



LA KLOMPA

JAARGANG 5
UITGAVE 07

HBOK voetbalclub
opgericht in 1951

Team in de schijnwerpers JO17

Klaar voor de platte kar?

Hoe is het nu met...

Zef Wingender

Ondertussen bij het eerste:

Toon van der Waal

Een betrokken vrijwilliger

Bernard Melchers

Zakenpartners, broers en vrienden

De Falize Broers

Jeugdtrainers uit eigen opleiding

The Young Boys

Even voorstellen:

Kimo Krekko

Speler van de maand:

Siem Rückert (peuters)



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 GEGAAF
KIP EIEREN MAÏS KRUID KAL
ALKOEN GEROOKT 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

Oproep!

Dit is alweer de achtste uitgave van het vijfde seizoen van La Klompa. Nog steeds krijgen we veel positieve reacties over dit bijzondere clubmagazine. Maar hoewel de huidige redactie altijd met veel plezier aan de La Klompa werkt, merken de redactieleden van het eerste uur dat het steeds lastiger wordt om met mooie en bijzondere verhalen te komen. Bovendien kost het maken van een mooie La Klompa veel tijd en moeten we dit doen met te weinig mensen die zich bovendien vaak ook al op andere manieren inzetten voor HBOK. We snakken naar nieuwe redactieleden en daarmee nieuwe energie en inspiratie.

Gelukkig hebben we recent Leonie de Jong als eindredacteur en Merlijn Rademaker kunnen toevoegen en nog recenter Boris van Leeuwen als nieuw, jonge redacteur. Deze uitgave zal hij voor het eerst een bijdrage leveren. Buiten dat Boris bij HBOK in de O23 keept, is Boris ook journalist bij Mokum Magazine. Welkom Boris! We kijken uit naar je bijdragen.

Maar we zoeken nog naar meer mensen. Willen we La Klompa ook de komende seizoenen nog in leven houden, dan kan jouw hulp daarbij helpen. Dus gooi de schroom van je af en meld je aan. Buiten redactieleden, zoeken we ook iemand die wil fotograferen. Voorafgaand aan elke uitgave wordt op een vaste tijd in de kantine een ministudio opgezet en worden mensen op de foto gezet. Alle spullen zijn aanwezig en Rikus is graag bereid een korte cursus te geven hoe je de beste foto's maakt. Vind je fotograferen leuk en hou je van HBOK en La Klompa? Meld je aan!

Het einde van het seizoen nadert en we zijn alweer druk met van alles en nog wat voor het nieuwe seizoen. La Klompa is daar uiteraard een onderdeel van. Of La Klompa nog een lang leven beschoren is, hangt ook af van de reacties op deze oproep.

Wij wensen iedereen weer veel leesplezier toe!



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,
Merlijn Rademaker, Vito Rožej,
Pedro Dado, Rikus de Lange
en Jeroen Staalenhoef.

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
www.hbok.nl

Volg ons ook op socialmedia!



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

korte berichten

De voorhoede



Welkom Boris!

Yes! Het redactieteam is weer een lid sterker en wat voor één... Een, oké weliswaar de School voor Journalistiek niet afgemaakt, professionele redacteur en keeper van onze O23: Boris van Leeuwen.

In het nieuws...

Jawel, daar stonden wij vermeld. In een artikel op De Stad Wageningen.nl werden wij weer eens geprezen om onze mooie naam.

Eén van onze oud-spelers, Chris Peters, speelt de hoofdrol in de nieuwe serie 'Basta' over het leven van voormalig topvoetballer Marco van Basten. Eén van de opnamelocaties was de Wageningse Berg.

Maar eens kijken of we in contact kunnen komen met Chris...



Vorbereidingen seizoen '25/'26

De voorbereidingen voor komend seizoen zijn alweer in volle gang. Voor een aantal jeugdteams kunnen wij nog wel wat versterking gebruiken...

Jullie zijn dé ambassadeurs van HBOK, dus nodig vrienden en familie uit voor de open dag 21 mei aanstaande én wij zijn, in samenwerking met JBa Soccer Academy, aanwezig bij de Wielerronde Purmerplein 29 mei.

Leuk als we je daar ook zien!



Gefeliciteerd Milan

Milan Schram, speler JO19 en trainer van de JO12-1, is geselecteerd om deel te nemen aan de KNVB x Ajax VC2 opleiding.

Weer een mooi voorbeeld van de samenwerking met de Ajax Coaching Academy die op zoek waren naar twaalf jonge, talentvolle trainers-coaches. Trots dat onze Milan er daar één van is.

Veel plezier Milan!



Spijt?

Met een slokkie teveel op een weddenschap afsluiten is misschien niet heel verstandig... Wederom wist Lorenzo Schokker de Schokker Bokaal niet te winnen van Mike Schokker.

