



LA KLOMPEN

JAARGANG 5
UITGAVE 02 | HBOK voetbalclub
opgericht in 1951

Team in de schijnwerpers... Ons JO13

De grote overgang

Een terugblik...

Oktoberfest 2024

Ondertussen bij het eerste:

Keeper Lars van Oerle

Fitheid en passie:

Bert de Boer's bijdrage

Sponsor Oktoberfest

Smit Security Services

Even voorstellen:

Vince Meijer (JO11)

Speler van de maand:

Callen Meijer (JO10)



Naar de Stopera of Carré?

Prik dan gezellig bij ons een vorkje mee!



EETCAFÉ BLAUWBRUG

Hét eetcafé waar Willem-Alexander en Maxima ook een paar keer per jaar langskomen...!!

Waterlooplein 403 • AMSTERDAM • 020 638 14 62

LD KIP SATE GEROOKT GEGAA
KIP EIEREN MA... ARUID KAL
ALKOEN GER... E KIP WIL

Top Kip
VLEESHANDEL

GROOTHANDEL IN TOPKWALITEIT!

TOETSENBORDWEG 46 • 1033 MZ AMSTERDAM (NDSM TERREIN)
020 493 08 38 • INFO@TOPKIP.NL

SUPER SIMPEL BESTELLEN VIA ONZE WEBSITE
WWW.TOPKIP.NL

De juiste presentatie is de basis voor succes!

angel products publishing

VORMGEVING · DRUKWERK
FOTOGRAFIE · WEBSITES
MEDIA-ADVIES · PRESENTATIES
BELETTING · TEXTIELDRUK
VIDEO · ADVERTENTIES
DIGITALE PRODUCTIES

Rijshoutweg 1^{CS} | 1505 HL Zaandam
020 482 61 71 | kantoor@angelpp.nl

Positieve energie

De eerste fase van de competitie zit er alweer op. Er stroomt in zijn algemeenheid positieve energie door de club. Het eerste doet het goed en ook bij de jeugd zie ik mooie dingen gebeuren. We hebben een fantastisch Oktoberfest gehad en, naar ik begrijp, broedt de evenementencommissie alweer op een mooi nieuw evenement.

Als bestuur zijn we er natuurlijk niet alleen voor de dagelijkse gang van zaken, maar kijken we ook vooruit. Wat komt er de komende jaren op ons af en hoe kunnen we dat het beste ondersteunen? Ook hebben we recent een spiegelsessie gehouden waarvoor een dwarsdoorsnede van de club was uitgenodigd. We gingen met hulp van een gespreksleider met een groep van 14 in gesprek. Daar waren trainers, jeugdleden, oud-bestuursleden, (oud-)spelers en ouders bij.

Hoe wordt tegen de club aangekeken, hoe tegen het bestuur, wat kan beter, wat gaat al goed? Er kwam veel waardevolle informatie naar boven. Dit vormt input voor het vrijwilligersbeleid waar het bestuur mee bezig is en moet leiden tot nog meer betrokkenheid en ondersteuning bij HBOK.

Een veelgehoorde opmerking tijdens de sessie was: waar is het bestuur eigenlijk allemaal mee bezig? Goed punt natuurlijk. We zijn aan het nadenken hoe we onze leden hier wat vaker van op de hoogte kunnen brengen. Want er is genoeg te vertellen!



Rest me weer om iedereen veel leesplezier te wensen en erop te wijzen dat op 28 november de Algemene Ledenvergadering Vergadering 2024 gepland staat. We starten om 21.00 uur en hopen natuurlijk op een grote opkomst!

Henk Groot
Jeugdvoorzitter v.v. HBOK

Colofon

La Klompa verschijnt maandelijks tijdens het voetbalseizoen.

Opplage: 550 exemplaren.

Vormgeving en druk:

Angel Products Publishing

Advertenties:

Rikus de Lange
sponsor@hbok.nl

Aan deze editie werkten mee:

Brenda Jonker,
Evelien van der Horst,
Leonie de Jong, Henk Groot,
Pedro Dado, Vito Rožej,
Jeroen Staalenhoef,
Merlijn Rademaker en
Rikus de Lange.

Heb je vragen over La Klompa?
Bel Henk Groot 06-22492497.

Aan dit nummer kunnen geen rechten worden ontleend.

Bij de samenstelling van deze uitgave is de inhoud met de grootst mogelijke zorg tot stand gekomen. Echter, cijfers en/of informatie kunnen in bepaalde gevallen achterhaald zijn bij het ter perse gaan van La Klompa.

Check altijd onze website

Volg ons ook op socialmedia!

