



Namen en adressen bestuur BVO-Ouderkerk

Voorzitter Jaap Teule Sluisvaart 96 1191 HE Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4964993 E: jteule@hageveld.nl	Secretaris: Ron van der Keur Beverenstraat 35 1066WD Amsterdam T: 020-6739818 E: ronvdkeur@hetnet.nl
Penningmeester: Chiel van der Velde Overweg 96 1191 RD Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4961864 E: michael.van.der-velde@planet.nl	Ledenadministratie: Ron Korrel Rondehoep west 46 1191 KL Ouderkerk aan de Amstel T: 0297-582258 E: ledenadministratie@bvo-ouderkerk.nl
Sponsoring: Vincent Sala Koningin Emmalaan 23 1191 BL Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4964337	Tech. commissie & alg. bestuurslid: Kitty Stavenuiter Kon. Julianalaan 13 1191 CD Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4968960 E: kittyStavenuiter@hotmail.com
Competitieleider: Dieter Pater Vredebest 47 1191 PN Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4965897	Technische Commissie: Tom van der Veen T: 020-6593343 Kitty Stavenuiter T: 020-4968960
Jeugdcommissie: Gijs Bosma T: 020-4964525 Janneke Verweij T: 020- 4965708 Nigel Pockett T: 020- 4720427 Jan van Deudekom T: 020- 4964735 Marc Henri T: 020- 4416564 Wout Mansvelder T: 020- 6470739 Raya Juursema T: 020-4965267	Jeugdtrainer: Gijs Bosma Abraham Rademakerstraat 16 1191EK Ouderkerk a/d Amsterl T: 020-4964525 E: oo.bosma@simpc.nl Jeugd – en Seniorentainer: Rob Schardijn Weerestijn 43 3632 WX Loenen a/d Vecht T: 0294-880016 E: robschardijn@hotmail.nl
Redactie: Britt Timmerman T: 023-5297722 E: britt.timmerman@ziggo.nl	Volgend clubblad: Eind mei 2013

Accommodatie

Sporthal "Bindelwijk"
Kon. Julianalaan 16
1191 CD Ouderkerk a/d Amstel
020-4963538

Internetadres: www.bvo-ouderkerk.nl
E-mailadres: bvo@bvo-ouderkerk.nl

Van de voorzitter

Het is leuk om te zien dat de plank van de laddercompetitie volhangt met labeltjes. Er wordt enthousiast gespeeld en we zijn benieuwd wie er op de hoogste tree zal eindigen.

De inschrijving voor de clubkampioenschappen is ook alweer gestart. Zondag 7 april vinden de eerste wedstrijden plaats van deze mooie competitie. Ook dit jaar hopen we weer op de inschrijving van een groot aantal teams en single-spelers. Hoe meer deelnemers hoe leuker de verschillende poules worden om in uit te komen.

Alsof het nog niet genoeg is wordt er momenteel ook nog de “open kampioenschappen voor teams” gespeeld. Omdat de reguliere competitie eind januari al is afgelopen, is er een soort nacompetitie in het leven geroepen. De wedstrijden uit deze nacompetitie zijn dit jaar op zondag gepland en nemen dus geen ruimte in beslag op de maandagavond zoals de afgelopen jaren.

Als je wilt kun je dus naar hartenlust wedstrijden spelen. De woensdagavond is een training/speel avond aan het worden. Jillis heeft het initiatief genomen om wat oefeningen te doen. Hierdoor krijgt deze avond meer nut voor spelers die een bepaald onderdeel van het spel willen oefenen. Als we volgend seizoen weer de zaal op woensdagavond kunnen krijgen dan is dit misschien een interessante mix van oefenen en vrij spelen.

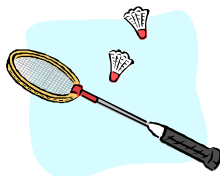
Als je dat wilt, is wedstrijden spelen de manier om snel vooruit te gaan. Badminton is een technische en tactische sport. Het kost veel tijd om alle slagen op de juiste manier aan te leren. Tactisch is het ook een ingewikkeld spel. Zeker als je bedenkt dat het dubbel, het gemengd dubbel en het enkelspel ieder een eigen tactiek hebben. Voor je dit als speler allemaal onder de knie hebt ben je vele trainingen verder. Dit is aan de andere kant ook precies de reden waarom het een leuk spelletje blijft. Ik wens iedereen veel spelplezier toe!

