

Trainingen en wedstrijden

De reguliere trainingen worden gehouden op de dinsdagavonden vanaf 18.00 uur in sporthal Aetsveld.

De wedstrijden worden over het algemeen op vrijdagavond gespeeld, maar ook wel op de zaterdag. Kijk voor jouw trainingstijden op de website van Oberon.

www.oberonweesp.nl



Volleybalvereniging Oberon Weesp

WELKOM
bij
volleybal
vereniging



Oberon

Weesp

Wat leuk dat je gaat volleyballen!

Welkom,

bij volleybalvereniging Oberon. We zijn een gezellige, maar ook competitieve vereniging die jullie laat kennismaken met het volleybal. Voor onze jongste spelers, 6 t/m 11 jaar, is enkele jaren geleden het Cool moves Volleybal (CMV) geïntroduceerd. Spelenderwijs leren jullie de verschillende technieken van het volleybal. Als je 12 jaar of ouder bent, ga je al spelen volgens de huidige volleybalspelregels in een A, B of C-team. Na je 18e ben je seniorlid en kan je recreatief of in één van de competitie spelende teams gaan spelen. De competitie spelende teams spelen in de regionale competitie op verschillende niveaus, variërend van 1e tot 4e klasse. Op onze website vind je naast informatie over de vereniging ook een overzicht van de verschillende activiteiten in de agenda en gedetailleerde informatie over de teams.



Informatie voor de ouders

Jeugdleden spelen en trainen, omdat zij plezier hebben in het volleybalspel en het leuk vinden om in teamverband te spelen. Het spelen in een team vraagt van elk teamlid afzonderlijk inzet, motivatie en positieve feedback. Trainen is nodig om beter te worden waardoor het volleybalspel alleen maar leuker wordt. Tijdens de training benadrukken de trainers dat concentratie, aanmoediging van elkaar en inzet belangrijk zijn. Praktisch betekent dit dat onze jeugd luistert wanneer de trainer iets aan het uitleggen is, dat zij zich inzetten tijdens de oefeningen en dat zij positief zijn naar elkaar toe en elkaar helpen.

De afspraken die wij hanteren zijn:

- Kom op tijd! Kom uiterlijk 10min. voor aanvang van de training om je om te kleden.
- De kinderen in de A,B- en C-teams beginnen eerst met het op de juiste hoogte hangen van het net en het klaar zetten van de ballenkar.
- Voordat de jeugdleden de zaal betreden nemen zij alles mee wat zij bij de training nodig hebben (schoeisel met lichte niet afgevendende zool, kniebeschermers, waterfles).
- Afmelden voor de training gebeurt minimaal 2 dagen van te voren bij de trainer.
- Afmelden voor een wedstrijd gebeurt minimaal 2 weken voor de wedstrijd aan de aanvoerder en de trainer, mondeling of via email.
- De jeugdleden benaderen elkaar positief en helpen elkaar waar nodig.
- Zijn er dingen waar de jeugdleden of ouders mee zitten, bespreek deze dan zo snel mogelijk. De trainers zijn altijd bereid om te luisteren en te helpen.
- Trainingskleding bestaat uit een korte broek, een T-shirt of hemdje, kniebeschermers, sokken en schoenen met niet afgevendende lichte zool. Goede schoenen zijn belangrijk omdat bij het springen behoorlijke kracht ontstaat in de enkels en kniegewrichten. Daarnaast is volleybal een sport van korte afzet en snel kunnen verplaatsen, ook hiervoor zijn goede schoenen met voldoende grip noodzakelijk.
- Wedstrijdkleding bestaat uit een kobaltblauwe korte broek en wedstrijdshirt. In de wintermaanden is het voor de jeugd

erg prettig als zij kunnen beschikken over een joggingpak of trainingspak omdat zij niet altijd direct met de wedstrijd kunnen beginnen en ook wel eens een setje op de bank zitten. Het afkoelen van de spieren is niet bevorderlijk voor de prestaties en onaangenaam voor de jeugdleden zelf. De wedstrijd kleding is verkrijgbaar bij de materialencommissie. Voor de kosten van het wedstrijdtenue wordt verwezen naar de website.

- Ouders zijn zelf verantwoordelijk voor het halen en brengen van de jeugdleden naar zowel de training als de wedstrijden. Voor de A-, B- en C-jeugd worden hiervoor het begin van het seizoen wedstrijdsschema's uitgedeeld zodat ruim van te voren bekend is wanneer wedstrijden gespeeld moeten worden en in welke hal.



Contact

Ledenadministratie:
Hans Brul: hans.brul@upcmail.nl

Materialencommissie:
Nanda Slokker: nandaslokker@hotmail.com

Jeugdcommissie:
René Franke: rfranke@versatel.nl

Website:
www.oberonweesp.nl