



JAARGANG 5 - NR 7 - 28 SEPTEMBER 2023

## Wat doe jij voor de club?

### VACATURE VOORZITTER SPONSORCOMMISSIE

Om de sportieve ambities van de vereniging te kunnen verwezenlijken is de sponsorcommissie onmisbaar. Deze commissie is verantwoordelijk voor het sponsorbeleid en heeft als doel het behouden van huidige sponsors en het aantrekken van nieuwe sponsors. Daarnaast houdt de commissie zich bezig met het ontwikkelen van nieuwe sponsorpakketten en het behartigen van belangen van sponsors in overeenstemming met verenigingsbelangen.

Heb jij commercieel talent, ben je assertief en beschik je over organisatorische vaardigheden dan zoeken we jou!

Heb je vragen of wil je meer weten over deze rol, mail of bel met voorzitter Reinoud Imhof ([voorzitter.hockey@schaerweijde.nl](mailto:voorzitter.hockey@schaerweijde.nl) of 06-53112021) of stuur een mail naar het vrijwilligersbureau ([vrijwilligersbureau@schaerweijde.nl](mailto:vrijwilligersbureau@schaerweijde.nl)).





VS



Het is  
héél simpel

**BE THERE!**

**1 okt - 14:45 uur HEREN I - KAMPONG**

**LAAT JE ZIEN EN HOREN VOOR SCHAERWEIJDE!**

**TOPHOCKEY, VRIENDEN, FAMILIE EN EEN HAPJE & DRANKJE**



# Van de Velden

## DAMES 7 HEEFT MIXED TRAINING!

Afgelopen donderdag was het voor ons team alweer tijd voor de eerstejaars training! Voor de mensen die ons niet kennen, wij zijn Dames 7, hét veterinaire studenten hockeyteam!

Zoals elk jaar geven wij een training voor de nieuwe eerstejaars van onze studie, zodat zij kennis kunnen maken met ons team en de mooie sport! Onder leiding van Pierre stonden wij deze keer met maar liefst 20+ man op het veld. Voor de opletende kijkers thuis, waren er zelfs een paar mannen die kwamen kijken hoe het er bij ons aan toegaat. :-)

Het was een super geslaagde avond en hopelijk mogen wij de club verblijden met een paar enthousiaste nieuwe studenten!



# Van de Velden

## JONGE DAMES 1 WELKOM OP ZONDAG!

Afgelopen weekeinde speelde Jonge Dames 1 (DO25-1) thuis tegen Zwaluwen. JD1 is een nieuw team uit de eigen jeugd die het super naar hun zin hebben op de zondag. Vanuit Schaerweijde organiseren we voor nieuw gestarte teams een 'warm bad' wedstrijd. In een zonovergoten Kuil werd zondag deze wedstrijd op veld 1 gespeeld, compleet met DJ en speaker!

Helaas namen de dames van Zwaluwen uit Utrecht dit keer de punten mee naar huis. Desalniettemin wensen wij DO25-1 een heel mooi seizoen op de zondag bij Schaerweijde!



# Kennis Maken Met Hockey

## SPECIAAL VOOR OUDERS!

Kennis maken met hockey voor ouders. Wat ervaart mijn kind eigenlijk op het hockeyveld?

- Leer de basistechnieken
- De posities in het veld
- Verloop wedstrijdproces

**Wanneer:** maandagavond 25/9, 2/10 & 9/10 **Tijd:** 20:30 uur  
Sportkleding is handig, verder is alles geregeld.

Aanmelden kan via [kennismakenmethockey@schaerweijde.nl](mailto:kennismakenmethockey@schaerweijde.nl).



## TOP Wedstrijden

### 30 SEPTEMBER

#### Thuis:

JO18 - Zoetermeer 14:00 Veld 1

#### UIT:

hdm - MO16 12:10

NMHC - MO18 12:10

Apeldoorn - JO16 14:00

### 1 OKTOBER

#### Thuis:

Heren 1 - Kampong 14.45 Veld 1

#### UIT:

Zwolle - Dames 1 12:45

# Voorkom blessures!

## TIPS VOOR WARMING UP

Het seizoen is al weer begonnen! Met het oog op het voorkomen van blessures is het slim om voor de start van wedstrijden en trainingen een warming-up te doen.