HBOK

korte berichten

De voorhoede

Welkom Merlijn!

Het La Klompa redactieteam is een lid rijker: Merlijn Rademaker. Merlijn, bevriend met Bert de Boer, is tegenwoordig bijna wekelijks langs de lijn te vinden om de wedstrijden van Jurre de Boer (HBOK1) te bekijken. Na het zien van ons mooie clubblad kwam ter sprake of hij niet een steentje wilde bijdragen. Merlijn aarzelde geen moment. Welkom Merlijn!



Rabo ClubSupport

Zaterdag 12 oktober mochten wij een cheque in ontvangst nemen van € 662,91 van Rabo ClubSupport. Dank aan de Rabobank en alle stemmers.

Wist je trouwens dat het Rabo lidmaatschap gratis is als je een rekening bij de Rabobank hebt?

Dus nog geen lid? Meld je aan en stem volgend jaar ook op ons!

Bestel via SponsorKliks en steun HBOK

De clubkas kan nooit genoeg gespekt worden! SponsorKliks is een eenvoudige manier om extra gratis geld voor de clubkas te ontvangen.

Plaats je bestelling in welke webshop dan ook, via SponsorKliks:

<https://www.sponsorkliks.com/products/shops.php?club=6373>

Kost jou niks en het levert ons een extra centje op.

Hartveilig

Iedere dag krijgen 47 mensen een hartstilstand, ook op en rondom voetbalvelden. Het is van levensbelang dat er binnen 6 minuten gereanimeerd wordt. Daarom hebben de Hartstichting en KNVB de handen ineen geslagen om zoveel mogelijk clubs hartveilig te maken.

Ook HBOK is een stukje 'hartveiliger'. Dennis, Fred (jeugdtrainers) en Brenda (jeugdbestuur) hebben deze reanimatiecursus gevolgd. En waarschijnlijk ook niet bij iedereen bekend, er is een AED aanwezig op de club.

De intentie is deze cursus vaker te gaan aanbieden en herhalen.



Spiegelgesprek

In het voorwoord verwees Henk al even naar het 'spiegelgesprek' onder leiding van Frank Franssen van Team Sportservice.

Uit dit spiegelgesprek zijn leuke ideeën naar voren gekomen. Zo gaf tijdens dit gesprek één van onze jeugdleden aan interesse te hebben om een trainersopleiding te volgen, hij is inmiddels ingeschreven!

En staat er binnenkort misschien wel 'team friet' op het menu in de kantine.

Hou onze kanalen in de gaten, want ongetwijfeld gaan we daar binnenkort wel wat van terug zien...





De Voetbalkantine

Het programma 'De Voetbalkantine' op ESPN luidt het voetbalweekend in op vrijdagmiddag. Wouter Bouman en Yordi Yamali ontvangen gasten met wie ze de actualiteiten rondom het voetbal bespreken.



Inmiddels siert ons HBOK shirt de studio. Uiteraard konden wij geen nee zeggen op het verzoek of zij een exemplaar van ons leuke, unieke shirt mochten ontvangen.

VOETBAL FARM

10 AMATEURCLUBS MET BIJZONDERE NAMEN

- 1 SV WISSEL
- 2 HBOK (HET BEGON OP KLAMPEN)
- 3 SV THOR (DIT HIEL GREZER RIBBENKAST)
- 4 VV JAN VAN ARCKEL
- 5 RKSV KAKERTSE BOYS
- 6 CVV VRIENDENSCHAAR
- 7 HION (HION IS NIET NAAM)
- 8 DSVV OUFWE SCHOEN
- 9 TREKVOGELS
- 10 MMO (MET MEESTE OPGERICHT)

'Waar is dat feestje? Hier is dat feestje!'

Deze HBOKers zijn de afgelopen weken en worden de komende weken een jaartje ouder. Allemaal (alvast) van harte gefeliciteerd!

November

| | |
|-------------|-------------------|
| 1 november | |
| 2 november | Duncan Boogaard |
| 2 november | Jules Wielart |
| 2 november | Pijke Meerens |
| 3 november | |
| 4 november | Tim Braspenning |
| 5 november | Dyon van Lochem |
| 5 november | Leon Schipper |
| 6 november | Rikus de Lange |
| 7 november | |
| 8 november | |
| 9 november | |
| 10 november | |
| 11 november | Flem Macharia |
| 12 november | |
| 13 november | Jan Koopman |
| 14 november | Jona van Weel |
| 15 november | |
| 16 november | Dennis Scholten |
| 17 november | Aiman Ouzza |
| 17 november | Jeremiah Tuinfort |
| 17 november | Vince Römer |
| 18 november | |
| 19 november | |
| 20 november | |
| 21 november | Olivier de Graaff |
| 22 november | |
| 23 november | HJ Spekkels |
| 24 november | |
| 25 november | Sam Veltman |
| 25 november | Toon Meerman |
| 26 november | |
| 27 november | Emil Richert |
| 27 november | Jorin Ubbels |
| 28 november | Nick van Egten |
| 29 november | |
| 30 november | |
| 28 november | Nick van Egten |
| 29 november | |
| 30 november | |

