



# LA KLOMPA

JAARGANG 2  
UITGAVE 07 | HBOK voetbalclub  
opgericht in 1951

Trainers JO15:

**“We kijken nu al uit  
naar het toernooi in  
België”**

Daisy Garcia Disla:

**“Ik ben een beetje  
verslaafd aan voetbal”**

Aanvoerder Donny Rijnink, van het eerste:

**“Een kampioensfeest bij HBOK  
wil ik graag mee maken”**

Renze de Leeuw:

**“HBOK zit gewoon  
in mijn bloed”**

Speler van de maand: **Mano Bloem**





# sputtkorf HVN

HOOGWERKERS STEIGERBOUW PONTONS



085 - 488 54 51

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

## Grensoverschrijdend gedrag

Ik was al aardig op weg om een goed onderbouwd verhaal te schrijven over alle misstanden in de wereld, BN'ers, staatshoofden, Coronamaatregelen... Toen bedacht ik me opeens, dat iedereen daar wel een mening over heeft en wat zou die van mij daaraan toevoegen.

CTRL ALT DELETE dus.

Laten we het maar hebben over grensoverschrijdend gedrag op het veld en in de kantine. Overal is emotie en soms loopt het wel eens uit de hand, maar in de regel mogen we zeker niet klagen. In mijn lange carrière als voetbalvader en zoals het zich nu al laat aanzien doorlopend voetbalopa, heb ik toch ook best wel vervelende zaken mee moeten maken. Maar wat mij altijd heeft verbaasd, is de strijd en soms irritatie bij de spelers van je eigen team en de tegenstander, kleine oorlogen op het veld en grote woorden achteraf in de kleedkamer, "Die etter komt aan de beurt, wat een hufter!". Een seizoen later speelt die 'etter' in ons team en zijn we de grootste vrienden van elkaar. Geweldig vond ik dat altijd. Conclusie: eigenlijk willen we allemaal graag samen spelen en plezier maken, maar hebben een tegenstander nodig om daarvan te kunnen genieten.

Goed, voldoende overpeinzingen, als u dit leest is de algemene ledenvergadering al weer geweest en zijn er belangrijke zaken besproken, maar hebben we ook afscheid moeten nemen van mijn en onze vice voorzitter Stefan Braspenning, hij heeft het stokje overgedragen aan zijn neef Daan Braspenning. Ik heb de eer gehad om Stefan voor al zijn werkzaamheden voor de club te eren met een zilveren klompje en hem als lid van verdienste te benoemen. Stefan kan vaak ongenueanceerd zijn mening geven, wat voor sommigen wel even wennen was, maar ondanks zijn directe uitingen waren zijn meningen niet om te schaden maar in het belang van de club en het gezegde 'zachte heelmeesters, maken stinkende wonderen' gaat voor Stefan zeker niet op! Wij danken hem voor alles wat hij heeft gedaan voor de club en zal als lid van verdienste altijd aan de club verbonden blijven.

Voor nu... Veel leesplezier!

Rikus de Lange

Voorzitter v.v. HBOK

## Colofon

La Klompa verschijnt maandelijks tijdens het voetbalseizoen.  
Opname: 550 exemplaren.

**Concept & realisatie:**  
thepublisherswife

**Vormgeving en druk:**  
Angel Products Publishing

**Aan deze editie werkten mee:**  
Kees Beudeker, Henk Groot,  
Pedro Dado, Brenda Jonker,  
Jeroen Staalenhoef,  
Marianne Kronenberg,  
Winnie Plantinga en  
Rikus de Lange

Heb je vragen over La Klompa?  
Bel 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](http://www.hbok.nl)

Volg ons ook op socialmedia!



## 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](http://www.fysiotherapiegoed.nl)

VINOLOQ  
WINE CABINETS



[www.vinoloq.com](http://www.vinoloq.com)

korte berichten

# De voorhoede

## HBOK of H.B.O.K.?

Onze clubnaam kun je op twee manieren uitspreken: H.B.O.K. als 'Ha-bé-oh-ka' of HBOK als 'Habok', maar wat is nu de juiste manier? La Klompa vroeg het aan oer-HBOK-er Kees Hoeve.

"Vanaf de eerste dagen na de oprichting, spreken clubmensen en Zunderdorpers het uit als 'HBOK'. Tegenstanders, of mensen die de club niet zo goed kennen, zeggen 'H.B.O.K.'. Maar wat maakt het uit. Ieder z'n eigen keus."