Naast het mislopen van de prachtige wisseltrofee staat er ook altijd een prestatie tegenover. Lorenzo is nog een tattoo 'rijker'... Gezet door Mike Schokker himself. Oordeel zelf...

Lorenzo heeft inmiddels een andere positie binnen het team, waardoor er dit seizoen geen strijd om de bokaal heeft plaats gevonden. Jammer! Wij waren erg benieuwd hoeveel tattoo's er nog bij Lorenzo zouden verschijnen....



Op zoek naar de voetbalkantine van Nederland

In samenwerking met de Nederlandse Loterij is de KNVB op zoek naar dé voetbalkantine van Nederland. Dan kunnen ze stoppen met zoeken toch? Breng je stem uit:

<https://acties.knvb.nl/de-voetbalkantine-van-nederland>

OPEN DAG HBOK

woensdag 21 mei

Maak kennis met de leukste club van Amsterdam e.o. waar plezier en ambitie hand in hand gaan.

Inschrijven:
16.00 uur t/m JO12
17.00 uur vanaf JO13

Kom jij ook?

Voor de voetballers leuke activiteiten op het veld. Meer info op onze socials



Voor de niet-voetballers onder ons heel veel gezelligheid onder het genot van een hapje en drankje.



AJAX Partnerclub



TEAMSPOORT
PURMEREND AMSTERDAM

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

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

Juni

1 juni	Jaap Heerding
	Jelarlo van den Berg
	Pedro Dado
	Robin Noorzada
	Tim de Klerk
2 juni	Carel Bartele
3 juni	Heino Braspenning
4 juni	Ole Wielart
	Selby Gildemacher
5 juni	
6 juni	Joey van Groningen
	Vincent Philip Schutte
7 juni	Dennis Kaars
8 juni	
9 juni	Max Sajet
10 juni	
11 juni	
12 juni	Job Kesselaar
	Noah Brouwers
	Ravi Brouwers
13 juni	
14 juni	
15 juni	
16 juni	
17 juni	Abel Gildemacher
	Stern Harding
	Sytze Joosten
18 juni	Alwin Bon
19 juni	
20 juni	Silvano van Schalkwijk
21 juni	
22 juni	Ashwin Kartaram
	Tobey Bon
23 juni	Amir Salih
	Dylan Spence
24 juni	
25 juni	
26 juni	Lano de Haan
	Sverre Ubbels
27 juni	Svit Rozej
28 juni	
29 juni	Stefan Braspenning
30 juni	Jürgen van der Woude
	Nomi Luteijn

Mei

1 mei	
2 mei	Livio Jonk
3 mei	Zef Wingender
4 mei	
5 mei	
6 mei	
7 mei	Iskander Castellanos Salazar
8 mei	
9 mei	Demian Sonnenfeld
	Didier Windt
	Leon de Lange
10 mei	
11 mei	
12 mei	
13 mei	
14 mei	Herman Kooy
15 mei	Riccardo Paratore
16 mei	Roef Verhoeven
17 mei	
18 mei	
19 mei	
20 mei	
21 mei	Donny Nauta
22 mei	Yoav Arel
23 mei	Jones van Bossé
24 mei	
25 mei	Nico Tuijp
	Quinten Heerma
26 mei	Cor Schreuder
	Lewis Dusseldorp
	Mees Davids
27 mei	
28 mei	
29 mei	Feiko Meijer
	Melchior Wilkening
	Rudy Falize
	Thijs Schnitger
30 mei	
31 mei	

Team in de schijnwerpers

Wordt het eindelijk toch een keer de platte kar!?

In de vorige uitgave hebben we Jeroen Breedijk al voorgesteld. Jeroen heeft de O17-1 sinds anderhalve maand onder zijn hoede als trainer. Edwin Kraan doet samen met Jeroen de coaching. O17-1 staat dit seizoen in de tweede fase bovenaan in de 1e klasse en mag hopelijk over een paar wedstrijden het kampioenschap vieren. Edwin: "Wellicht kunnen we Dirk Ubbels zover krijgen om dit team op de platte kar door het dorp te rijden. De lobby is gestart, maar zover is het nog niet."

Henk Groot | Rikus de Lange

Het is een bijzonder seizoen voor de O17-1. De meesten van het team voetballen al hun hele jeugd bij HBOK en ook hebben ze in eerdere seizoenen vaker om het kampioenschap gestreden. Toch is het nooit gelukt om

het kampioenschap over de streep te trekken.

Met 5 punten voor op de

nummer twee en drie, en een wedstrijd minder gespeeld, ziet het er dit seizoen rooskleurig uit. Toch wordt er een voorbeeld genomen aan Farioli bij Ajax en wordt er binnen het team en technische staf nog met geen woord gesproken over een eventueel kampioenschap. Er moeten nog vier potjes gespeeld worden namelijk. Vier finales nog!