Tot slot nog wat algemene tactische tips voor het spelen van een dubbel:

1. Speel de shuttle buiten het bereik van je tegenstander*.
2. Loop meteen na iedere slag terug naar je basis.
3. Probeer hoge cross slagen te vermijden, deze zijn lang onderweg en komen meestal binnen het bereik van beide tegenspelers.
4. Speel zoveel mogelijk rechtdoor (kortste weg) en omlaag. Shuttles die omhoog gespeeld worden zijn een makkelijke prooi voor de tegenstander.
5. Als jouw team in de aanval is, speel je in een aanvallende positie(voor-achter), moet je verdedigen dan speel je naast elkaar.

(* Deze tips komen uit een Belgische bron.)

Jaap Teule



Clubkampioenschappen Jeugd

Hallo allemaal,
Hierbij de uitslagen van de jeugd clubkampioenschappen 2013.

Poule met onze jeugdtoppers (gemixed)

- 1e prijs – Sajjad Ali
- 2e prijs – Simone Verweij
- 3e prijs – Zara Holslag

Jongens poule (opkomende toppers)

- 1e prijs – Kevin Bouwmeester
- 2e prijs – Riecardo den Haan
- 3e prijs – Lars de Jong

Meisjes poule (opkomende toppers)

- 1e prijs – Yael van der Marck
- 2e prijs – Maaïke Kadijk
- 3e prijs – Alysha Mooij



Uiteraard is iedereen een topper, die heeft mee gedaan. Alle deelnemers hebben dan ook een medaille mee naar huis gekregen.

Het was een leuk toernooi en ik heb velen de longen uit het lijf zien spelen, een applausje waard dus voor onze jeugdleden.

De opkomst was een beetje mager, vooral bij de meiden onder ons.

Ondanks dat de meesten, die niet konden, netjes hadden afgezegd, was het wel jammer dat er toch nog het nodige geïmproviseerd moest worden met de poule indelingen.

Volgend jaar gaan we daarom proberen de communicatie rondom het club toernooi wat te verbeteren.

Voor het toernooi zelf mocht dat de pret niet drukken. Foto's, inclusief de groepsfoto, zal op de web site beschikbaar worden gesteld.

Dank voor jullie allen aanwezigheid en de inzet van alle begeleiders, die dit mogelijk gemaakt hebben.

Namens de organisatie

Marc Herni





Nieuws van de trainers

Hoi shuttle meppers,

Graag wil ik er met jullie even bij stilstaan dat we toch redelijk veel wisselingen van trainers hebben gehad. Mijn complimenten, jullie bleven er toch geduldig onder.

Eerst ging Rob met vakantie naar China en kregen we Marcel Schardijn, het broertje van Rob als invaller. Daarna kwam Rob ziek terug, daar schrokken we toch wel erg van.

Hij heeft last van suiker, als dit niet goed onder controle is, gaat men snel berg afwaarts.

Hij heeft enige dagen in het ziekenhuis gelegen om alles onder controle te krijgen en jawel daar was hij in een keer weer terug.

Rob traint nu weer de beginners en de overige worden getraind door de begeleiders en mij, tot het einde van het seizoen.

Wat staat ons nog te wachten: Deel diploma Oranje voor allemaal. Dit is een loopoefening dus erg belangrijk. Indien er genoeg tijd is worden er ook andere deeldiploma's af genomen.

16 maart met de opgegeven jeugd naar Slotenmeer, vriend schappelijke wedstrijden.

Op dit moment ga ik met 4 jeugdleden in op een uitnodiging van de heer R Zijderveld, wij mogen namelijk 6 weken meetrainen met zijn jeugdspelers.

Deze activiteiten zullen helpen om de prestaties van onze BVO jeugd te verbeteren.

Het Badmintonniveau van onze club mag best omhoog, wie wil er niet beter worden?

Badminton is een explosieve sport, dus we zien graag jullie inzet op de trainingsavond. Niet teveel babbelen tijdens de training, maar gewoon doen wat er gevraagd wordt.