En zo simpel is het: De meeste mensen van de club hebben het onderling over HBOK en willen ze wat gewichtiger doen, dan zeggen ze H.B.O.K.

### Helpende handjes gezocht

Woensdag 25 mei aanstaande organiseren wij weer een HBOK Open Dag. Hiervoor kunnen wij nog wel wat hulp gebruiken. Wil jij helpen in de voorbereidingen en/of op de dag zelf, laat het ons weten via [redactie@laklompa.nl](mailto:redactie@laklompa.nl).



# Waar meesterwerk!

Noodgedwongen zat Jeroen Barendse enige tijd geleden helaas thuis. Om hem een hart onder de riem te steken is er namens de jeugd een cadeau aangeboden. Diverse items om te relaxen, waaronder schilderspullen. Naast voetbal houdt Jeroen ook van tekenen / schilderen. Onderstaand het resultaat en wat voor één!





## Getal: 15

Dat is het aantal jeugdtrainers bij HBOK. Vrijwilligers die week in, week uit, in weer en wind op het veld staan. Dames (jawel!) en heren, bedankt!

## VAR amateurvoetbal

*Help ons eerlijkere wedstrijden te creëren!*

Samen met klasgenoten Siem en Matea, is onze Daniel (scheidsrechter) bezig met een onderzoek voor school. Een project dat scheidsrechters moet helpen eerlijkere wedstrijden te kunnen fluiten. Eigenlijk een soort VAR in het amateurvoetbal.

Voor dit onderzoek kunnen ze jouw hulp goed gebruiken! Scan de QR code en vul de vragenlijst in.



SCAN ME



## Top tip

*“Be a little more patient with each other.”*

Niet verder vertellen, maar normaal gesproken komt de tip van Jeroen Barendse, dit keer hebben we 'm op soevereine wijze gejat van het Instagramaccount van de nu al legendarische Rachid Lamalam.



# ‘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!

April		Mei	
1 april	<b>Joey Potveer</b>	1 mei	
2 april	<b>Jesse Brouwer Popkens</b>	2 mei	<b>Livio Jonk</b>
3 april	<b>Mark Bakker</b>	3 mei	<b>Zef Wingender</b>
4 april	<b>Charlie Kuulkers</b>	4 mei	
5 april	<b>Daniël Kamerbeek</b>	5 mei	
6 april	<b>Daniel Koopman</b>	6 mei	
7 april	<b>Hit Heijtlager</b>	7 mei	
	<b>Vince van der Loo</b>	8 mei	
8 april	<b>Karel van der Lem</b>	9 mei	<b>Demian Sonnenfeld</b>
9 april	<b>Jaap Ronday</b>		<b>Didier Windt</b>
10 april		10 mei	
11 april		11 mei	
12 april	<b>Monique van der Moolen-Schulz</b>	12 mei	
13 april		13 mei	
14 april	<b>Donny Rijnink</b>	14 mei	<b>Herman Kooy</b>
15 april	<b>Káto Schütte</b>	15 mei	<b>Riccardo Paratore</b>
16 april		16 mei	<b>Roef Verhoeven</b>
17 april		17 mei	
18 april	<b>Aagje Sondervan</b>	18 mei	
19 april	<b>Dieylani Andji</b>	19 mei	
	<b>Edwin Kraan</b>	20 mei	
	<b>Kaya Stoelinga</b>	21 mei	<b>Saro Lankhorst</b>
20 april	<b>Rense de Leeuw</b>		<b>Wesley Bon</b>
21 april	<b>Warre de Jong Luneau</b>	22 mei	<b>Yoav Arel</b>
22 april		23 mei	<b>Jones van Bossé</b>
23 april	<b>Mees Jozen</b>	24 mei	
	<b>Mees Meerman</b>	25 mei	<b>Quinten Heerma</b>
	<b>Milan Schram</b>	26 mei	<b>Cor Schreuder</b>
24 april	<b>Cas Duijinker</b>		<b>Lewis Dusseldorp</b>
	<b>Isa Brand</b>		<b>Mees Davids</b>
25 april		27 mei	<b>Rick Mooij</b>
26 april	<b>Emin Durmus</b>	28 mei	
	<b>Mick Romer</b>	29 mei	<b>Feiko Meijer</b>
	<b>Yassell van den Haak</b>		<b>Rudy Falize</b>
27 april	<b>Ilay Kalkhoven</b>		<b>Thijs Schnitger</b>
28 april		30 mei	
29 april	<b>Jan Roele</b>	31 mei	
30 april	<b>Frank van der Geest</b>		

Team in de schijnwerpers

# “We kijken nu al uit naar het toernooi in België”

JO15-1 maakt een grillig seizoen door, zacht uitgedrukt. Al snel bleek de eerste klasse een maatje te groot. Toen kwam de tweede klasse. Dat was twee vingers in de neus. Nu zijn ze weer terug in de eerste klasse. Wat is er aan de hand trainers Martijn Dado (24) en Edwin Kraan (49)?

