



Namen en adressen bestuur BVO-Ouderkerk

Voorzitter Jaap Teule Sluisvaart 96 1191 HE Ouderkerk a/d Amstel T: 020 - 4964993	Secretaris: Ron van der Keur Beverenstraat 35 1066 WD Amsterdam T: 020 - 6739818
Penningmeester: Chiel van der Velde Overweg 96 1191 RD Ouderkerk a/d Amstel T: 020-4961864	Ledenadministratie: Ron Korrel Rondehoep west 46 1191 KL Ouderkerk aan de Amstel T: 0297 - 582258
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
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 Nicolette van Kooten T: 020 - 4968794
Jeugdcommissie: Gijs Bosma T: 020 - 4964525 Nigel Pockett T: 020 - 4720427 Jan van Deudekom T: 020 - 4964735 Marc Henri T: 020 - 4416564 Wout Mansvelder T: 020 - 6470739	Jeugdtrainer: Gijs Bosma Abraham Rademakerstraat 16 1191EK Ouderkerk a/d Amstel T: 020 - 4964525 Senioentrainer:
Redactie Clubblad: Anita Vlug T: 06 - 28685952	Website BVO: Ron Korrel T: 0297-582258

Volgende clubblad: september 2015

Accommodatie

Sporthal "Bindelwijk"
Kon. Julianalaan 1
1191 CD Ouderkerk a/d Amstel
020 - 4963538

Website adres: www.bvo-ouderkerk.nl
Email adres: [bvo \[at\] bvo-ouderkerk.nl](mailto:bvo[at]bvo-ouderkerk.nl)

Van de voorzitter

Oefening baart badmintonkunst

Voor het eerst is het volgend seizoen mogelijk voor onze recreanten om training te krijgen van dezelfde trainer als de competitie spelers. Het is heel leuk om te zien dat er door zoveel van jullie positief op is gereageerd. Blijkbaar is er bij veel van onze leden de behoefte om nóg beter te worden in het badmintonspel.

Zeker in het eerste trainingsjaar kunnen een paar goede aanwijzingen je spel flink verbeteren. Daarnaast is het denk ik ook gewoon leuk om eens op een andere manier bezig te dan alleen maar partijtjes te spelen. Het daadwerkelijk verbeteren van je slagen en tactiek is wel lastig als je al gewend bent om op en bepaalde manier te spelen. Het kan wel maar dan moet je er wel echt voor openstaan om dingen aan je spel te veranderen.

Een van onze jeugdtrainers, Nigel, vertelde laatst dat hij veel trainingsstof van youtube haalt. Een serie met een groot aantal instructiefilmpjes is van Lee Jae Bok en heet "Badminton Coaching". Het is prachtig om te zien hoe hij per slag aanwijzingen geeft en heel gedetailleerd en geduldig uitleg geeft. Dit zijn filmpjes die geschikt zijn voor spelers van elk niveau op onze club. Veel van de oefeningen kun je ook thuis doen. Lee merkt op dat je bij sommige oefening het best voor de spiegel kunt gaan staan. Echter mocht je geen spiegel hebben dan kun je ook voor het raam gaan staan want dat spiegelt meestal ook wel een beetje merkt hij heel attent op.



www.coachingbadminton.com

Wil je nu eindelijk eens een backhand of een clear kunnen slaan dan kun je dit voor een heel groot deel thuis oefenen. Als je nu start en iedere dag 10 minuten oefent op de manier zoals wordt voorgedaan in deze filmpjes dan sla je na de zomervakantie iedereen van de baan. (Mocht je daar behoefte aan hebben ;-)
Succes met oefenen en een goede zomervakantie!

Jaap Teule

Jeugdpagina

Hallo jeugdspelers,

Hier de jeugdpagina met nieuws over de start van het nieuwe seizoen.

Eerst nog een terugblik op het afgelopen seizoen.

Als trainer hebben we een goed programma af gewerkt en ons aan een strakke tijdsplanning gehouden.

Marc houdt zich goed aan de gemaakte afspraken en gaf steeds aan wanneer en welk programma we moesten volgen. Hiervoor onze dank, iemand die ons het jaar programma en de festiviteiten aan geeft.

Jammer dat we geen competitieteam bij elkaar hebben gekregen. Iets waar we ons het nieuwe seizoen over buigen. Misschien een andere opzet van trainen?

Alle festiviteiten gaan we zeker weer doen!

Op het moment dat ik dit aan het schrijven ben, is het jeugduitje nog niet geweest, dus verrassing? Geef je op voor Survivaltocht in het Amsterdamse bos!