Edwin: "Het bijzondere aan dit team is dat we eigenlijk nooit helemaal compleet geweest zijn dit seizoen. In deze leeftijdscategorie zitten veel jongens in de examenperiode of toetsperiode, waardoor ze weleens

een training of wedstrijd missen. En wat ook niet meezit: er zijn heel veel blessures geweest. Sterkhouders hebben veel wedstrijden moeten missen. Na de winterstop is ook een aantal jongens ingezet bij de O19. Ondanks dit, alle afzeggingen en het vele blessureleed hebben we fantastische overwinningen gevierd. De mooiste was misschien wel de wedstrijd tegen Schagen van een aantal weken geleden. HBOK kon eigenlijk geen team op de been krijgen door alle blessures en wat ziekten en had geprobeerd de wedstrijd te verzetten. Daar ging Schagen niet mee akkoord. Die ro-

BEYOND
Personal Training & Recovery

SCAN ME

Claim nu jouw gratis personal training inclusief een uitgebreide lichaamsanalyse!

- Personal Training
- Energy Recovery
- Nutrition Program
- Burn out Prevention
- Oxygen Therapy

3 privé studio's in Amsterdam
Kerkstraat 303 Centrum - Hogelandplein 1 Zuid - Westerdoksdijk 425 West

ken bloed, want ze stonden nagenoeg gelijk in punten. Schagen had een reservebank waar iets van acht reservespelers op zaten. Wij speelden met veel invallers en twee 'half fitte' jongens op de bank. Van de invallers waren er twee bij die normaal op doel staan, waaronder Dailey uit de O17-2. De eerste helft was lastig en met een 0-1 tussenstand werd er gerust. Wat er de tweede helft gebeurde weten we nog steeds niet, maar het begon te lopen. Het werd al snel 1-1 en als of de duvel ermee speelde,

nam Dailey op een beslissend moment een hoge bal vanaf dertig meter, rechts van zijn pantoffel à la Van Basten. De bal vloog erin. Wat een wonderschone goal! De concurrent was geknakt, de drie punten waren voor HBOK en het gat op de ranglijst was geslagen."

Volgend seizoen gaat dit team zoals het er nu uitziet in zijn geheel naar de O19 waar ze hoofdklasse gaan spelen. Het zal een hele uitdaging worden om daar te handhaven. Maar onder

de bezielende leiding van Jeroen Breedijk en wellicht nog wat versterking van buitenaf, kijken we er nu al naar uit. Edwin: "Maar eerst maar eens dit seizoen kampioen worden!"

CITY JOBS

UITZENDBUREAU

De kampioen voor technisch personeel!

www.cityjobs.nl | 020 337 12 40



VAN WILGENBURG BESTRATING

www.vanwilgenburgbestrating.nl

Hoe is het nu met... Zef Wingender

☰ Pedro Dado | 📷 Rikus de Lange

Twee jaar geleden stopte Zef Wingerder bij HBOK, want hij had het te druk met school en werk. Maar het goede nieuws is: na de zomer laat hij de bal weer rollen bij zijn oude vertrouwde club.

Zef begon zijn voetbalcarrière op zijn 7e bij ASV De Dijk. Op zijn 10e stapte hij over op hockey. Hij hockeyde welgeteld één dag en kwam toen naar HBOK, in het team bij een vriendje. Hij had het direct naar zijn zin. Zijn laatste teams waren de O23 en O19 en daar heeft hij een fantastische tijd gehad. Zef vindt HBOK een topclub, omdat de club luistert naar wat spelers willen en interne doorstroom stimuleert. Als teams met enthousiasme spelen, bindt dat meer dan de hoogst haalbare resultaten, aldus Zef.

Gezelligheid

Hij kijkt ernaar uit om weer lekker te gaan sporten en naar de gezelligheid op en rond het veld. De teamgenoten die hij drie keer per week zag, heeft hij echt gemist. Hij was een gemiddelde speler, maar er waren periodes dat hij als

spits veel scoorde. Later ging hij op de flanken spelen, in de tijd met Mick Römer en Rob Wanderlee, twee van de leukste trainers die hij had. Naast voetbal vonden zij teamgevoel heel belangrijk. Dus niet te veel pingelen in je eentje, want dan zat je op de bank.