December

| | |
|-------------|---------------------------|
| 1 december | Mike Schokker |
| 2 december | Peter Petersen |
| 3 december | Sam Sajat |
| 3 december | Timon de Jong |
| 4 december | Michel Schokker |
| 4 december | Tiny van Schalkwijk-Kubbe |
| 5 december | |
| 6 december | ibbe Schnitger |
| 6 december | Kimo Krekko |
| 7 december | |
| 8 december | Ko van den Berg |
| 9 december | Danique Duarte |
| 9 december | Marit de Loos |
| 9 december | Tobias Schoo |
| 10 december | Lancine Bamba |
| 10 december | Pharell Kool |
| 10 december | Tufan Sevim |
| 11 december | |
| 12 december | |
| 13 december | Qays Laghmouchi |
| 14 december | Wesley Baarslag |
| 15 december | |
| 16 december | Kostijn van den Brink |
| 16 december | Siem Rückert |
| 17 december | |
| 18 december | Henk Groot |
| 19 december | |
| 20 december | |
| 21 december | |
| 22 december | Imre van Mourik |
| 22 december | Waylon Candiler |
| 23 december | |
| 24 december | |
| 25 december | Hans Lagrand |
| 26 december | Dani Braspenning |
| 26 december | Dennis Wielart |
| 26 december | Monis Matzke |
| 27 december | Fallou Andji |
| 28 december | |
| 29 december | Davey Claus |
| 30 december | Hicham Jalal |
| 30 december | Vincent Humme |
| 31 december | Bas Oosterloo |
| 31 december | Jan Breedijk |
| 31 december | Kobe Lageveen |

Team in de schijnwerpers... Ons JO13

De grote overgang

Het is een geweldig team met al even goede leiders. Maar alle begin is moeilijk. Zeker als de leeftijdsverschillen groot zijn en je opeens ook dat hele veld moet leren bespelen.

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Aangeleverd

Trainers Dennis Scholten en Jan-Pieter van Weel (J.P.) weten dat de soms grote wisseling in de uitslagen gewoon een kwestie is van leeftijdsverschil en of je een team treft dat al langer op een groot veld speelt. Het goede nieuws is dat de spelers er bij de wedstrijden ook al volwassen mee

om kunnen gaan. Ook als er eens met grote cijfers gewonnen wordt, houden ze respect voor de tegenstander. Van verliezen leer je hoe dat voelt en dat geeft begrip.

Hoofdcoach

JP ziet Dennis als de hoofdcoach en was vorig jaar

heel blij dat hij die taak aan hem kon overdragen. En samen zijn ze weer blij dat nu ook Mark Jozen erbij is gekomen, want met zo'n twintig spelers kan de groep nu tijdens de trainingen in tweeën gesplitst worden. Verder bepaalt Dennis de opstelling bij wedstrijden en zijn er altijd genoeg ouders



An advertisement for 'BEYOND Personal Training & Recovery'. The top part features the brand name 'BEYOND' in large white letters, with 'Personal Training & Recovery' underneath. Below this is a photograph of a woman in a black sports bra and leggings standing in a gym, with a man in a black hoodie standing next to her, possibly a trainer. A QR code is overlaid on the image with a 'SCAN ME' button and a yellow arrow pointing to it. Text below the QR code says 'Claim nu jouw gratis personal training inclusief een uitgebreide lichaamsanalyse!'. On the right side, there is a list of services: 'Personal Training', 'Energy Recovery', 'Nutrition Program', 'Burn out Prevention', and 'Oxygen Therapy'. At the bottom, it lists three private studios in Amsterdam: 'Kerkstraat 303 Centrum', 'Hogelandplein 1 Zuid', and 'Westerdoksdiijk 425 West'.

bereid om te vlaggen of te fluiten.

Het groepsgevoel is gewoon echt goed

Als voorbeeld noemen de heren Liam Walta, die lang geblesseerd was, maar toch 'gewoon' heel regelmatig bij trainingen en wedstrijden kwam kijken. Hij kan nu gelukkig weer voorzichtig meespelen.