Wout Mansvelder onze oude getrouwe begeleider, heeft 4 omleidingen aan zijn hart gehad.

Hij hersteld goed en denkt het komende seizoen weer te kunnen spelen. Hij is pas 74 jaar en wil nog een tijdje mee. Hoeveel jaren mogen jullie spelen om die leeftijd te bereiken?



En dan onze Marcel ter Beek. Een prettige begeleider en altijd goed gemutst. Hij heeft een operatie aan zijn hersenen gekregen na 2 keer uitstel. Ook dat is goed verlopen. Ook hij denkt na de grote vakantie weer een shuttle te slaan.

Langs deze weg wens ik alle jeugdleden een hele fijne vakantie. Kom gezond weer terug en geniet ervan! Hartelijk dank aan een ieder die zich met de jeugd heeft bezig gehouden.

De jeugd bedankt hen voor hun inzet!

Namens de jeugdcommissie,

Gijs Bosma en begeleiders

Nieuws van de Technische Commissie

OTK kampioensteam

In de Open Team Kampioenschappen 2015 (OTK) is BVO Ouderkerk in poule CE kampioen geworden. Cora, Gehena, Jaap, Peter en Jan Hein waren te sterk voor UVO/Spirit, Gaasperdam, Duinwijck en Amsterdam. Zie hieronder de foto van het kampioensteam (foto Jordy Beukeboom).



EINDSTANDEN

2015

OTK EN RECREANTEN

Poule AB

Amsterdam	AB1	8	53 – 11	Kampioen
Zeeburg	AB1	8	50 – 14	
Martinus	AB1	8	22 – 42	
Duinwijck	AB1	8	21 – 43	
Gaasperdam	AB1	8	14 – 50	

Poule C 1

de Treffers	C1	10	67 – 13	Kampioen
US	C1	10	42 – 38	
Ijmond	C1	10	37 – 43	
Ouderkerk	C1	10	36 – 44	
Duinwijck	C1	10	27 – 53	
Amsterdam	C1	10	31 – 49	

Poule C2

UVO/Spirit	C1	8	46 – 18	Kampioen	101-46
de Treffers	C2	8	46 – 18		99-48
ABC'14	C1	8	37 – 27		
Wijckers bc	C1	8	31 – 33		
US	C2	8	0 – 64		

Poule CE

Ouderkerk	CE1	10	72 – 8	Kampioen
UVO/Spirit	CE1	10	47 – 33	
Gaasperdam	CE1	10	42 – 38	
Duinwijck	CE1	10	34 – 35	
Amsterdam	CE1	10	32 – 48	
Amsterdam	CE2	10	12 – 68	



OTK teamfoto tijdens laatste wedstrijd in de Bindelwijk (foto Jordy Beukeboom)

Competitie indeling 2015/2016

Team 1 Heren 3^{de} klasse

Maarten
Hans
Jaap
Sajjad

Team 1 Mix 3^{de} klasse

Ron Korrel
Dieter
Clive
Nicolette
Kitty
Valeska

Team 2 Mix 4^{de} klasse

Frank
Rustam
Peter
Ron van de Keur
Nathalie
Gehena
Ingrid

Spelen in juni

In juni kan er extra gespeeld worden. Er is voldoende interesse om tegen een geringe vergoeding gebruik te maken van vier extra speelvonden. Dit zijn 8, 15, 22 en 29 juni.

Lidmaatschap seizoen 2015/2016

Misschien ten overvloede, maar indien je besluit om je lidmaatschap op te zeggen, doe dit dan vóór 1 augustus aanstaande. Opzeggen ná 1 augustus betekent dat je automatisch lid bent voor het nieuwe seizoen en daarmee ook de contributie verschuldigd bent.

Training in seizoen 2015 – 2016

Er is een nieuwe trainer en een nieuw trainingsprogramma voor het volgende seizoen. Van een aantal leden kregen wij de vraag of het mogelijk is om als recreant deel te nemen aan de competitietraining. Tot nu toe was training voorbehouden aan de competitie spelers. Veel recreanten hebben zich aangemeld om mee te trainen. Leuk!

17 mei Laddertoernooi

20 personen hebben gestreden om de hoogste plek op de ladder. Na vier wedstrijden was er gelukkig een pauze met "home-made" gebak. Bij de mannen stonden na 8 wedstrijden Dieter en Ron samen op de hoogste trede, en bij de dames mocht Valeska de eerste prijs in ontvangst nemen. Het was weer een gezellige ochtend waar fanatiek doch fair werd gespeeld.