Mooie tijd

Zef heeft mooie herinneringen aan de toernooien in België met de C- en B-tjes. Dramatische uitslagen, maar HBOK was de smaakmaker op en naast het veld. En hij kreeg een hele grote beker, de penalty-bokaal van de shoot-out aan het begin van het toernooi. Een mindere herinnering was de finale verliezen bij de E-tjes tegen IJburg. Door een partijdige scheids die bij 1-1 net zo lang liet doorspelen

totdat IJburg met 2-1 voorstond. Verschrikkelijk. Na de zomer weer voetballen wordt wel een uitdaging. Zijn conditie en balcontrolle zijn niet zo goed meer. Maar hij heeft er veel zin in en hoopt weer in de O23 te komen.



‘Ondertussen bij het eerste..’

“Al snel moest ik het van mijn spelinzicht hebben”

Toon van der Waal liep als klein jochie al rond op de velden van HBOK. Sinds dit seizoen maakt hij officieel onderdeel uit van het eerste team. Een prestatie waar hijzelf, en stiekem ook zijn vader, erg trots op zijn.

☰ Boris van Leeuwen | 📷 Rikus de Lange

Je loopt al jaren rond op HBOK. Hoe ben je ooit bij de club terechtgekomen?

“Ik was volgens mij vier toen ik bij HBOK kwam. Eerst heb ik gekeken bij DWV, maar dat vonden mijn vader en ik niks. Toen ben ik, volgens mij via Jasper en Pedro Dado, een keer mee gaan trainen. En toen was het meteen raak.”

Wat voor jongetje was jij op het veld?

“Al vrij snel moest ik het van mijn spelinzicht hebben. Slimme balletjes hier en daar, zelfs op die leeftijd. Snelheid en trucjes waren toen al niet mijn ding.”

Je hebt ook een periode bij ASV De Dijk en SV Kadoelen gespeeld, maar toch vond je de weg naar Zun-

dorp terug. Wat maakt HBOK voor jou speciaal?

“Voetballend viel er een gat in de D'tjes, zoals de Onder 13 toen nog heette. Toen heb ik bij De Dijk op een hoog niveau (tweede en derde divisie) gespeeld. Maar de gezelligheid na een wedstrijd vond je daar niet. Bij Kadoelen wel een beetje, maar hier bij HBOK zijn ook meer leeftijdsgenoten die ik al lang ken. En de combinatie van serieus voetballen en gezelligheid vind ik bij HBOK perfect.”

Je hoopt uiteindelijk een vaste plek in het eerste te veroveren. Hoe kijk je naar je eigen ontwikkeling?

“Vorig jaar ben ik zes maanden geblesseerd geweest. Dit seizoen kwam ik als 23ste man bij het eerste –

vooral om mee te trainen op niveau en mijn wedstrijden bij het tweede en in de Onder 23 te spelen. Maar eigenlijk is mijn persoonlijke ontwikkeling beter gegaan dan verwacht, en heb ik bijna de helft van de minuten gespeeld in 1. Mede door blessures, maar ook omdat ik het denk ik wel verdiend en afgedwongen heb. Mijn positionering in verdedigend opzicht kan nog wel beter.”

Sinds kort heb je een vriendin. Heeft zij een positieve invloed op jouw spel?

“Door haar zit ik lekkerder in mijn vel en ben ik zelfverzekerder. Dus dat zal ongetwijfeld ook afgespiegeld worden op het veld. Hoe beter het met mijn relatie gaat, hoe beter ik voetbal. Hoe

zij het vindt om met een HBOK'er te daten? Ze is nu al een paar keer geweest en moest in het begin wel wennen. Ze dacht eerst: ‘Wat is dit voor boerse dorpskantine?’ Maar ze werd door iedereen goed opgevangen en vindt de club inmiddels erg leuk. En dat ik voor HBOK voetbal, moet ook een van de redenen zijn dat ze voor mij is gevallen.”

Even iets totaal anders wat is opgevallen. Toen je voor het eerste team scoorde, hoorden we een aantal jongens het HEMA-deuntje zingen. Waar komt dit vandaan?

“Sindsdien heb ik niet meer gescoord, dus het heeft geen geluk gebracht. Maar sinds medio 2024 werk ik op het distributiecentrum van de HEMA. Daarom heb ik de bijnaam ‘chef-rookworst’ gekregen. Met rook-

“Dat ik voor HBOK voetbal, moet een van de redenen zijn dat mijn vriendin voor mij is gevallen”

worsten doe ik verder niks, maar het is wel een passende bijnaam. En als ik een keer scoor, is het HEMA-deuntje blijkbaar mijn goaltune.”

Wat zou het voor jou betekenen om vaste basisspeler in HBOK 1 te zijn?

“Het een droom noemen is misschien overdre-

ven. Maar ik kwam als kleine dreumes binnen en zag al die gasten in het eerste spelen. Toen wist ik al dat ik dat ook wilde bereiken. Op tienjarige leeftijd keek ik op tegen spelers als Dennis Kaars, Tom de Lange en Sverre Ubbels. En met allemaal heb ik inmiddels kunnen trainen – laatstgenoemde is zelfs mijn aanvoerder. Daar ben ik wel trots

op. En mijn vader volgens mij al helemaal. Al mag hij dat wel wat vaker uiten, haha.”



