleinkinderen
te besteden".**

Verantwoordelijkheid bij de teams

Op de vraag wat ze laten vallen antwoordt Klaas dat hun aanwezigheid in de hal er op zaterdag niet meer in die hoedanigheid zal zijn. "We doen alleen de dingen bij dames

1 nog". De overige taken zullen dan door de teams zelf moeten worden uitgevoerd. Voor Klaas en Tjitske niet een beetje spannend om dat los te laten? Na een tijdje: "Tja, het wordt natuurlijk wel anders met de verantwoordelijkheid bij de teams nu er geen coördinatie meer is".

Kleinkinderen

Voor VC Sneek blijven Klaas en Tjitske gelukkig behouden want volleybalbloed kruipt waar het niet gaan kan. Klaas zal de administratie van de teams blijven doen en Tjitske coördineert de ploegen.

Er valt dus wel een gat van ruim 12 uren. Hoe gaat dit opgevuld worden? "Heerlijk de tijd om die nog meer aan de vijf kleinkinderen te besteden", zegt Klaas en de ogen van hem en Tjitske beginnen te twinkelen.

Diverse hobby's

Daarbij zal naast het volleybal Tjitske - Ridder in de orde van Oranje Nassau overigens- ook de tijd blijven spenderen aan haar werkzaamheden voor de Voedselbank, de EHBO en PKN Sneek. Vervelen zal het sympathieke echtpaar zich niet want beiden werken ook nog!

Jongensteams VC Sneek presenteren zich!

Bij VC Sneek mogen we ons gelukkig prijzen met een aantal jongensteams. Een unicum, want in de naaste omgeving is het aantal jongens dun gezaaid. Hoog tijd voor een introductie van de volleyballende knapen bij VC Sneek!

Jongens C1

Graag willen wij ons in dit prachtige magazine even voorstellen. Wij zijn dit jaar nieuw in de eerste klasse bij de C junioren. De afgelopen jaren hebben wij hard getraind bij de CMV waar Janice ons de nodige technieken heeft aangeleerd. Dit jaar trainen wij op maandag en donderdag. Op maandag gaan spelers van heren 2 ons training geven en onze trainer/coach Erwin is er op donderdag.

Vrijuit volleyballen

Van de trainer krijgen wij tot de kerst nog geen vaste positie. Als we op alle posities goed uit de voeten kunnen gaan we meer op vaste posities spelen. Onze ambitie is gewoon lekker vrijuit volleyballen, plezier maken en laten zien wat we op de trainingen allemaal geleerd hebben. Maar winnen is natuurlijk wel het leukst.

Pittige competitie

Op zaterdag 21 september speelden wij onze eerste thuiswedstrijd in de Sneker sporthal tegen Reflex uit Kampen. Verder spelen wij in de competitie ook nog tegen Dedemsvaart en Set Up IJsselmuiden. Een pittige competitie, ook voor de ouders met de nodige reiskilometers.

Yellen

Wij nodigen bij deze iedereen van harte uit om bij ons een keer



“Voordat we beginnen met de wedstrijd yellen wij altijd: rel del del, een frikandel die lust ik wel.”

te komen kijken, wij zijn namelijk echte publiekspelers. Voordat we beginnen met de wedstrijd yellen wij altijd: rel del del, een frikandel die lust ik wel...als je dat hoort ben je bij het juiste veld in de sporthal!! Ons team bestaat uit: 1. Christiaan Schulte, 3. Auren Boot, 4. Mart de Jong, 5. Fedde Quarre, 6. Niels Woudt, 7. Chris Goes, 9. Timo de Jonge en 10. Arno Jacobsen

Jongens B1

De jongens B1 komt komend seizoen uit in de eerste klasse b. De jongens zullen tot de kerstvakantie de krachten meten met SVI Zwolle, Set UP IJsselmuiden,

Vovem'90 en Voorsterslag/VC Zwolle. De selectie van Jongens B is inmiddels een mooi regioteam geworden. Jongens uit Koudum, Workum en Oudega hebben inmiddels de weg naar VC Sneek gevonden en maken van dit team een prachtige regioselectie.