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

**Edwin:** “De Corona periode is een lastige geweest. Er werd actief getraind en de opkomst is steeds goed geweest maar de echte weerstand van wedstrijden werd gemist. De eerste klasse leek haalbaar voor deze groep maar het verschil tussen de eerste en tweede klasse is best groot.”

**Martijn:** “In de tweede klasse wonnen we nog wel eens een wedstrijd

op 80 procent maar in de eerste klasse moet je echt 100 procent aan de bak. Anders ben je de Sjaak.

Nu we weer terug zijn in de eerste klasse merk je dat de spelerds v an die eerste periode geleerd hebben. We draaien nu goed mee.”

**Edwin:** “Het is aanpoten maar we hebben een erg goede groep waar poten-

tie en rek inzit. Het is ook een gezellige groep, soms een beetje te gezellig



(lacht).”

## Hebben jullie een rolverdeling?

**Martijn:** “Nee, niet echt. Edwin en ik zijn een tandem. We vullen elkaar

## “In de eerste klasse moet je echt 100 procent zijn anders ben je de Sjaak”

goed aan, denk ik.”

**Edwin:** “Helemaal mee eens. Ik kan dit seizoen niet veel meer op de training zijn. Martijn traint de jongens. Op zaterdag ben ik erbij en doen we samen de coaching.”

## Veel blessures?

**Martijn:** “Veel van deze jongens train ik natuurlijk al heel lang. Ze zitten in een leeftijd dat ze erg gevoelig zijn voor blessures. Daar moeten we goed op letten.”

**Edwin:** “Conditioneel moet er nog wel wat

verbeterd worden, vind ik. Dat kan ook schelen in de preventie van blessures. En als we conditioneel nog een stapje kunnen zetten dan gaan we nog meer winnen.”

## Ik hoor dat jullie een internationaal toernooi gaan spelen?

**Martijn:** “Ja, we gaan tijdens het Hemelvaartweekend samen met de JO13-1 naar Oostende in België. Erg veel zin in.”

**Edwin:** “Dat wordt hopelijk een fantastische ervaring voor de jongens. Wanneer speel je nou tegen internationale teams? Ik ben erg benieuwd naar het niveau. Maar ik kijk nu al uit naar het feit dat we met z'n allen een paar dagen in het buitenland op pad gaan en veel plezier gaan maken.”

**Martijn:** “Met deze groep komt dat zeker goed!”



'Ondertussen bij het eerste..'

# "Een kampioensfeest bij HBOK wil ik graag meemaken"

Toen Donny Rijnink (31) twee jaar geleden bij het eerste van HBOK kwam, had hij al een voetballeven achter de rug. Bij onder meer ADO '20, Ajax zaterdag, Katwijk, Telstar en Almere City. Toch wilde hij nog naar een club op niveau. Jaap Runday, baas van eetcafé De Blauwbrug, wist hem naar Zunderdorp over te halen.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

"In mijn vorige baan leverden wij goederen af aan een bedrijf dat naast dat van Jaap Runday was gehuisvest. Zo kwamen we een keer aan de praat. Jaap was lyrisch. Ik zou 'de logica van een leuke bal hebben' als ik niet naar HBOK zou komen. Waar ik enthousiast van werd, is wat Jaap vertelde over de twee gezichten van de club: knallen op het veld en de gezelligheid van een familievereni-

ging. Precies wat ik zocht. Want HBOK heeft nog de ambitie om kampioen te worden en stappen te zetten en ik wil doorgaan tot mijn lichaam het toelaat. Ook volgend jaar ben ik er bij."