Frank & Toon aan de HBOK Hamburger?

Langs de lijn...

Bernard Melchers een zeer betrokken vrijwilliger en Noorderling

Bernard Melchers werd deze maand in het zonnetje gezet vanwege zijn 25-jarig jubileum. Uit handen van de voorzitter en een bestuurslid van de Makelaarsvereniging Amsterdam (MVA) ontving hij het makelaarsstafje, de oorkonde en een mooie bos bloemen. Bernard is registermakelaar en taxateur bij Hoekstra en Van Eck Makelaars op het Purmerplein en heeft ook een behoorlijke staat van dienst opgebouwd als vrijwilliger.

☰ Merlijn Rademaker | 📷 Rikus de Lange

Wat voor vrijwilligerswerk heb je zoal gedaan?

Ik ben voorzitter van handbalvereniging Oriento en voetbalclub De Dijk geweest waardoor ik veel mensen bij andere clubs heb leren kennen. Daarnaast heb ik met Hoekstra en van Eck jarenlang het Purmerplein-toernooi georganiseerd. We organiseren met Hemelvaart nog steeds de wielervedstrijd Purmerplein en activiteiten door en voor de buurt. Ik heb ook veel vrijwilligerswerk voor scholen gedaan.

“De geest ging soms verder dan de lichamelijke mogelijkheden als ik in een poging de bal in te halen al struikelend en molenwiekend met de armen ter aarde viel.”

Heb je zelf ook gevoetbald?

Ik ben als 11-jarige begonnen bij Rood Wit-A en voetbal inmiddels - 53 jaar later - nog steeds bij de veteranen van de Dijk. We spelen aan het eind van het seizoen vaak een toernooi bij HBOK. Vroeger speelde ik ook mee met het dorpenoernooi bij HBOK en had je wedstrijden als de “kikkers” tegen de “uilen”. Dat ging er fanatiek aan toe maar was altijd heel gezellig. Overigens had ik al snel door dat er in mij geen grootse voetballer zat. Ik moest het als voorstop-



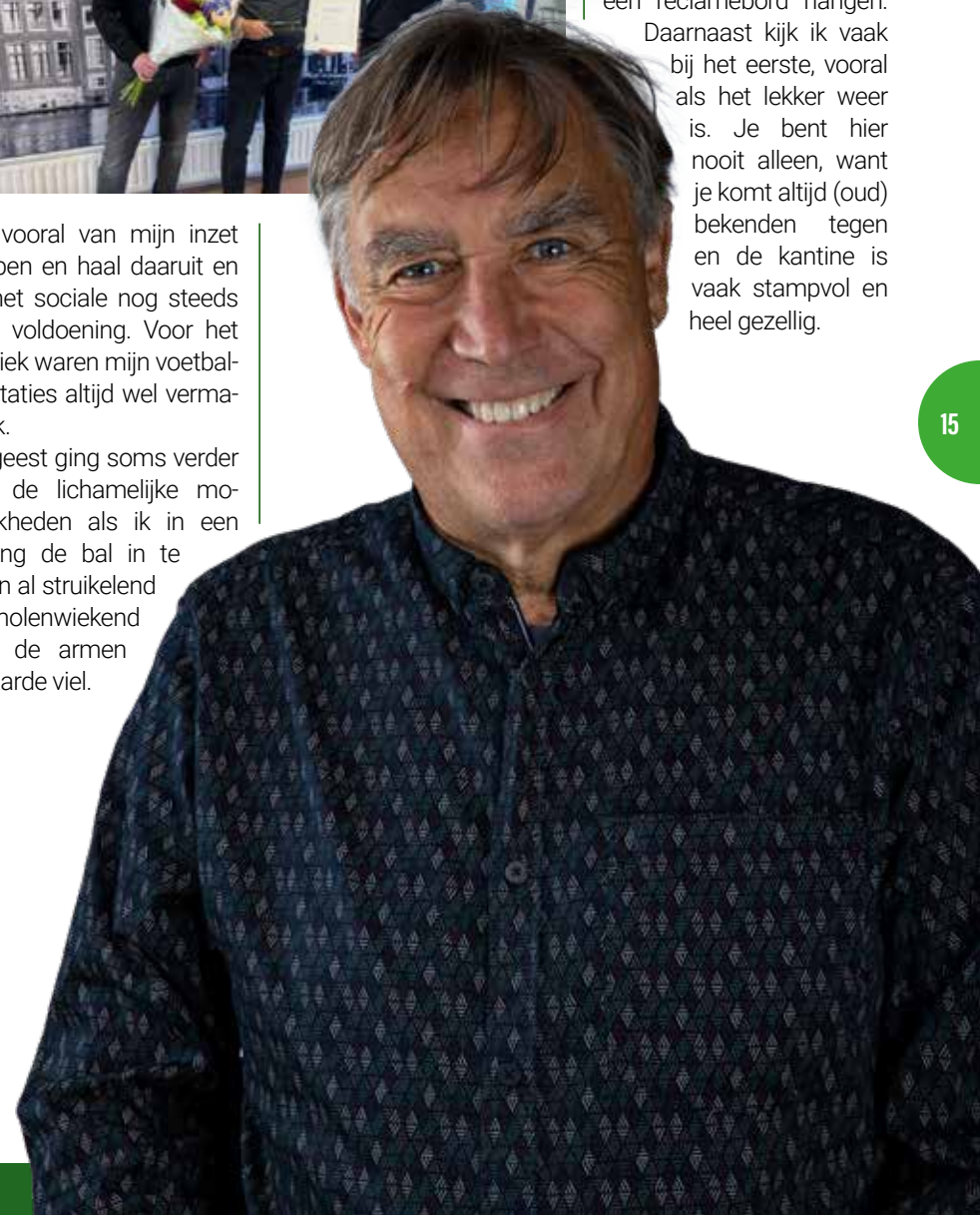
per vooral van mijn inzet hebben en haal daaruit en uit het sociale nog steeds mijn voldoening. Voor het publiek waren mijn voetbalprestaties altijd wel vermakelijk.