Trainingen

Aan ambitie ontbreekt het bij de mannen ook niet. Inmiddels is Edward Kamphuis erbij gekomen om de trainingen op de maandag te leiden met back-up Hans Ferket. Coach Ilan Palstra verzorgt de trainingen op donderdagavond. Ook heeft Edward bij de jongens TC aangegeven de

jeugdige trainers graag te willen begeleiden en de handvaten te geven die ze nodig hebben om op goed niveau degelijke training te geven.

Selectie

De selectie van Ilan Palstra bestaat uit: Wouter Ferket, Runar Visser, Rogier Feenstra, Thijs Bos, Steven Berendsen, Seppe van Solkema, Melle Wijnbergen, Mariel Palstra, Albert Mulder en Djurre Dijkstra.

Wij wensen Jongens C en B veel plezier komend seizoen, dan komen de sportieve prestaties vanzelf!

Merle Haak en Lise Bergstra “kijken” al naar dames 1

Ze hebben de nodige overeenkomsten maar ook grote verschillen. Een ding hebben ze echter gemeen: ze spelen dit jaar voor het eerst in meisjes A van VC Sneek en daar zijn ze wat trots op. Merle Haak en Lise Bergstra maken dus hun debuut in het hoogste meisjesteam, maar daar blijft het niet bij als we de beide meiden mogen geloven.

Toekomst

Dames 1 in de toekomst? Dat zou ik geweldig vinden”, zeggen ze beiden in koor. “En Oranje zou helemaal mijn droom zijn”, zegt Merle die op de middenpositie speelt. Dit in tegenstelling tot Lise die op de diagonaal de ballen binnen rost.

Overeenkomsten

Overeenkomsten genoeg bij de beide fanatieke meiden. In Sneek geboren en op hun zesde levensjaar met volleybal in aanraking gekomen. Natuurlijk bij VC Sneek na het bekende jeugdtraject te hebben doorlopen, maakten zowel Merle als Lise de gezamenlijke stap naar de A's nadat ze vorig jaar in de B1 in de Topklasse hun kunsten vertoonden. Hun dagen zijn goed gevuld, want natuurlijk fietsen de jeugdige talenten van huis naar school. Merle neemt de afslag naar de RSG Magister Alvinus en Lise moet enkele haltes verder voordat ze bij het Bogerman uitkomt.

Volleybal consumeren

Na de lessen wordt er een warme hap gegeten en wacht na de geestelijke inspanning het fysieke gedeelte. “Ik train vier keer in de week en natuurlijk nog een wedstrijd”, verklaart Merle. Lise doet daar weinig voor onder. “Ik besteed ongeveer 8 tot 9 uur per week aan volleybal met trainen, training geven, een wedstrijd spelen en thuis ook volleybal.” Kortom: het gaat hier om twee meiden die volleybal “consumeren”.

Niveau en gezelligheid

Op de vraag wat het leuke bij VC Sneek is hebben ze een duidelijke mening. “Je hebt goede trainsters en trainers en je speelt op hoog niveau”, begint Merle. “Ik vind het leuk bij VC Sneek, omdat het hier altijd gezellig is en ik heb hier veel vriendinnen.” Die gezelligheid is natuurlijk prima maar als je in Meisjes A1 speelt dan gaat het niet alleen om de gezelligheid toch?

Sterke en minder sterke punten

Dat beseffen de meiden ook als uw redacteur naar hun sterke punten vraagt. Merle: “Ik ben serieus en ben bereid er hard voor te werken. Verder zeggen ze vaak dat ik wel een goede opslag heb”, somt ze op. “Ik kan goed uitdekken en dan snel aan de grond, passen en roepen in het veld”, vervolgt Lise. Als het op de wat minder sterke punten aankomt, schiet Merle in de lach. “Tja, als ik spelverdeler zou worden, dan moet er nog heel wat gebeuren. Haha.” Lise is even een tikkie serieuzer: “Ik moet dit seizoen oefenen met blokken”.

Herkenbaarheid

Waarom kan het grote publiek beide meiden herkennen? Merle beschouwt zichzelf als een allround volleybalster. “Ik kan op bijna alle posities wel spelen”. Lise zegt: “Ik ben een harde werker, ga voor elke bal. Wil altijd graag winnen.” Niet verkeerd zo'n instelling! (Red) Gaan ze ook wel eens bij hun grote voorbeelden kijken? Merle is een echte volleybalproever: “Jazeker! Ik ga zoveel mogelijk kijken. Ik

geweest”. “Nou, zegt Lise, ik kijk heel veel met mijn volleybalvriendinnen en daarna nog even in de hal volleyballen”.