Dus in onze ogen is jullie aandacht eerst gericht op school, dan op huiswerk en daarna moet je vooral badminton belangrijk vinden en verders niets.

Ben je het hiermee eens? Succes dan!

Groeten van Gijs en alle begeleiders.

Agenda:

- | | | |
|---------------------------|-----------------------|-------------------|
| 1. Maandag 1 april 2013: | 2e Paasdag | (Géén badminton!) |
| 2. Maandag 29 april 2013: | Meivakantie | (Géén badminton!) |
| 3. Maandag 6 mei 2013: | Examen Kleurendiploma | |
| 4. Maandag 13 mei 2013: | Examen Kleurendiploma | |
| 5. Maandag 20 mei 2013: | 2e Pinksterdag | (Géén badminton!) |
| 6. Maandag 27 mei 2013: | Ouder-Kind toernooi | |
| 7. Zondag 2 juni 2013: | Jeugduitje | |

Nieuws van de Technische Commissie

B.V.O. activiteiten / senioren seizoen 2012-2013

DATUM	ACTIVITEIT	BIJZONDERHEDEN
<p>Zondag</p> <p>07-04-2013</p> <p>9.00-12.00 uur</p>	<p>Start Clubkampioenschappen</p> <p>Voor competitie spelers en recreanten</p> <p>Overige data: maandag 8 -15-22- april en 6 mei</p>	<p>Inschrijving via lijst in de sporthal v.a. 25 februari</p> <p>Zondag verplicht</p> <p>Een (1) maandag als verhindering mogelijk!</p> <p>Inschrijving sluit 11 maart</p>
<p>Zondag</p> <p>21-04-13</p> <p>10.00-1300 uur</p>	<p>Voorjaarstoernooi</p> <p>(Zie flyer op de volgende pagina)</p>	<p>Alle leden</p>
<p>Maandag</p> <p>27-05-13</p>	<p>Eindejaartoernooi</p>	<p>Alle leden</p>

Badminton toernooi

21 april

Hallo badmintonners,

Bij deze willen we jullie uitnodigen voor een badmintontoernooi op zondag 21 april bij BVO - Ouderkerk

Het gaat om een gezelligheidstoernooi. Je kunt je alleen of met een partner aanmelden. Enkele andere verenigingen zijn hierbij uitgenodigd.

We starten om 10.00 uur en eindigen om 13.00 uur.
Plaats: sporthal de Bindelwijk in Ouderkerk aan de Amstel

We spelen op drie niveaus:

- A) 4de klasse – gevorderden
- B) 5de klasse – betere recreanten
- C) beginners

We hopen op veel positieve reacties zodat we er een sportief en gezellig toernooi van kunnen maken.

Aanmelden met opgave van jouw niveau kan gemakkelijk via:

email: bvo@bvo-ouderkerk.nl
of via de lijst in de sporthal.

Sluiting aanmelding: maandag 8 april.

Met vriendelijk groeten van de T.C.
Tom en Kitty
Badminton Vereniging Ouderkerk

Verslag kampioenstoernooi regio Noord-Holland Mixteam 2

In het vorige clubblad kondigden wij het al aan. Op 9 februari werd door de Badmintonbond het kampioenstoernooi georganiseerd en speelde poulekampioen Ouderkerk 2 natuurlijk mee! En met succes. Het begon die zaterdag al met een voordeeltje want de Veenshuttle had zich afgemeld vanwege blessures in het team. Daardoor had Ouderkerk 2 de kwart finale al in de pocket. In de halve finale versloegen we Purmerend met enig gemak. Met Clive in het team (Jillis was op wintersport) liep het ook super. Echter in de finale tegen poulekampioen Almere werd het toch een tikkeltje zwaarder. Daarbij moesten wij echt alle zeilen bijzetten.



Er werden per wedstrijd slechts 5 sets gespeeld en na 4 sets hadden zowel Almere als Ouderkerk twee sets gewonnen. De beslissende laatste set was voor de dames dubbel. Nicolette en Kitty speelden fantastisch tegen de sterke dames van Almere, maar konden niet voorkomen dat er een derde set gespeeld moest worden. Met een zeer spannende eindstrijd wisten onze dames Almere toch te verslaan. En ja hoor, Ouderkerk 2 was kampioen en wij konden na afloop van het toernooi een fraaie beker in ontvangst nemen. Volgend jaar weer???