De geest ging soms verder dan de lichamelijke mogelijkheden als ik in een poging de bal in te halen al struikelend en molenwiekend met de armen ter aarde viel.

Wat is verder je band met HBOK?

Via de gebroeders Braspenning ben ik bij HBOK terechtgekomen. Hoekstra & Van Eck is sponsor en heeft een reclamebord hangen.

Daarnaast kijk ik vaak bij het eerste, vooral als het lekker weer is. Je bent hier nooit alleen, want je komt altijd (oud) bekenden tegen en de kantine is vaak stampvol en heel gezellig.



Op de Bal....

Zakenpartners, broers en bovenal vrienden

Dat voetbal verbreedert wisten we natuurlijk al, maar als je al broers bent, heeft de sport ook nog veel te bieden. Zo hebben de broertjes Falize een lang gedeelde voetbalgeschiedenis en flink wat plezier aan het spelletje en onze club beleeft.

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Rikus de Lange

Ze lopen al heel wat jaartjes mee en horen bij de vaste kern van onze club. Ruud (Rudy) en Ron Falize zijn dan ook al ruim 20 jaar terug bij ons eerste team terecht gekomen en hadden zelfs daarvóór al zo ongeveer bij alle clubs ("DWV, De Volewijckers en nog wel negen andere.") in de regio Noord gespeeld. Maar eenmaal in Zunderdorp aangeland was duidelijk dat dit voor altijd hun club zou blijven.

Op de vraag hoe ze dan bij het eerste terechtkwamen, is het antwoord zoals het wel vaker bij HBOK tot stand komt: "We zijn er gewoon ingerold via mensen die we al kenden, zoals Daan

"Hou de platte kar maar binnen, want De Volewijckers gaan winnen."

en Frank Braspenning. En de coach van toen woonde een paar straten verderop en wist dat we wel een balletje konden trappen."

Voetbal was leuk, maar het (na-)kaarten geweldig

De vijf, zes jaar dat ze het eerste mochten versterken hebben ze vooral veel plezier beleefd aan de vaste

routine om op donderdag na het trainen en douchen nog tot in de kleine uurtjes met zijn allen te kaarten in de kantine. Daar hebben ze voor hun leven vrienden gemaakt.

Maar ook de wedstrijden en de competitie leverden vooral plezier op. Zo moest het team een keer voor een kwartfinale bekerwedstrijd afreizen naar Alkmaar en waren de broers wat traag bij het vertrek ("Dat nakaarten, hè?") Bleek de trainer met alle ballen en extra spullen ook als laatste nog mee te moeten, maar ze hadden een autootje met precies twee stoelen... Dus met ballen, slok op en al kon Ruud bij de coach op

schoot en moest Ron het stuur recht zien te houden...

90% van onze contacten hebben we via voetbal

Ook hun samen opgerichte bedrijf in schoonmaak en dienstverlening 'Falize', dat nu 25 jaar bestaat, heeft volgens de mannen veel aan het voetbal te danken. Ze zijn al jaren sponsor van onze club en ook actief bij de schoonmaak en het onderhoud van allerlei zaken, zoals bijvoorbeeld de zonnepanelen. Ze zien dit als iets terug doen voor alles wat via het voetbal hun kant op is gerold.

