

Evenementen

Zaterdag 3 september, 2016

Workshop

Verdelen alle licenties en verder de nodige administratie per ploeg.

3 en 4 september, 2016

Stage weekend jeugd

Alle voorbereidingen zijn achter de rug, nu vooral volop genieten ...

9 oktober, 2016

Actie H1 - Ribbekes

Lees ook verder in deze nieuwsbrief

Zondag 4 september, 2016

Osta tornooi – sporthal Linkeroever

Deelname van D1 en H1

vrijdag 16 september, 2016

Scholensportdag

200 kinderen krijgen een momentje volleybal

20 november, 2016

Mosseldag

Ook dit jaar mogen de overheerlijke mosseltjes niet ontbreken

Osta Berchem vzw

Leerkens 40

2600 Berchem

www.ostaberchem.be



Info

Wil je nog meer over onze club te weten komen kan je steeds terecht op de website. Hier vind je meer info omtrent uitslagen, kalenders, acties, foto's, etc ...



VOLLEYBALCLUB
OSTA BERCHEM
VZW



NIEUWSBRIEF
SEPTEMBER 2016



Kassa Kassa

Een woordje van onze penningmeester

Alle senior leden die nog niet in orde zijn met hun lidgeld kregen een persoonlijke mail. Indien blijkt dat dit tegen de start van de competitie nog altijd niet in orde is dan zullen jullie jammer genoeg niet kunnen deelnemen aan de wedstrijden. Lijkt ons het meest logisch tegenover iedereen die wel correct in orde is ...



Begin nu al maar te brainstormen

Eerste actie van het nieuwe seizoen is net binnen. H1 zal ons weer een overheerlijke 'Ribbokes / Kip' voorschotelen. Meer details vinden jullie in het artikel hieronder. Hopelijk volgen de acties van de andere ploegen elkaar nu zeer snel op. Laat alles maar binnenkomen zodat wij een overzicht kunnen behouden en niet alle acties bijvoorbeeld in dezelfde maand vallen!



Actie H1 - Ribbokes

Op zondag 9 oktober 2016 tussen 11u – 22u worden jullie verwacht in Sportpark Rugeveld.

Ongetwijfeld komt er de komende weken iemand van H1 langs om hun actie te promoten.

De voorbije jaren was dit meestal een groot succes ...

Wij zullen er in ieder geval zijn, hopelijk zijn jullie ook massaal aanwezig ☺



Stage weekend

Tijdens het weekend van 3 en 4 september gaat de ganse Osta jeugdbende op stage weekend.

Naast de gebruikelijke trainingen, zal er o.a. ook beach, hoogtoudenparcours en een quiz op de agenda staan.

Het beloofd dus weer een super toffe editie te worden!



Jarigen

Nelen Lieve	02
Agon Nicholas	07
Mnatsakanyan Aida	07
De Quidt Ilias	12
Zwiers Sterre	14
De Raedemaeker Hannah	20
Bernaerts Christien	21
Stockmans Marthe	23
Delafortry Anita	25
Prosman Elly	30
Vervoort Lies	30

Voorwoord

Door jullie voorzitter

HOT NEWS

D2 hebben eveneens een trainer gevonden ! We verwelkomen dus ook Jo De Baere. Bekijk weldra een korte voorstelling van de trainers van D2 en D3 op de website. Ik hoop van harte dat de spelerservaring van deze coaches jullie een spetterend nieuw en verrassend volleybaljaar bezorgen.

VERDER

Bij de jeugd kennen we een grote toevloed van spelers. Jeugdcoördinator Peter Van Hellem bekijkt momenteel of uitbreiding van de trainingen mogelijk is. Wellicht kennen we dan binnenkort de verdeling van de volledige trainerscrew inclusief D4.

Bij zowel H2 als H1 volgen/zoeken we nog enkele kandidaten om toe te happen, moeilijker situatie maar moeilijk gaat ook.

De trainingen zijn inmiddels overal gestart, dit seizoen iets later dan voorheen maar we merken dan ook een veel betere aanwezigheid. Het eerste OSTA toernooi in sporthal Linkeroever voor onze 1ste teams is vorige zondag ook vlekkeloos verlopen weliswaar met een stralend zonnetje buiten. Nu zondag 4/9 doen we dit nog een keertje over van 10u tot 17u, uiteraard iedereen welkom om te supporteren alsook voor een babbel en drankje ☺

Voor de scholensportdag op vrijdag 16/9 zoeken we nog vrijwilligers om die ganse bende in toom te houden van 8u45 tot 15u. Kandidaten graag dringend een mailtje naar petervanhellem@icloud.com.

Voilakes, als de volgende nieuwsbrief verschijnt is de competitie al begonnen, zo snel gaat het. Train en speel hard, geef er een lap op en vooral geniet van een tof volleybaljaar !

Werner

Cursus scheidsrechter

Ieder jaar zijn wij weer op zoek naar gemotiveerde en gedreven scheidsrechters. Hieronder vinden jullie alvast enkele links waarop cursussen worden voorgesteld.

<http://www.volley-avf.be/arbitrage/cursus.htm>

<http://www.sportafederatie.be/volleybal/antwerpen/mededelingen> (wm03.pdf)

<http://www.volley-bal.be/> (home)

Ben je in één van deze cursussen geïnteresseerd laat ons dit dan zeker weten.

Ontwikkel de juiste tapetechniek

Heel wat sporters, onder wie ook heel wat volleyballers, verstevigen hun gewrichten met tape. Dat werkt inderdaad preventief of beschermend. Alleen: als je de tape verkeerd aanlegt, riskeer je net dat er een letsel ontstaat. Wind er daarom niet langer doekjes om en ontwikkel de juiste tapetechniek op deze bijscholing over sporttaping.

Alle info op <http://www.sportafederatie.be/bijscholingen/sporttaping> Inschrijven voor 15 september.