Idolen

Als het gaat om grote idolen houdt Lise het dicht bij huis. “Rixt van der Wal van dames 1 en Elles Dambrink van het Nederlands team”, noemt zij op. Merle komt met verrassende namen als de Braziliaanse Gabi (Gabriela Guimaraes) en de Japanse Yuji Nishida. Gelukkig hebben zowel Merle als Lise ook nog tijd over voor andere hobby's. Lise doet graag leuke dingen met vriendinnen en shopt graag. Merle doet in de zomer aan golfsurfen en beachvolleybal.

Slotakkoord

Nog een slotakkoordje van de girls? Jazeker! “Bij Sneek is het altijd gezellig”, aldus Lise. Merle levert een aantal leuke uitspraken aan zoals: If you can dream it, you can do it! Of: Mistakes are proof you're trying en Failure is not the opposite of succes; it's part of success! “Kies zelf maar besluit”, Merle.



IN DE SCHIJNWERPERS:

FEMKE SCHOLEN EN YMKJE VAN DER MEER VAN VC SNEEK MEISJES B1

Femke Scholen

Woonplaats? Oudega
Geboren en waar? 14 augustus 2010
School? RSG Magister Alvinus in Sneek

VOLLEYBAL

Positie in het team? Passer loper
Speelde vorig jaar ook in dit team?
 Nee, toen speelde ik in de C1 bij VLO in Oudega
Wanneer met volleybal begonnen? Toen ik zes jaar was
Hoeveel tijd besteed je aan volleybal? Heel veel!!!!!!
Wat is het leuke om bij VC Sneek te spelen?
 Ik speel voor het eerst bij Sneek dus ik weet het nog niet.
Wat zijn je sterke punten?
 Setten of überhaupt spel verdelen
Wat zijn je minder sterke punten? Ik denk passen
Wat voor type volleyballer ben? (Scoor je veel?) Ik weet het niet eigenlijk, maar ik ben heel fanatiek
Ga je ook veel bij dames 1 kijken? Jaaa!
Heb je een favoriete volleyballer? a. Mijn lieve zus Rixt Scholen en mijn lieve moeder natuurlijk
Wil je later in dames 1 spelen?
 Ja heel graag, maar dan moet ik nog wel hard werken
Andere hobby's?
 Paardrijden vind ik ook geweldig
Andere dingen die je graag wilt melden?
 Dat ik in havo 3 zit en aardrijkskunde krijg van Jurjen de Jong (nu manager dames 1. Red)

Femke Scholen en

Ymkje van der Meer



Ymkje van der Meer

Woonplaats: Oudega SWF
Geboren en waar: 25 april 2010, in het Antonius Sneek
School: RSG Magister Alvinus

VOLLEYBAL

Positie in het team? Spelverdeelster
Speelde je vorig jaar ook in dit team?
 Nee, dit is mijn eerste seizoen bij VC Sneek en dus in de B1
Wanneer met volleybal begonnen?
 Toen ik 7 jaar was ben ik begonnen
Hoeveel tijd besteed je aan volleybal? Ik train 3x in de week.
 Op zaterdag speel ik wedstrijd en daarnaast volleybal ik graag in mijn vrije tijd
Wat is het leuke om bij VC Sneek te spelen?
 De uitdagende en fanatieke trainingen
Wat zijn je sterke punten?
 Het spel verdelen en mijn fanatisme
Wat zijn je minder sterke punten?
 Door mijn fanatisme vind ik het soms lastig als we een wedstrijd verliezen (Oef!! Red)
Wat voor type volleyballer ben je? Ik ben iemand die anderen laat scoren en daar ook erg mijn best voor doe
Ga je ook veel bij dames 1 kijken? Ja, wanneer het lukt, wil ik er graag bij zijn en anders kijken we het op TV
Heb je een favoriete volleyballer? Ja, mijn dorpsgenoot Rixt Scholten (Dat kan geen toeval zijn. Red)
Wil je later in dames 1 spelen? Wanneer ik die mogelijkheid krijg zou ik dat zeker doen en leuk vinden
Andere hobby's? Met vriendinnen gezellig afspreken



Meisjes B1

INTERVIEWS

met drie volleyballende meiden uit VC Sneek C2

Ze spelen in meisjes C2 en hebben ons veel te vertellen wat hun bezighoudt! Nodig tijd voor een interview dus met deze fanatieke meiden!