Het 35+ team waar Rudy nog in speelt (Ron is zo'n twee jaar terug 'toch maar eens gestopt') staat op het moment van het interview fier bovenaan de competitie. Dus durf ik te opperen dat die kar wel

klaargezet kan worden. Maar beide heren zijn ervan overtuigd dat de concurrentie toch nog te zwaar zal

zijn. Wij hopen natuurlijk allemaal dat ze hier ondanks hun ervaring toch wat voetbalinzicht missen...



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: Siem Rückert (peuters)

De Achterhoede | 'La Klompa'

In deze editie maken we kennis met een van jongste leden Siem die een keer per week op het miniveldje van trainers Lesly en Daisy training krijgt.

☰ & 📷 Merlijn Rademaker

Wat is je lievelingseten: spaghetti met ketchup en salami.

Wat doe je het liefst op je brood: kaas, salami en Nutella.

Welke smaak ijs vind je het lekkerst: citroenijs.

Ik drink graag: sisi mango, limonade of melk.

Ga je liever naar een pretpark of een dierentuin: een pretpark! Sprookjeswonderland, Efteling en Oud Valkeveen.

Wat is je lievelingsdier: dat zijn onze huisdieren en poesjes Ella en Lizzy maar eigenlijk een flamingo en een koe.

Wat is je lievelingskleur: alle kleuren van de regenboog.

Uit welk boek word je graag voorgelezen: Paw Patrol, een voorleesboek.

Waarover droom je weleens: over enge dingen zoals spoken.

Wat is stom: moeten avondeten en in de file staan.

Naar welk tv-programma kijk je het liefst: Paw Patrol, Blaze en monsterwielen.

Heb je naast voetballen nog andere hobby's: ik hou van spelletjes, met name kwartetten en buitenspelen.

Heb je nog andere broertjes of zusjes: Noah is mijn jongere broertje en een baby komt eraan. Ik denk dat deze Levi gaat heten! (aanwezige ouders reageren verrast)

In welke klas zit je: op dit moment zit ik in 3KB van de Biënkorf in Amsterdam-Noord.

Wat vind je het leukst om te doen op school: knutselen en met mijn vriendjes spelen,

Sinds wanneer zit je op voetbal: ik ben begonnen bij HBOK toen ik 4 jaar was. Nu ben ik 5,5 jaar dus 1,5 jaar.

Speel je al wedstrijden op zaterdag: nee op dit moment oefenen we alleen op de woensdag van 17.15-18.15 uur.

Wat vind je leuk op training: overschieten en tikkertje op het einde. Verder zijn de trainers lief.

Heb je al vriendjes bij HBOK gekregen: ja Joey en Sjo, mijn vrienden uit de klas.

Wat is je favoriete voetbalclub: Ajax, daar heb ik een shirt van dat ik draag tijdens de training.



Vrije Rubriek

The Young Boys

(van HBOK, niet uit het Zwitserse Bern)

Het opleidingsplan dat twee jaar geleden was opgezet door het jeugdbestuur hield ook in het opleiden van eigen trainers. In samenwerking met KNVB werden elf nieuwe trainers opgeleid. Goedwillende ouders, maar ook Milan Schram, de eerste van de jonge trainers uit eigen opleiding. Een stuk of zes trainers zou het jeugdbestuur graag elke week als vrijwilligers bij de trainingen van de jongere teams willen zien. De eerste drie zijn Milan Schram, Sytze Joosten en Mike Groot.

☰ Vito Rožej | 📷 Rikus de Lange

Hoe zijn jullie als trainers begonnen?

Milan: Ik heb in de laatste 6 jaar, sinds mijn 13de dus, aan verschillende jongere teams training gegeven. Van "Klompacademie" tot JO14. Nu train ik JO12 op woensdagen en coach ik ze tijdens wedstrijden op zaterdag.

Sytze: Ik heb zo'n 3-4 jaar geleden, weleens geholpen met trainen. Sinds de winterstop doe ik nu weer serieus mee en train samen met Mike JO10 1 & 2 op maandag.

Mike: Twee maanden geleden heeft Milan als technisch coördinator van de

onder- en middenbouw mij gevraagd om te komen helpen op maandag en dat doe ik graag.

Hebben jullie wat opleiding gehad als trainers?

Milan: Ik heb de VC1 cursus gedaan en ga in september (in samenwerking met Ajax) ook een VC2 licentie halen. Daarvoor moest ik echt solliciteren. Die licenties gaan t/m 5 en dan heb je nog UEFA pro licentie. Ik ga niet studeren, dus ga ik misschien die uitdaging in de toekomst wel aan. En bij de club zouden we voor nieuwe trainers wel een

"HBOK trainingsboekje" willen maken, maar zo ver zijn we nog niet.