Soms is het moeilijk om te bepalen wat handig is om te doen, vooral met jongere jeugdteams. In 2006 heeft een groep onderzoekers een warming-up ontwikkeld die ook goed gebruikt kan worden voor hockey. Het uitvoeren van deze warming-up maakt de kans op blessures 30% kleiner!

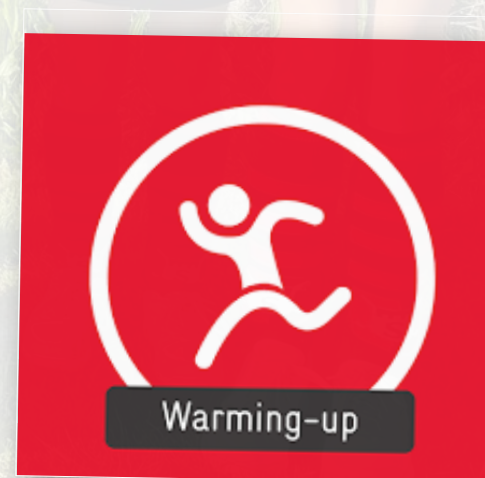
In onderstaande video's zijn de verschillende onderdelen van de warming-up zichtbaar. Nederlandse posterversies zijn te vinden op Google.

<https://youtu.be/pK5jcQalrSs>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ov9PHeUdg5Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=dzgvdl9FICk>

Bij vragen kun je altijd mailen met de Medische Commissie ([medische-commissie@schaerweijde.nl](mailto:medische-commissie@schaerweijde.nl)) of met de Schaerweijde Coaching Academy (Lenie Pierik).



# Van de Velden

## DAMES 1: "WINNEN DOE JE MET JE VRIENDINNEN"

Afgelopen zondag speelden wij onze tweede thuiswedstrijd in onze mooie Kuil. Het zonnetje scheen, de muziek was ready en de sfeer was goed. Xenios kwam vanuit Amsterdam bij ons op bezoek.

Extra support kregen we vandaag van Pip, Jitte, Emma, Emilie, Aimée, Lotte, Femke en Anna. Zij waren deze week onze 'Mini's van de Week' en hadden een prachtig spandoek voor ons gemaakt. Dit zorgde voor nog wat extra energie. Dank meiden!

Met de rentree van Roos begonnen we scherp aan de wedstrijd. We waren gedreven om die drie punten wederom in De Kuil te houden. De afgelopen weken hebben we tijdens de training gewerkt aan de cirkelbezetting. Dit was terug te zien bij het eerste doelpunt. Lieke maakte in het tweede kwart de 1-0 door een juiste cirkelbezetting. In de tweede helft denderde we door. Anouk (ook wel Leen) sleepte vanuit een corner de bal op een voet van Xenios. Rixt mocht aanleggen voor een strafbal en maakte koelbloedig de 2-0. De wedstrijd werd uiteindelijk beslist door een splijtende pass van Rixt dwars door de verdediging van Xenios. Viev kwam uit op een 1 tegen op de keep en maakte hem af door een geweldige backhand goal.

Een eindstand van 3-0 stond op het scorebord. We eindigden de zondag met het nieuws dat we bovenaan staan met 9 punten uit 3 wedstrijden. Veel dank aan de ballenmeisje van M014-2. Op naar volgende week, dan spelen wij uit tegen Zwolle Dames 1.

Hopelijk weer tot dan langs de lijn!



# Hockeykamp Herfstvakantie 16-18 oktober

## HET ONFIRE HOCKEYKAMP VAN HOCKEY SUPPORT!

In de herfstvakantie organiseert ONFIRE Hockey Support, in samenwerking met hockeyclub Schaerweijde, een driedaags hockeykamp voor 7-16 jarigen! Zou jij zo graag een nog betere (basis)techniek willen leren? Drie dagen lang extra trainen op techniek onder leiding van goed opgeleide ONFIRE trainers? Gewoon omdat je gek bent op hockey, maar ook omdat je graag nog technischer wilt worden of omdat je het niveau van je basistechnieken omhoog wil krijgen.

Dat kan op jouw eigen club in de herfstvakantie van 16-18 oktober! Alle trainingen worden gegeven volgens de filosofie van Raoul Ehren (huidig bondscoach België dames) en Sjoerd Marijne (oud-bondscoach Nederland dames, oud-bondscoach India dames). De trainingen kennen een hoge intensiteit o.a. doordat we werken met kleine groepen. Je bent voortdurend in beweging en je krijgt veel individuele begeleiding zodat je daadwerkelijk beter wordt. Je leert nieuwe technieken, maar eerst moet de basis in orde zijn.