4e klasse

1/4 Finale	1/2 Finale	Finale	Winnaar
Kampioen afd 1- US 6	US 6 1		
Bye		Almere 18 2	
Kampioen afd 6- Almere 18 3	Almere 18 3		
Kampioen afd 3- Amsterdam 7 2			
Kampioen afd 4- Ouderkerk 2 walkover	Ouderkerk 2 3		
Kampioen afd 5- Veenshuttle 1 (n.o.)		Ouderkerk 2 3	
Bye			
Kampioen afd 2- Bavio 5	Bavio 5 2		
			Ouderkerk 2

Spelindeling en uitslagen zoals vermeld op de website van de Badmintonbond

Badmintonpuzzel

BADMINTON

- | | | |
|------------------|------------------|--------------|
| • AANVAL | • LOB | • TEAM |
| • BACKHAND | • NETDROP | • TELLING |
| • BEWEGING | • POLS | • UIT SLAAN |
| • BINNENSPOORT | • PRESTATIES | • VAKANTIE |
| • CLUB | • RAKEN | • VELD |
| • DUBBELTACTIEK | • RECREATIESPORT | • VERLENGING |
| • ENKELSPEL | • SENIOREN | • VERLIES |
| • GEKAPTE SLAGEN | • SERVEERVAK | • VOETENWERK |
| • GEZELLIG | • SERVEREN | • WEDSTRIJD |
| • GRIP | • SNEL | • WINNEN |
| • INSPANNING | • SPEELHELFT | • ZAAL |
| • KRACHT | • SPELERS | |
| • LIJN | • TALENT | |

De overgebleven letters vormen een zin.

V	E	R	L	I	E	S	T	G	N	I	L	L	E	T	I	B	N	S	
O	S	N	I	J	N	N	N	E	R	P	D	O	E	F	B	R	E	E	E
E	L	E	N	E	N	L	K	A	O	R	B	L	A	A	Z	W	R	R	
T	N	D	N	E	S	E	N	E	B	P	E	E	L	C	G	E	E	V	
E	I	N	E	I	L	N	G	D	L	H	S	S	I	K	S	G	V	E	
N	I	E	B	A	O	S	G	A	L	S	P	N	T	H	D	I	R	E	
W	A	K	M	P	P	R	W	E	L	E	P	O	E	A	I	N	E	R	
E	N	A	I	E	T	E	E	T	Z	S	V	E	R	N	T	G	S	V	
R	O	R	L	N	D	P	N	N	V	E	E	O	L	D	N	I	O	A	
K	G	E	E	S	S	D	U	B	B	E	L	T	A	C	T	I	E	K	
M	R	L	T	R	T	K	R	A	C	H	T	L	P	A	L	E	B	S	
S	A	R	L	G	N	I	N	N	A	P	S	N	I	A	E	U	N	E	
T	I	J	E	N	Z	A	A	U	L	A	V	N	A	A	G	K	L	B	S
D	P	O	T	T	R	O	P	S	E	I	T	A	E	R	C	E	R	R	
E	I	T	N	A	K	A	V	V	E	R	L	E	N	G	I	N	G	T	

Eten met Geert.....da's niet verkeerd!

Dames en ook heren, ik ben een tijdje niet geweest omdat mijn knie een beetje ging tegen sputteren op een bepaald moment. Terug naar de Bergman kliniek en die stelden me in ieder geval gerust en hebben om de pijn te verlichten een hele fijne Cortisone injectie in gegeven L

Nu gaat het goed en ik heb zelfs afgelopen maandag 11-03 voor het eerst weer gebadmintond met mijn fysio die zei dat ik wel zover was inmiddels.

Groot was mijn verbazing over het niveau van spelen na 14 maanden alleen gedacht te hebben aan badmintonnen. Sterker nog ik denk dat ik Clive, Jilles, Krampsie, Maarten, Peter enz. gewoon nog even van de mat sla. Gaan we in het nieuwe seizoen beleven.