Mike: Ik ken de oefeningen eigenlijk nog van vroeger en weet wat ik leuk vond. En wat ik niet leuk vond, probeer ik nu leuker te maken. Over trainersdiploma's denk ik nu nog niet na.

Sytze: Ook ik geef training uit eigen ervaring. Meestal doe ik de basis. Techniek, balcontrole, beide benen gebruiken, dribbelen, overzicht bewaren, communicatie. Volgend schooljaar zit ik in de examenklas, dus ik denk niet dat ik dan tijd heb om een trainerscursus te doen, maar in de toekomst wellicht.

Heb je als trainer ook mensenkennis nodig?

Milan: Zeker! Trainer zijn is een ervaringsvak zeggen ze. Je moet je gevoel gebruiken en kijken wat werkt. Iedereen moet zich gezien voelen.

Mike: Anders dan vroeger zie ik nu echt verschillende karakters bij de jongens. Gelukkig zijn we met Sytze met z'n tweeën. Een kan dan training geven en zorgen voor discipline en de

ander kan individueel werken.

Sytze: Je moet bij iedereen een andere "trigger" vinden om hem een verandering in zijn spel te laten brengen.

Wat maakt het leuk om trainer te zijn?

Mike: Ik vond het ooit heel leuk om van Martijn, Sverre of Max training te krijgen en dat wil ik nu doorgeven.

De jonkies komen ook naar

onze wedstrijden kijken en dat is leuk.

Sytze: Aan iemand van de zijkant uitleggen wat ik van hem in het veld wil geeft mij ook een ander zicht op mijn eigen spel.

We zoeken nog meer jeugdtrainers

Heb jij zelf ook zin gekregen om volgend seizoen je ervaring als trainer (tegen een vrijwilligersvergoeding) te delen? Meld je dan aan bij het jeugdbestuur!



v.l.n.r.
Sytze Joosten, Mike Groot en Milan Schram

Van de Steege
Makelaarsgroep

Jouw makelaar in Waterland!
Alwin Meij

"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."

QR code

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:

Kimo Krekko

■ Brenda Jonker | 📷 Rikus de Lange

Waarom koos je voor HBOK?

Via mijn teamgenoot Timon. We kennen elkaar al zo lang als ik me kan herinneren en hebben vroeger vaak samen gevoetbald. Een paar seizoenen geleden in de J017 vroeg hij me om een keer mee te trainen. Ik heb toen twee keer meegedaan en voelde me meteen thuis. Het was daardoor een vrij makkelijke keuze om bij HBOK te gaan spelen.

Wat is je mooiste (sport)herinnering?

Mijn mooiste sportherinnering is mijn allereerste voetbalwedstrijd. Toen speelde ik nog bij DVC Buiksloot en we speelden tegen Purmerend. Die wedstrijd wonnen we met 9-7, wat natuurlijk een fantastisch begin was van mijn voetbalcarrière.

Wat is jouw levensmotto?

"Blijf altijd in beweging, zowel fysiek als mentaal, een sportief motto dat mij motiveert om door te gaan, hoe zwaar het ook wordt."

Wie is jouw grootste fan/supporter?

Dat is sowieso mijn moeder of Ibbe, één van de twee. Ze steunen me allebei altijd en zijn er vaak bij als ik speel.

Waar mogen we je altijd voor wakker maken?

Voor een bordje nasi of voor nieuwe kicksen! Ik word echt blij van nieuwe voetbalschoenen. In de afgelopen twee seizoenen heb ik er al vijf versleten.

HBOK in één woord: "Klomp"

Jij in één woord: "Lui"

"Ik hoor vaak dat ik niet superveel doe tijdens de wedstrijd en dat ik best wat meer mag rennen."

Wat zou jij willen weten van een andere HBOK'er?

Ik ben benieuwd wat alle andere HBOK'ers in hun vrije tijd doen, want dat kan enorm verschillen. Ik hoor graag hoe zij hun weekenden en avonden besteden naast het voetbal.

Van wie heb je veel geleerd?

Van onze vorige trainer, Herman. Hij liet me inzien dat je soms heel anders moet kijken naar zowel jezelf als de tegenstander, als je écht wilt winnen.

Wat wil je later worden / wat is je toekomstdroom?

Ik wilde vroeger profvoetballer worden, maar dat zit er helaas niet meer in. Nu zou ik het liefst iets voor mezelf beginnen, misschien een eigen viskraam, en dan elk weekend op de markt staan om mijn waar te verkopen.

Ben of ken jij die HBOK'er die, naast voetbal, een leuk verhaal heeft over de vrije weekenden / avonden? Neem dan contact op met de redactie.



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