Ben je geïnteresseerd? Schrijf je dan nu in op [www.hockeysupport.nl](http://www.hockeysupport.nl).

Bekijk ook onze promotiefilm om gelijk een beeld te krijgen van onze trainingen

<https://www.youtube.com/watch?v=efj-Epubz3l>



# Jeugd golf bij Schaerweijde

## MAAK KENNIS MET GOLF!

Het is zover, de jeugdlessen voor jeugd van 5 tot 12 jaar gaan van start.

- De eerste 4 lessen zijn op maandag van 15.30 tot 16.30 uur ( 2, 9, 23 en 30 oktober).
- Lid zijn van Schaerweijde Golf is voor deze serie niet nodig.
- Aanmelden via [jeugdcommissaris.golf@schaerweijde.nl](mailto:jeugdcommissaris.golf@schaerweijde.nl)
- De kosten bedragen 60 euro.

**Meer informatie:** <https://schaerweijde-golf.nl/jeugdopleiding-2/>

**Aanmelden** via [jeugdcommissaris.golf@schaerweijde.nl](mailto:jeugdcommissaris.golf@schaerweijde.nl)

Wil je kind wel meedoen, maar is het tijdstip echt niet mogelijk, neem dan contact op.



De stoeltjes van Stadion de Kuil bieden de **unieke** mogelijkheid om als privé persoon of zakelijk te laten zien dat je **TOPhockey** op Schaerweijde een **warm hart** toedraagt.

**Dat kan al vanaf € 65,- per jaar!**



**voor de  
TOP!**

**Dames 1 en Heren 1**



*Aan het einde van het seizoen mogen **alle kinderen** van deelnemende ouders/verzorgers **meedoen** aan de **TOPClinic!***



## Van de Velden

### JO12-6 BIEDT DAPPER WEERSTAND!

We mochten zaterdag 23 september thuis tegen Hilversum JO12-2 spelen. De jongens zijn een relatief jong team met veel eerstejaars spelers en dan is Hilversum altijd lastig. De jongens van Schaerweijde deden precies wat ze moesten doen, samen spelen! En hoe, binnen 5 minuten scoorden ze de eerste goal dat terwijl Hilversum in de competitie nog schoon was!

Daarna speelde het team als een goed front! We zagen prachtig samenspel, mooie voorzetjes maar een bal die er niet in wilde! De tegenpartij was sterker! JO12-6 liet zich niet kennen. Wat kunnen onze jongens enorm goed verdedigen, ze vormde samen, met een uitstekende keeper, een blok en hebben als team veel goals weten te voorkomen. Soms moet je wat weggeven dus over die drie tegen goals hoor je ons niet. Op naar vooral heel veel speelplezier en dan vallen die ballen straks nog vaker in het net van de tegenpartij!



## Bake Sale & Carwash Dames 1

### ZATERDAG 30 SEPTEMBER

A.s. zaterdag 30 september staat Dames 1 paraat met allerlei lekkers en sponzen! De speelsters gaan door middel een verrukkelijke bake sale & brandschone carwash geld ophalen voor het team en hun wintertrip. Met de opbrengst kan Dames 1 een goede voorbereiding realiseren voor de tweede seizoenshelft en de jacht op promotie.

Dus neem zaterdag de portemonnee mee naar de club, koop de taarten, cakes & koekjes en geniet ervan terwijl ondertussen de auto spic & span schoongemaakt wordt! Een win-win-situatie voor iedereen!

Tot zaterdag!

Dames 1





# Inclusiviteitsactie Utrechtse Hockeyclubs

## IEDEREEN IS WELKOM OP SCHAERWEIJDE!

In de Week tegen Pesten vragen wij aandacht voor de posteractie 'Samen Utrecht' van Utrechtse hockeyclubs en georganiseerd door de Utrechtse Studenten Hockey Club (USHC) om inclusiviteit en diversiteit te stimuleren. Namens Schaerweijde zie je op onze poster jeugdlid Charlotte Eisberg. Zij verwoordt de inclusiviteitsgedachte op Schaerweijde als: 'Hier hoeft niemand te veranderen voor anderen!' Mooi gezegd, Charlotte!