Ece Maria Jansma

Woonplaats? Sneek
Geboren en waar? 12 december in Delft
School? CSG Bogerman Sneek

VOLLEYBAL

Positie in het team? Aanvaller
Speelde je vorig jaar ook in dit team?
 Nee
Wanneer met volleybal begonnen?
 In 2018
Hoeveel tijd besteed je aan volleybal?
 Ongeveer drie uren per week
Wat is het leuke om bij VC Sneek te spelen?
 het trainen
Wat zijn je sterke punten?
 blokken en snel bij de bal zijn

Wat zijn je minder sterke punten?
 opslaan
Wat voor type volleyballer ben je? competitief
Ga je ook veel bij dames 1 kijken?
 ja!
Heb je een favoriete volleyballer? Nee
Wil je later in dames 1 spelen?
 Misschien
Andere hobby's? Niet echt
Andere dingen die je graag wilt melden?
 Nee.

Nicole Cuesta Reitsma

Woonplaats? Sneek
Geboren en waar? Blanes Spanje
School? RSG Magister Alvinus

VOLLEYBAL

Positie in het team? Spelverdelster/ buitenaanvaller
Speelde je vorig jaar ook in dit team?
 Nee
Wanneer met volleybal begonnen?
 Nicole: 2021 toen ik tien was
Hoeveel tijd besteed je aan volleybal?
 2x trainen en soms op het pleintje
Wat is het leuke om bij VC Sneek te spelen?
 De gezelligheid en de trainers
Wat zijn je sterke punten?
 Aanvallen
Wat zijn je minder sterke punten?
 Opslaan
Wat voor type volleyballer ben je? Fanatiek
Ga je ook veel bij dames 1 kijken?
 Soms (Kan vaker dus. Red)
Heb je een favoriete volleyballer? Laura Dijkema
Wil je later in dames 1 spelen? Misschien
Andere hobby's?
 Schilderen, muziek luisteren ballet en dansen
Andere dingen die je graag wilt melden?
 Nee.

Reza

Woonplaats? Sneek
Geboren en waar? Sneek
School? CSG Bogerman Sneek

VOLLEYBAL

Positie in het team? Buiten
Speelde vorig jaar ook in dit team?
 Een soort van. Het is gemixed.
Wanneer met volleybal begonnen?
 groep 5(nu 2e klas)in 2020
Hoeveel tijd besteed je aan volleybal?
 De trainingen en thuis ook wel
Wat is het leuke om bij VC Sneek te spelen? Het is van Sneek en mijn vriendinnen

Wat zijn je sterke punten?
 Actief in het veld zijn
Wat zijn je minder sterke punten?
 Opslag
Wat voor type volleyballer ben? (Scoor je veel, ??)
 Dat weet ik niet echt.
Ga je ook veel bij dames 1 kijken?
 Soms wel. (Hmm, dat kan meer dus. Red)
Heb je een favoriete volleyballer?
 Rosa Entius
Wil je later in dames 1 spelen?
 Dat is wel mijn droom
Andere hobby's?
 Paardrijen en piano
Andere dingen die je graag wilt melden?
 Nee

Nicole Cuesta Reitsma

Ece Maria Jansma

en Reza



SPONSOREN



HOOFD-SPONSOREN



PARTNERS



FELLOW SPONSOR



SUPPORT SPONSOREN



FAN SPONSOREN



TEAM SPONSOREN



EURO TOP



EURO SUPPORT



EURO FAN



Advertenties

Fysio Actief sportsprekuur



BLESSURE?

Blijf er niet te lang mee rondlopen!

Maak een afspraak bij het Fysio-Actief Sportsprekuur bij vc Sneek. Zo kun je snel weer aansluiten bij je team.

www.fysio-actief.nl



SNEEK // BOLSWARD // JOURE

Advertenties

ACHTERPAGINA