En ook is het heel sterk van de spelersgroep dat ze geduld hebben tijdens wedstrijden. Het is een grote groep met vaak wel vier, vijf bankzitters en dan moet je

begrip hebben dat je gewisseld wordt. En geduld hebben als je niet meteen bent opgesteld. De groep heeft zo'n goede uitstraling dat er heel recent met Delano Hoving, Vince Verbong en Inssa Doumbia weer drie spelers bij zijn gekomen. Dat geeft wel aan hoe goed het zit.

Veel gelachen

Het positiespel begint te groeien en met het buitenspel gaat het echt flink vooruit. Toch is de kracht van het team ook een beetje de zwakte. Want er wordt

flink gecommuniceerd en de spelers coachen elkaar, maar dat mag wel wat positiever. Vooral tijdens de training kan het er scherp aan toe gaan, maar de humor ligt dan ook meestal om de hoek en er wordt veel gelachen. En anders is er nog de zoete wraak tijdens de wedstrijd.

Topscoorder

Zo werd nieuwkomer Ricky-Jay Nauta eerst nog wel een beetje gepiepeld tijdens de training, maar zijn geweldige revanche is dat hij nu bij de topscoorders hoort...



opleidingen | cursussen | sociaal ondernemen

KANSEN CREËREN

ONTWIKKELEN

BEGELEIDING

WERKGELUK

braspenningsocial.works

06 392 66 477 | 020 63 043 20



**VAN WILGENBURG
BESTRATING**

www.vanwilgenburgbestrating.nl

Hoe is het nu met... De broertjes Staalenhoef

Ze hebben met tien en veertien jaar een aardige loopbaan bij de club gehad en leken er nog jaren door te gaan. Maar toch zijn Boris (Barrie...) en Leon onze mooie club ontvallen. Wat doen ze nu en waarom dat vertrek?



Het vertrek is een gevolg van het studeren buiten Amsterdam, want anders zou zeker Boris nog gewoon bij HBOK gevoetbald hebben. Maar hij vertrok naar Delft om daar bij Ariston te gaan spelen. Toch duurde dit niet al te lang, want na zijn bachelor architectuur vertrok hij voor anderhalf jaar naar Nicaragua om er een surfhostel, met de prachtige naam 'Amahula', aan zee te bouwen. Sindsdien heeft surfen hem wel meer in de greep, al voetbalt hij nu bij 'Steeds Hoger'. Een club die ook altijd op de lijst staat van clubs met mooie namen... Leon is via een studie in Delft weer terug op het nest en studeert nu scheikunde aan

de VUVA. In Delft heeft hij het bolderen ontdekt en het voetbal vaarwel gezegd. Bolderen is (in zijn woorden) meer een denksport en explosiever. "Maar dat kan ook liggen aan mijn voetbalinzicht. Ik rende gewoon vooral heel hard achter die bal aan." Hij ziet zichzelf als een 'stadsionalist', mist van de club dan ook het lekker Amsterdamse en is blij dat hij weer in 020 woont.

Urban Governance

Zijn broer heeft 020 verruild voor 010, jazeke... Maar hij hoopt na zijn master Urban Governance direct de positie van Femke Halsema over te nemen. Want hoe moet je anders aan een woning komen

in Amsterdam? Ze hebben mooie herinneringen aan de club, de toernooien in België, maar ook het even stilleggen van de training om met zijn allen naar de zonsondergang te kijken.

Aansluiting

Boris volgt zijn oude (ons 2e) team op Insta en is er trots op dat die gekken nog steeds zo'n geweldige band met elkaar hebben. Eens hoopt hij weer gewoon bij de groep aan te sluiten. Leon komt nog geregeld via de oude route met de pont in Noord, maar gaat dan bolderen bij Monk. Zunderdorp zit wel echt in hun hart en ze hebben er ook nog vrienden wonen.

Een terugblik... Oktoberfest 2024!

In opdracht van onze voorzitter Rikus de Lange zijn wij aan de slag gegaan. Onze opdracht: "HBOK weer de gezelligheid en charme geven waar iedereen het een aantal jaar geleden altijd over had als ze het over deze prachtige club hadden".