Het moet inderdaad niet uitmaken wie je bent, wat je achtergrond, geloof of geslacht is en welke voorkeuren je hebt. Sporten verbindt, en dat is wat we willen zowel binnen en buiten onze club. Iedereen moet kunnen meedoen en iedereen hoort erbij! Schaerweijde Samen Sterk staat voor eenheid, meedoen, respect en verbinding.

En laten we 'Samen Utrecht' omarmen en de boodschap verspreiden. Laten we verenigd blijven door onze liefde voor hockey, terwijl we tegelijkertijd de waarde van diversiteit en inclusie vieren. Of je nu aan de zijlijn staat, op het veld speelt, of in het clubhuis ontspant, je hoort erbij en je kunt altijd jezelf zijn.

Samen creëren we een Utrechtse hockeycommunity waarin iedereen wordt gewaardeerd en gerespecteerd!



## Van de Velden

### MO8-4: HOE OVERLEEF JE JE ALLEREERSTE UITWEDSTRIJD?

Zaterdagochtend 8:00 uur op de carpoolplaats. Het splinternieuwe team met 8 meiden staat klaar om de allereerste uitwedstrijd van hun leven te spelen. Voor veel kinderen is 'uit spelen' de normaalste zaak van de wereld, maar als je dit voor het eerst doet is het retespannend.

Alle ouders hebben op deze vroege ochtend dan ook al honderden vragen gekregen: Waar zien we elkaar dan? Hoe komen we dan terug? Waarom moeten we een ander shirt aan? Waar blijven jullie als ik hockey? Hoe weten jullie wanneer ik klaar ben?

Maar als we na 3 uur terug komen in Zeist is iedereen blij en zijn ze hartstikke trots. We hebben veel plezier gemaakt, hele andere limo gedronken op een hele andere club, lekker gerend en veel doelpunten gescoord.

Dat smaakt naar meer!



## Schaerweijde Scheidsrechterbeleid

### ouders fluiten wedstrijden junioren

Er blijkt soms onduidelijkheid wie wedstrijden van de Junioren fluiten. Daarom hierbij nog eens het beleid van Schaerweijde:

Wedstrijden van Junioren worden gefloten door de ouders van het betreffende team. Managers maken de indeling en ouders kunnen onderling ruilen. Alleen de eerste- en tweedelijNSTEAMS (van O18, O16, O14) worden gefloten door bondsscheidsrechters of scheidsrechters van het Schaerweijde Scheidsrechters Corps. O12-1 wordt waar mogelijk, afhankelijk van beschikbaarheid, gefloten door SSC.

Het is niet de bedoeling dat (ouders van) juniorenteams (tegen betaling) (jeugd) scheidsrechters inhuren. Van ouders van jeugdleden wordt verwacht dat zij hun scheidsrechters-kaart halen. Op het moment dat de kinderen in O12 gaan spelen moet minimaal één van de ouders de scheidsrechters-kaart halen. Dit waarborgt dat er voldoende ouders zijn die de juniorenteams kunnen fluiten.

Voor aanmelding en vragen over het halen van de scheidsrechters-kaart kan gemaild worden naar [arbitrage.opleiding.schaerweijde@hotmail.com](mailto:arbitrage.opleiding.schaerweijde@hotmail.com).



# Van de Velden

## J09-3 VOL ENERGIE VAN PANNENKOEKEN

Ons hockeyweekend begon goed: na de training hebben we een grote stapel pannenkoeken naar binnen gewerkt bij Max thuis. Daarna met z'n allen buiten gespeeld.

De volgende ochtend speelden we om 8.30 uur tegen Kampong. We hadden nog wel wat kleine oogjes, maar startten vol goede moed. We hebben hard gevochten en onze 'ring van vuur' (kommetje maken bij uitnemen tegenpartij) ingezet, maar helaas toch verloren.

Volgende week hopelijk beter!



# Van de Velden

## J014-3 GENIET VAN BOKS-CLINIC

Afgelopen zaterdag hadden we bij zonsopkomst al een wedstrijd in Hoevelaken. Gelukkig waren de jongens, inclusief trainer-coaches, al goed wakker en reden we na een mooie wedstrijd voldaan naar huis met winst in the pocket.

Daarna volgde het team uitje. Na een lekkere lunch gingen we naar Sedney voor een boks-clinic. De jongens hadden gelukkig nog steeds genoeg energie. Het belooft een mooi en sportief jaar te worden met het team!