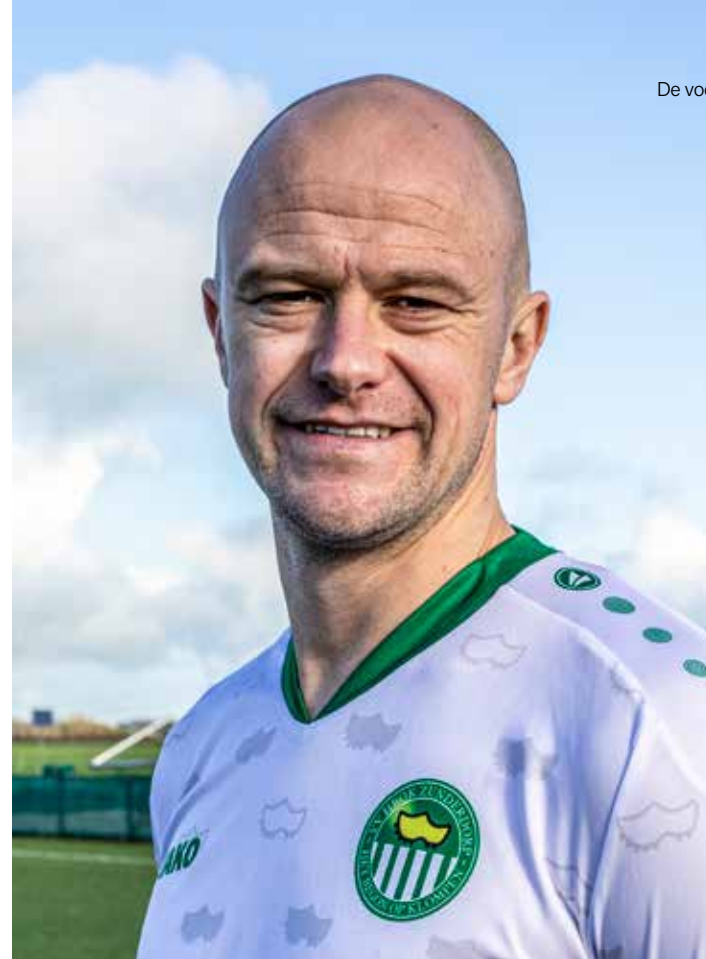
## Wat doe je naast het voetbal?

"Ik werk als gegevensbeheerder bij de gemeente. Drukke baan inderdaad. Wij hebben inmiddels een kleintje van twee jaar

en we verwachten nog een tweede. Ik woon in Purmerend en werk bij de gemeente dus voetballen bij HBOK kan qua reizen en privé prima samen."

## Hoe was het trainingskamp in Valencia?

"Geweldig! Het programma was zo in elkaar gezet dat we naast hard trainen en een wedstrijd spelen, ook veel vrije tijd hadden en er met de groep lekker



## "Sverre Ubbels die het hele trainingskamp in een djellaba door Valencia liep, hahahaha"

op uit konden. Lachen. We hebben gewoon een erg goede maar vooral gezellige groep. Groot compliment voor Rachid

die het perfect georganiseerd had."

## Nog anekdotes die je eigenlijk niet mag vertellen, maar toch even kwijt wilt?

Nee, dat ga ik natuurlijk niet doen hahaha. Maar ik kan nog steeds in de lach schieten als ik het beeld voor me haal van Sverre Ubbels, die het hele trainingskamp in een

djellaba door Valencia liep. Die had hij gekocht in Marokko, waar het vorige trainingskamp was georganiseerd. Wat ook mooi was, is dat er een oefenwedstrijd werd georganiseerd met een club uit de hoofdklasse. Toen duidelijk werd dat ze tegen een tweedeklasser moesten spelen, wilden ze zich eigenlijk terugtrekken, omdat ze dachten eventjes met 10-0 te winnen. Ha! Het werd 4-4! Maar we hadden het eigenlijk verdiend te winnen!"

## Klinkt alsof je het wel hebt gevonden bij HBOK

"Jazeker. Ik heb het naar mijn zin. We gaan nog steeds voor het kampioenschap. Nu de laatste maanden vol aan de bak. We mogen niet verslapen. Een kampioensfeest bij HBOK wil ik graag meemaken."