De feestcommissie is keihard aan de slag gegaan. Eigenlijk zonder een duidelijk kader, dus alle vrijheid om samen eens goed te sparren hoe we onze doelstelling wilden bereiken. Wat doen we als eerste? Oktoberfest? Unaniem waren we het eens over het

iedereen die aanwezig was, de barmeiden en natuurlijk onze artiesten hebben er een regelrecht succes van gemaakt. Het was een topcombinatie van lange biertafels aangekleed met echte blauw-wit geruite tafelkleden, bierpullen, jagerbombs en zelfs een aparte tap om overheerlijke Hefe Weißbier van te tappen. Zonder het enthousiasme, alle reacties op de avond zelf en na afloop, zoals te zien op de foto's, hadden we hier natuurlijk

niet zo'n groot succes van kunnen maken. Dus bedankt iedereen! We hebben alles gezien op deze fantastische avond. Van een proostende Wolfgang Schwalbe op het podium tot aan een

levensechte zittend op bezoekers! Ook komen de sociale of om we Op in

roeiboot gecreëerd door alle aanwezigen de lange biertafels. Alle lof voor al onze binnenkort alle foto's online. Dus volg kanalen om te zien wat je gemist hebt nog even na te genieten hoe gezellig het gehad hebben. naar heel veel mooie evenementen onze mooie, nieuw ingerichte kantine!



eerste thema, dit moest de sfeer gaan brengen die we graag willen. De aankleding,



'Ondertussen bij het eerste..'

Kennismaking met Lars van Oerle een jonge, ambitieuze keeper

Dit jaar staat er een jonge, nieuwe doelman onder de lat bij HBOK. Dit blijkt vooralsnog een schot in de roos want na 5 wedstrijden heeft de promovendus de minste doelpunten tegen in de 1e klasse A.

☰ Merlijn Rademaker | 📷 Rikus de Lange

Met wie hebben we van doen?

"Ik ben Lars van Oerle, 21 jaar en woon in Aalsmeer met mijn vriendin Julia en zontje Joey van bijna 2. Ik ben geboren in Amsterdam en voel me ook Amsterdammer, ondanks dat ik daar momenteel niet woon.

Fysiotherapie

Ik zit in het 2e jaar van mijn studie fysiotherapie aan de HvA. Mijn vrije tijd breng ik het liefste door met Julia en Joey. Verder maken we regelmatig uitjes of kijken we een wedstrijd van Ajax. Dit seizoen geef ik op

"Persoonlijk wil ik belangrijk zijn voor het team door punten te pakken. Ik denk dat mijn sterke punten het meevoetballen en 1-tegen-1-situaties zijn."

donderdagavond een uur keeperstraining aan vier keepers van de JO17 en JO19 bij HBOK, wat ik heel leuk vind om te doen. Hiervoor heb ik jongere keepers getraind. Het is leuk om te zien hoeveel groei er bij sommigen in zit. Drie van de keepers hebben zelfs de stap naar een BVO gemaakt.

Keepershart

In tegenstelling tot veel andere keepers, ben ik altijd al keeper geweest. Het begon allemaal toen ik 4 jaar was bij de Koenradi's bij Roda'23, daarna heb ik drie

jaar bij AFC en twee jaar bij Amstelveen Heemraad gespeeld, om daarna weer terug te keren naar Roda'23. Bij Zeeburgia speelde ik in de landelijke divisie voordat Corona en een zware kruisbandblessure roet in het eten gooiden.

Talent van het jaar

Gelukkig braken er daarna betere tijden aan en kon ik weer terugkeren naar Roda'23. Ditmaal bij de senioren waar ik na een paar wedstrijden de vaste doelman van de zondag 1 werd. En aan het eind van het seizoen werd zelfs genomineerd voor het talent van het jaar door het Amsterdamsche Voetbal. Hoogtepunten waren hierbij de drukbezochte derby's tegen aartsrivaal Sporting Martinus met het nodige vuurwerk en zo'n 1.600 man publiek.

'Dolle donderdag'

Na 2 jaar was ik toch weer toe aan een nieuwe uitdaging en werd ik benaderd door HBOK. Na een goed gesprek met Charles en Raymond heb ik de knoop doorgehakt en de overstap naar HBOK gemaakt. Ik heb het tot nu toe prima naar

mijn zin. HBOK is wat kleinschaliger dan ik gewend ben, maar we hebben een nieuwe en toch al hele leuke hechte groep, mede dankzij de 'dolle donderdag'.