EINDTOERNOOI

MAANDAG 1 juni, tevens prijsuitreiking clubkampioenschappen.
Kijk voor de uitslagen op de volgende bladzijde.



Zorg dat je er bij bent!

Eindstanden Clubkampioenschappen 2015



COMPETITIE & RECREANTEN

	Dames enkel competitie		Dames enkel recreanten
1	Cora (1 ^e x)	1	Maaike
2	Kitty	2	Sonja
3	X	3	Karin
	Heren enkel competitie		Heren enkel recreanten
1	Clive (6 ^e x)	1	Jan-Hein
2	Jaap	2	Oscar
3	Hans	3	X
	Dames dubbel competitie		Dames dubbel recreanten
1	Kitty & Nicolette (7 ^e x)	1	Moniek & Sonja
2	Cora & Gehena	2	Wilma & Karin
3	Nathalie & Maaike	3	X
	Heren dubbel competitie		Heren dubbel recreanten
1	Hans & Tom (9 ^e x)	1	Andrew & Frans
2	Dieter & Jaap	2	Nighel & Jan K.
3	X	3	X
	Mix dubbel competitie		Mix dubbel recreanten
1	Kitty & Dieter (3 ^e x)	1	Moniek & Jan K.
2	Nicolette & Ron Ko.	2	Wilma & Jan-Hein
3		3	X
	Heren dubbel Pensionada		
1.	Gijs	2.	Wim
		3.	Rob

Enkele bijzonderheden:

Deelnemers: **40** (2014: 41) Categorieën: **11** (2014: 9)
 Teams: **46** (2014: 47) Aantal wedstrijden: **69** (2014: 65)



B.V.O. activiteiten / senioren seizoen 2015 - 2016

ACTIVITEIT	DATUM	BIJZONDERHEDEN
Start seizoen	Ma.17-08-2015	
Invitatiestoernooi (geen training!!)	Ma. 5-10-2015	Leden nemen familie, vrienden, of kennissen mee om even lekker te spelen en kennis te maken met het badmintonspel. Inschrijving niet nodig! Label niet vergeten!!!!
JAARVERGADERING	Datum volgt nog	Komt allen. Gaat over je eigen cluppie!!!
Kerststoernooi	Ma. 14-12-2015	Alle leden, Vooraf aanmelden! <u>Inschrijven vanaf 23-11</u> op lijst in de sporthal!! Label niet vergeten!!!!
Gezelligheidstoernooi. (DD-HD-GD) Lees goed de <u>kolom</u> bijzonderheden !!!!	Zo. 7-2-2016 10.00-13.00 uur	<u>Alle leden</u> . Vooraf aanmelden vanaf 11-1 !!!! <u>Leden inviteren kennissen</u> of vrienden <u>van buiten</u> die wel <u>echt kunnen badmintonnen</u> !! Label niet vergeten!!!!
Clubkampioenschappen voor competitie spelers en recreanten	Start Zo.20-3-2016 Van 9.00-12.00 uur Overige data: ma 21 maart, ma 4 , 11 & 18 april	Vooraf inschrijving via lijst in de sporthal. Vanaf 22-2 Inschrijving sluit 7 maart. Zondag verplicht Een (1) maandag als verhindering mogelijk! (bij deelname 2 onderdelen)
Eindejaarstoernooi Tevens prijsuitreiking clubkampioenen!	Ma. 30-5-2016	Alle leden aanmelden. vanaf 9 mei Label niet vergeten!!!!

Namens de T.C. ,

Kitty, Tom en Nicolette

Vakantiegerechtjes

BRUSCHETTA MET GEROOSTERDE GROENTEN



Aantal personen: 4

INGREDIËNTEN

- 100 ml olijfolie
- 1 aubergine, in plakken van ½ cm
- 1 courgette, in plakken van 1 cm
- 2 gele paprika's, in grove stukken
- 1 pain de campagne, in sneetjes
- 2 tenen knoflook, gehalveerd
- 150 g gepelde gamba's in knoflookolie (delicatessenwinkel)
- paar takjes verse munt, gehakt
- 1 bol buffelmozzarella, in plakjes
- 6 kalamataolijven zonder pit, in ringen
- 100 g chorizo, in plakjes
- 3 takjes verse oregano, fijngehakt
- Extra: barbecue of grillpan

BEREIDING

Bestrijk de groenten met olie en rooster ze aan beiden kanten op de barbecue of in de grillpan bruin. Doe het zelfde met het brood en wrijf de sneetjes daarna in met de knoflook.