Tot snel!!! GEERT

MET WASABI CREME GEMARINEERDE NOORSE ZALM MET EEN SALADE AANGEMAAKT MET SESAMSOJA DRESSING (RECEPT VOOR CA. 12 PERSONEN)

Ingrediënten gemarineerde zalm:

1 zijde Noorse zalm met vel	500 gram witte basterdsuiker
500 gram zout	10 jeneverbessen
2 dl jenever	

Bereidingswijze: Verwijder van de zijde zalm alle graatjes vliezen en vetdeeltjes behalve de huid. Kneus de jeneverbessen met een klein steelpannetje. Vermeng alle andere ingrediënten met elkaar en doe daar de bessen doorheen. Smeer dit over de zalm heen en dek af met plastic. Zet eventueel licht onder druk in de koeling(ongeveer een uur tot anderhalf uur) Vlak voor het serveren de zalm af spoelen en met keukenpapier goed droog maken vervolgens met een scherp trancheermes flinterdun snijden en op de wasabi crème leggen. Zie afmaken van het gerecht.

Ingrediënten wasabi crème:

1 tube wasabi	2 eetlepels crème fraîche
1 eetlepel mayonaise	

Bereidingswijze wasabi crème : Doe alle ingrediënten in een mengkom en roer goed door met een garde. Wanneer de crème volgens u te pittig is kunt u er eventueel nog een beetje crème fraîche aan toe voegen.

Ingrediënten sesam-sojadressing:

½ dl sojasaus	½ dl azijn
½ dl soysaus	eetl honing
peper en zout	2 dl olijfolie
8 eetl sesamzaad	

Bereidingswijze dressing: Brand in een kleine bakpan, zonder olie, de sesamzaadjes. Wanneer ze bijna mooi bruin zijn uit de pan scheppen en op een stalen plateau door laten kleuren. Eventueel wat zout erover. Vermeng alle ingrediënten (behalve de olie) met elkaar en vermeng dit met de staafmixer. Voorzichtig met zout toevoegen, de soy en de soja zijn van naturen al redelijk zout. Indien alles goed vermengd is langzaam de olie eraan toevoegen tot de dressing licht begint te binden. Afdekken en buiten de koelkast bewaren.

Ingrediënten salade:

1 paksoi	100 gram taugé
1 prei	¼ witte kool
2 rode ui	¼ krop ijsbergsla

Bereidingswijze salade: Verwijder van de paksoi de groene uiteinden en snijd de stengels in de lengte doormidden. Snijd er vervolgens een fijne Chinese ruit van. Goed wassen in een vergiet en uit laten lekken. Snijd vervolgens de prei en de witte kool in zeer dunne reepjes en was ook deze zorgvuldig. Pel de uien en snijd aan halve ringen. Snijd de ijsbergsla aan fijne reepjes en bewaar in een ruime mengkom. Bak vlak voor het meegeven van de salade alle groenten in een ruime bakpan. Let op de bakpan zeer heet laten worden en niet teveel te gelijk willen bakken. Bak de groenten zeer kort aan en doe in een mengkom, de groenten moeten knapperig blijven dus echt zeer kort bakken. De groenten mengen met de ijsbergsla en op smaak brengen met de dressing.

Afmaken van het gerecht: Smeer op 12 middelgrote borden een beetje van de wasabi crème op de spiegel. U kunt hier het beste een kwastje voor gebruiken, dan wordt de laag crème niet te dik en mooi gelijkmatig. Op de crème wordt de zalm gedresseerd. Bereid de salade zoals beschreven en leg op ieder bord een mooie bol met salade. Schep nog een klein beetje dressing rondom de salade en serveer vlot uit. Warme sla houdt namelijk niet lang stand en dan ziet het er niet echt fris uit.



Van de Ledenadministratie

Ledenstand per 1 april 2013

35 junioren

78 senioren

113 totaal



Wij verwelkomen het volgende nieuwe lid van BVO:

ü Berlinda van der Leeden

Jarigen

April 2013	Mei 2013
4 Wim Ravesloot	3 Lidy Kea
10 Herman van Velsen	4 Els de Ruijter
15 Frank Langes	6 Gerrie Högemann
19 Marcel te Beek	13 Ab Laurent
19 Isabelle Wever	24 Nathalie Hurtado Rivera
	27 Marjo de Lange
	29 Moniek Bouwman



Namens de Ledenadministratie,

Ron