Fijn trainen

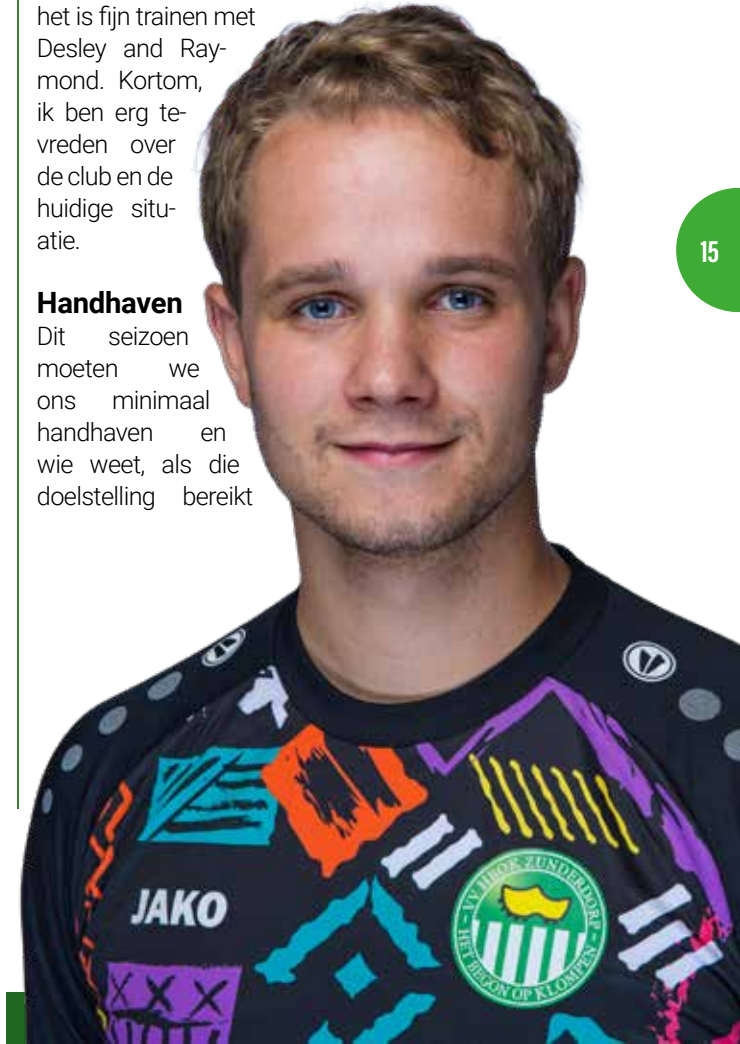
Het helpt natuurlijk dat de competitie start goed is met een stabiele verdediging die weinig weggeeft. Ook is het is fijn trainen met Desley and Raymond. Kortom, ik ben erg tevreden over de club en de huidige situatie.

Handhaven

Dit seizoen moeten we ons minimaal handhaven en wie weet, als die doelstelling bereikt

is, is er misschien nog wel meer mogelijk. Persoonlijk wil ik belangrijk zijn voor het team door punten te pakken.

Ik denk dat mijn sterke punten het meevoetballen en 1-tegen-1-situaties zijn. Ik ben ambitieus en wil me op alle vlakken zo veel mogelijk



Op de Bal...

Fitheid en passie: Bert de Boer's bijdrage aan HBOK

Bert de Boer (60) ademt voetbal. Of beter gezegd, het gezin De Boer ademt voetbal. Naast zijn passie voor voetbal is Bert zelf al decennialang een succesvolle Fysio-Manueeltherapeut in de topsport en mede-oprichter van Fysiotherapie De Nieuwe Keizers. In zijn actieve voetbalcarrière maakte hij de overstap van KMVZ naar HBOK, waar hij bij de senioren ging spelen.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

Bert vertelt: "Op een gegeven moment ben ik, samen met Martin Veldman van KMVZ, naar de senioren van HBOK gekomen. Ik was een typische tweede elftalspeler. Ik heb weleens bij het eerste op de bank gezeten, maar heb nooit vast in het eerste gespeeld. Ik was een beetje het type 'stofzuiger op het middenveld'. In die tijd speelde ik met jongens als Kees Hoeve, Jaap Ronday en Edwin Heerding. Later, bij de veteranen, zijn we nog kampioen geworden. We moesten een keer tegen Ajax en het verhaal gaat dat Dick Schoenmaker, die bij Ajax nog in de veteranen

"Het is leuk als je een goede voetballer bent, maar als je niet fit bent, dan schiet het niet op."

voetbalde, zich toch een beetje zorgen maakte en ons een vat bier bood om Ajax te laten winnen, hahaha. Dat lukte ze niet..."