Beleg een deel van het brood met aubergine, een paar gamba's en munt. Beleg nog een deel met courgette, een plakje mozzarella en ringetjes olijven. Beleg de laatste sneetjes elk met een stuk paprika, plakjes chorizo en een takje oregano. Leg de bruschetta op een grote schaal en schenk er koude witte wijn of droge sherry bij.

ZOMERSHOTEL MET GEGRILDE GROENTEN



Fotografie: Mickaël Roulier

aantal personen: 4

INGREDIËNTEN

- 200 g pasta (penne, schelpmacaroni)
- 24 groene asperges, gewassen, niet schillen
- 3 bosuitjes
- 12 dunne plakjes coppa di parma
- verse tijm of bonenkruid
- olijfolie
- balsamico-azijn
- versgemalen peper
- 2 grote bollen mozzarella, dikke plakken

BEREIDING

Kook de pasta in ruim water met zout volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking. Leg intussen de asperges en de stelen van de ui op een met olie ingesmeerd warm rooster. Zet de stelen 4 à 5 min onder de grill en de asperges 8 à 10 min. Keer halverwege. Neem de stelen en de asperges van het rooster en leg er 1 min de plakjes coppa op. Verdeel de pasta over 4 borden samen met de gegrilde asperges, in stukjes gesneden ui en de coppa. Breng op smaak met peper, tijm of bonenkruid, een scheutje olijfolie en evt. een scheutje balsamicoazijn. Serveer met mozzarella.

Geselecteerd door *Team Culinair*,

Anita & Jan-Hein

Nieuws van de Ledenadministratie

Nieuw lid bij de Senioren:



- Valeska Wolfs-Staats

Valeska, welkom terug bij de club. Fijn dat je hersteld bent van je blessure en je nu weer kunt spelen. En prachtig dat je in het nieuwe seizoen ook het competitieteam weer komt versterken.

Ledenstand per mei 2015

34 junioren
73 senioren
107 leden totaal

Lidmaatschap seizoen 2015 - 2016



Misschien ten overvloede, maar indien je besluit om je lidmaatschap op te zeggen, doe dit dan vóór 1 augustus aanstaande. Opzeggen ná 1 augustus betekent dat je automatisch lid bent voor het nieuwe seizoen en daarmee ook de contributie verschuldigd bent. Zie hiervoor ook onze website bij "Lidmaatschap".

Jarigen

Juni	Juli	Augustus
3 Kevin Bouwmeester	5 Robbert Evers	4 Leonie Schuwer
3 Dieter Pater	9 Lex Klaassen	16 Harm Last
5 Bjorn de Jong	13 Michiel van der Velde	18 Frank Rijnen
7 Anita Vlug	19 Stijn van der Erf	23 Irma van den Ancker
8 Ans van 't Hoff	21 Edwin Klinkert	23 Frank Hoefnagels
8 Carmelo Hurtado Rivero	23 Luna Högemann	24 Oskar Saan
10 Justin de Graaf	23 Noa Högemann	28 Frans Rauwe
15 Leon Hurtado Rivero	25 Nicky Lai	
19 Donna ter Welle	27 Lucas Stapper	
24 Erik Smit	29 Noah Verburg	
26 Tom van der Veen		

een hele
 fijne
Verjaardag
 gewenst

Namens de Ledenadministratie,

Ron Korrel

Bericht van onze leden

Wout schreef aan ons op 22 mei:

Vanuit een rijk versierde kamer wil ik jullie bedanken voor alle reacties en medeleven middels kaarten, bezoeken, bloemen en e-mails. Een kamer inmiddels behangen met bijna ontelbare kaarten, tekeningen van heel veel Odinkinderen en moeders, die iedere week trouw de meester volgen tijdens de turnlessen. Over een aantal weken ga ik er weer hard aan werken om de nodige tegenstanders weer alle hoeken van het veld te laten zien. Nogmaals heel heel hartelijk dank en een tot spoedig ziens. Dit alles mede namens Marret die het ook niet al te gemakkelijk heeft gehad.

P.s. Ook mochten wij een prachtige fruitmand van de vrienden van het pontje ontvangen. Het kan niet op. Allen een prettige vakantie en heelhuids weer terug. Dag.

Wout Mansvelder



Wil jij ook iets kwijt in het clubblad?

Stuur je tekst naar de redactie van dit blad: anita [at] wannadive.nl of bvo [at] bvo-ouderkerk.nl