Op de bal - Trainster Daisy Garcia Disla

# "Ik ben een beetje verslaafd aan voetbal"

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

Hoe mooi is het dat we bij HBOK vrouwelijke trainers hebben. Daisy Garcia Disla (37) traint sinds twee jaar de peuters en de JO10. "Ik vind het echt heel leuk om die trainingen te geven. Jeroen Barendse en Dennis Wielart begeleiden mij erbij. Ik heb ook echt een passie voor voetbal. Ik ben er een beetje aan verslaafd. Vroeger was ik al groot fan van het Nederlands elftal in de tijd van Van der Sar en de De Boertjes"

## Je zoons Daryl en Brendon voetballen al bij HBOK. Hoe zit het met de tweeling Darmely en Dairnny?

"Die zijn 5 jaar en doen mee aan het peutervoetbal. Het peutervoetbal is vorige jaar opgezet. We kregen best veel vragen of er bij HBOK ook al wat was voor peuters vanaf 3 jaar. Samen met Patrick en Lesley, de vader en moeder van Sem zijn we begonnen met balspelletjes en baloefeningen met muziek erbij. Al snel had-

den we een flinke groep peuters die meededen en nog steeds meedoen. Het is echt ontzettend leuk. De kinderen hebben zoveel plezier. Wat ik ook leuk vind is dat er steeds meer meisjes bij HBOK komen."

## Je hebt het maar druk met voetbal. Wat voor werk doe je eigenlijk?

"Ik werk bij de Albert Heijn in de Kinkerstraat. Ik kom uit de Kinkerbuurt dus ik heb bewust gekozen voor die Albert Heijn

en niet in Noord."

## En waarom HBOK?

"Toen we bij HBOK kwamen voelden wij ons gelijk thuis. De vriendelijkheid waarmee we ontvangen werden, de rust van de omgeving. Ik heb best veel clubs gezien en meegemaakt maar meteen voelden we ons hier op ons gemak."

## Wil je verder in het trainersvak?

"Ik wil me in ieder geval nog verder ontwikkelen.

Ik houd ervan om te leren dus ook als trainer wil ik graag bijleren. Misschien dat ik een keer een trainerscursus kan volgen."

## En hoe zit het met de ambities om een 35plus vrouwenteam op te richten?

"Die ambitie hebben we nog steeds. Toen we begonnen om een team op de been te krijgen zaten we alleen midden in de Corona tijd. Dat was geen goede tijd om een nieuw team te beginnen. Binnenkort willen we weer actief aan de slag om een team bij elkaar te krijgen."

## Is voetbal je enige passie?

"Nou, ik ben ook gek op dansen. Zuid-Amerikaanse dans, zoals de Merengue. In mijn jeugd heb ik jarenlang op niveau gedanst. Met mijn dansgroep zou ik op wereldtournee gaan. Ik was 17 jaar toen. Mijn moeder wilde absoluut niet dat ik meeding. Ik was zo teleurgesteld dat ik het dansen daarna veel minder ben gaan doen. Maar ik houd er nog steeds erg van."



# “HBOK zit gewoon in mijn bloed”

Hectische tijden in huize De Leeuw. Of de afspraak een paar uur later kan, want er is nog een schaap aan het lammeren. Tegen de avond blijkt Rense zeven lammetjes op de wereld te hebben geholpen. Alsof er niets gebeurd is ontvangt Rense de Leeuw (53) de interviewer van La Klompa: “Elke dag is hectisch bij mij. Ik houd daar wel van”.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

Niet alleen zijn schapen maken dat hij een druk bestaan heeft. Als je hoort wat hij allemaal doet, dan vraag je je af hoe hij het elke dag gedaan krijgt. Buiten zijn eigen aanne-merij, houdt hij schapen en vleeskoeien en werkt hij bij de Amsterdamse brandweer. “Ik doe het werk bij de brandweer al 30 jaar. Mooi om te doen hoewel ik op dit moment even uit de roulatie ben vanwege hielspoor”.

## Hoe is je band met HBOK ontstaan?

“Ik ben geboren in Holy-sloot en woon al heel lang

in Zunderdorp. Vanaf de lagere school deden we al mee aan het luilaktoer-nooi bij HBOK.

**“Als je hoort wat hij allemaal doet, dan vraag je af hoe hij het elke dag gedaan krijgt”**

De opa van mijn vrouw, Jan Hoeve, was in die tijd altijd druk met het organiseren van toernooien zoals het dorpenoernooi. Ikzelf heb ook bij HBOK gevoetbald. Ik zat in een

vriendenelftal, toentertijd het derde. Ik ben best lang keeper geweest. Ik heb zelfs nog een keer reserve gezeten bij het eerste hahaha. Later ging ik bij de veteranen voetballen. Allemaal vrienden. Die vriendschap en gezelligheid bij HBOK maakt dat HBOK in mijn bloed is gaan zitten.”

## Heb je alleen gevoetbald of deed je ook nog andere sporten?

“Ik heb op een vrij hoog niveau geschaatst. Ik zat in de baanselectie van Amsterdam. Ik had wel

aanleg maar was net niet goed genoeg om door te stoten naar landelijke selecties. Nu racefiets ik met vrienden uit het dorp en HBOK. Best fanatiek maar ook hier is de gezelligheid het belangrijkste.”