Voetballers

Het voetbal zit duidelijk in de familie. Bert's zoon

Jurre en dochter Elke zijn ook echte voetballers. Jurre heeft met tussenpozen in de jeugd bij HBOK gespeeld, waar Bert hem lange tijd training gaf. Na zijn meest recente uitstap van een paar seizoenen Kadoelen is Jurre weer terug op het nest en volwaardig selectiespeler. Dochter Elke speelde op hoog niveau bij Kadoelen en ook zij kreeg training van haar vader. Met de MO17 werden ze een paar seizoenen geleden zelfs Nederlands kampioen. Bert vindt het belangrijk om zich in te zetten voor de club waaraan hij zich verbindt. Nu Jurre weer

terug is, probeert hij zich, net als in het verleden, in te zetten bij HBOK. Bert: "Als Fysio-Manueel Therapeut ben ik natuurlijk altijd bezig mensen fit te krijgen en te houden. Het is leuk als je een goede voetballer bent, maar als je niet fit bent, dan schiet het niet op.

Trackers

Daarom heb ik voorgesteld om dit seizoen bij wijze van proef de fitheid van de selectie te meten en te monitoren. De proef draait al een paar maanden en geeft heel goede inzichten. We hebben zes trackers die verschillende selectiespelers dragen bij trainingen en wedstrijden.

Inzichten

De data worden na de training ingelezen en met software van het bedrijf Johan.nl levert dat goede inzichten op waar de trainers hun voordeel mee kunnen doen". Bert geeft een voorbeeld: "Omdat de selectie tijdens trainingen geen

heel veld tot zijn beschikking heeft, zie je ook uit de metingen dat spelers niet tot een hoge sprintintensiteit kunnen komen, want de afstanden zijn te klein. Gelukkig zijn er genoeg trainingen die dat kunnen compenseren. Zoals gezegd is het een proef en na dit seizoen gaan we met een aan-

tal mensen evalueren of we ermee doorgaan."

Passie

Het is duidelijk dat Bert de Boer en zijn gezin helemaal weg zijn van voetbal. Met zijn passie voor het spel, zijn jarenlange binding met de club en zijn inzet voor de fitheid van de spelers, zijn we blij dat hij weer terug is bij HBOK!



Carla's Kattenoppas

Dé Kattenoppas voor Amsterdam-Noord

Een weekendje weg, op reis of vakantie?

Ik verzorg uw kat(ten) in hun eigen,
vertrouwde omgeving.



www.carlaskattenoppas.nl | kattenoppas.carla@gmail.com | 06 - 537 08 375



Aannemersbedrijf Vreeling b.v.

Wij bouwen, verbouwen, renoveren en onderhouden met oog voor kwaliteit en detail, tegen een uitstekende prijs-kwaliteitverhouding.

Gespecialiseerd in

Stolpboerderijen | Dijkwoningen

Vrijstaande woningen | Funderingsherstel

Betonnen kelders

Achtergouwtje 1a | 1027 AE Amsterdam | T. 020 636 89 51 | www.vreelingbv.nl

HET FORT
onroerend goed

Middenlaan 17 | 1027 AR Amsterdam | M. 06 290 388 28 | info@fortonroerendgoed.nl

Speler van de maand: Callen Meijer (J010)

☰ Vito Rožej | 📷 Aangeleverd

Op welke positie speel jij?

Overal en nergens. Alles behalve de keeper. Ik zit nog niet zo lang op voetbal, dus ik heb nog geen vaste positie.

Zit jij in een leuk team?

Ja, we zijn allemaal nieuw en hebben elkaar vroeger niet gekend. Ik ben met sommige wel al goede vrienden geworden, vooral met Amir.

En hoe is het seizoen tot dusver?

Soms winnen we, soms verliezen we... En we passen veel aan elkaar. Siep is onze trainer en coach. Hij is heel aardig.

Vindt jij HBOK leuk?

Ja, omdat het dichtbij mijn huis is. En omdat het klein is en niet zo druk als elders. Thuis spelen is leuker dan uit, dan hoef ik niet zo ver te fietsen.

Wat doe jij graag naast school en voetbal?

Gamen! Ooit veel FIFA, maar nu niet meer zo veel...

Heb jij broers en/of zussen?

Ik heb een broer van 14 en een zus van 12 en een broer van 10.

Voetballen ze ook bij HBOK?

De grotere twee spelen hockey bij Noorderlicht en Vince speelt voetbal hier in het J011-1.

En alles over broer Vince, lees je iets verderop waar we kennis maken met deze J011 speler.



Langs de lijn...

Smit Security Services sponsor van het HBOK 'Oktoberfest'

HBOK's tweede elftalspeler Jim Smit sponsorde het Oktoberfest door zijn bedrijf de beveiliging te laten verzorgen. Daarnaast sponsort Smit Security Services ook de inloopshirts van het tweede, een hondenopvangproject in Turkije 'In Safe Hands' én tafeltennisvereniging TSTZ uit Haarlem.

☰ Pedro Dado | 📷 Rikus de Lange

Jim speelde al z'n hele voetballevens als verdediger toen hij in 2021 terugkwam bij HBOK. Vier jaar daarvoor had hij al een jaar in het eerste bij HBOK gespeeld. Hij was al even gestopt met voetballen toen hij Lorenzo Schokker tegenkwam, die hem vroeg waarom hij niet weer ging voetballen? "Alleen als ik in de spits mag", antwoordde Jim meteen. Lorenzo overlegde met de toenmalige trainer Rick Mooij en zo geschiedde.

Wennen

Jim is van nature fanatiek en gebrand om te winnen

en moest best wennen aan het spelen in een vriendenteam waarin niet iedereen een dezelfde passie heeft. "Maar uiteindelijk voetbal ik hier omdat ik het bij deze de club en in dit team het leukst vind. Dat vind ik nergens anders".

Beveiligingsbedrijf

En met dezelfde passie en trots vertelt Jim over zijn eigen bedrijf, dat hij zelf 7 jaar geleden startte. Het bedrijf van Jim is inmiddels uitgegroeid tot een serieus middelgroot ISO-gecertificeerd beveiligingsbedrijf met meer dan

100 medewerkers dat opereert in heel Nederland.

Sfeerbeheer

Bij het Oktoberfest kwam er geen 'klassieke' portier van Smit Security Services, maar iemand van 'Sfeerbeheer'. "Ik zet iemand neer die het feest snapt", legt Jim uit.

"Een sfeerbeheerder laat iedereen zijn ding doen, maar zorgt wél dat het niet uit de hand loopt. Bij een club als HBOK kent iedereen elkaar en gebeuren er soms dingen die je normaal in een discotheek niet mag doen, daar moet je mee om kun-



nen gaan. En als het nodig is, dan grijpt hij meteen in, maar wel met een relaxte toon".

En dat werkte, want de sfeer was óók bij het Oktoberfest weer geweldig!

Van de Steege
Makelaarsgroep

Jouw makelaar in Waterland!
Alwin Meijer

"Ik ben een gedreven en enthousiaste van de Steege professional. Gespecialiseerd in woningen binnen de Amsterdamse ring en net er buiten. Het fantastische netwerk van Van de Steege is hierbij een grote meerwaarde. Waterland is mijn thuis."

"Elke woning is uniek, wat ook geldt voor jou als opdrachtgever. Wij streven naar een persoonlijke, onbezorgde en succesvolle begeleiding met een optimaal resultaat."

Niet zomaar een makelaar!

Johanna Melchers
fb. Sporten in Amsterdam Noord e.o. en Amstelveen

POWERWALK
ZUMBA **BOOTCAMP**
FIETSLES **BODYSHAPE**
CONDITIETRAINING

johannamelchers@gmail.com
Grootslagstraat 16A
1024 EZ Amsterdam
06 29 360 321

Even voorstellen:

Vince Meijer

☰ Vito Rožej | 📷 Evelien van der Horst

Een paar pagina's terug hebben we kennis gemaakt met de speler van de maand Callen Meijer uit de JO10, nu stellen we broer Vince (JO11) even aan je voor:

Waarom koos je voor HBOK?

Omdat dichtbij ons huis is. Wij wonen net aan de andere kant van de snelweg.

Wat is jouw mooiste (sport)herinnering?

Een mooie goal in mijn eerste wedstrijd. Het was een lobje over de keeper.

Wat is jouw grootste (sport)blunder?

Bij een wedstrijd tegen Kadoelen heb ik, vanaf 3 meter voor het doel, toch naast geschoten.

Wie is jouw held?

Messi, omdat hij zo goed met de bal is.

Jouw grootste fan/supporter?

Papa en mama.

Waar mogen we je altijd wakker voor maken?

Voor een potje voetbal natuurlijk!

Wat is jouw lievelingsclub?

Ajax.

Wat wil je later worden?

Weet ik nog niet. Misschien wil ik de bouw werken, net als papa.



in

spuitkorf HVN

HOOGWERKERS STEIGERBOUW PONTONS



085 - 488 54 51

verhuur@spuitkorf.nl www.spuitkorf.nl
Internetstraat 18 | 1033 MS Amsterdam

Fysiotherapie

GOED Helpt je Beter!

GOED

Amsterdam

Blessure? Wij helpen je zo snel
mogelijk weer op de been!

Fysiotherapie • Echografie
Manuele therapie • Shockwave

www.fysiotherapiegoed.nl


VINOLOQ
WINE CABINETS



www.vinoloq.com