## Vaste waarde

Rense doet al jarenlang enorm veel voor HBOK. Met name als er wat moet gebeuren met betrekking tot de accommodatie is Rense altijd een vaste waarde. “Ja, dat klopt. Samen met een vaste groep zorgen we dat de velden goed

onderhouden worden. En als er wat moet gebeuren met betrekking tot de accommodatie dan ben ik ook altijd wel van de partij om mijn steentje bij te dragen. Je kan zeggen dat er een harde kern van mensen is, die er altijd voor HBOK zullen zijn als er wat moet gebeuren. Zij voelen zich verantwoordelijk en houden van de club. Daar ben ik er ook eentje van.”

Na het interview lopen we nog even de kantine in voor een biertje. Uit de hartelijke ontvangst daar blijkt wel wat voor een graag geziene HBOK-er Rense is. Het wordt geen latertje want de volgende dag wordt het weer een hectische dag.



# Kanjer op klompen



Bij de peuters spelen veel meisjes, de droom van Lesley en Daisy

Gebrek aan dadendrang of doorzettingsvermogen is niet echt iets voor Lesley. Toen haar Sem (JO10), al een aardig balletje trapte, dacht ze dat het ook leuk zou zijn voor haar jongste, Vince (nu 5 jaar). Maar waar? Voor die heel jonge spelertjes was nog geen plek op de club...

☰ Jeroen Staalenhoef 📷 Rikus de Lange

## Leidende kracht.

Nu is Lesley Markus-Lam de leidende kracht achter het peuter-voetbal bij HBOK. Elke maandag van kwart over vijf tot kwart over zes. Verstand van voetbal zegt ze niet te hebben, maar dat kwam al snel goed doordat buurvrouw en vriendin Daisy Garcia-Disla (moeder van Darryl (JO15) en Brendon (JO10) met al evenveel enthousiasme het coachen op zich wilde nemen.

## De jeugd is de toekomst.

Het had eerst nog wat overredingskracht nodig om ons jeugdbestuur zover te krijgen,

maar toen Lesley aanbod het zelf allemaal te regelen, waren alle bezwaren snel weggepoetst. Sterk argument van haar was ook dat je met de jeugd de toekomst binnenhaalt. De peuters spelen maximaal een uur, maar als ze eerder moe zijn of er vliegt een mooie helikopter over is daar ook altijd ruimte voor. De trainingen zijn de eerste drie keer gratis, daarna betaal je 50 euro om ingeschreven te worden bij de club.

## Vrouwenteams.

Bij de peuters spelen ook veel meisjes mee en het is wel een beetje een droom van Lesley en

Daisy (met dochters Darmely en Dairmy) dat HBOK door de aanwas van jong vrouwelijk voetbaltalent straks ook weer volwaardige vrouwenteams op de been weet te krijgen.

## En de administratie...

Naast deze 'corebusiness' heeft Lesley ook een deel van de ledenadministratie op zich genomen, beantwoordt mails aan de club, geeft wijzigingen en trainingstijden door aan de teams en regelt de inschrijving van nieuwe leden. Dat laatste lag natuurlijk voor de hand als je zo goed aan de wieg van onze club tikkert.

## Speler van de maand: Mano Bloem (JO13)

Ben je spits bij JO13, dan ligt er best wat op je schouder, vooral als je team ook nog eens heel goed meedraait in de eerste klasse. Maar voor Mano is het toch vooral fijn voetballen in een gezellig vriendenteam dat het ook naast het veld heel leuk heeft. Deze fanatieke volger van de Champions League eet, drinkt en slaapt voetbal.

☰ Jeroen Staalenhoef 📷 Rikus de Lange

## Jullie staan nu op een mooie middenpositie in de competitie, denk je dat er nog meer in zit?

Ik denk dat de vijfde plaats heel mooi zou zijn. Als we van OSV winnen zijn er nog een paar zware wedstrijden te spelen, maar het is zeker mogelijk.

## De statistieken laat zien dat jullie vooral thuis winnen, hoe komt dat?

Ik denk dat het publiek ons echt aan de overwinning helpt en spelen op eigen veld gaat altijd beter omdat je het gras en de maten van alles al heel goed kent. Het voelt ook gewoon bekend allemaal.

## Kan er nog iets verbeterd worden en ben je blij met je trainers?

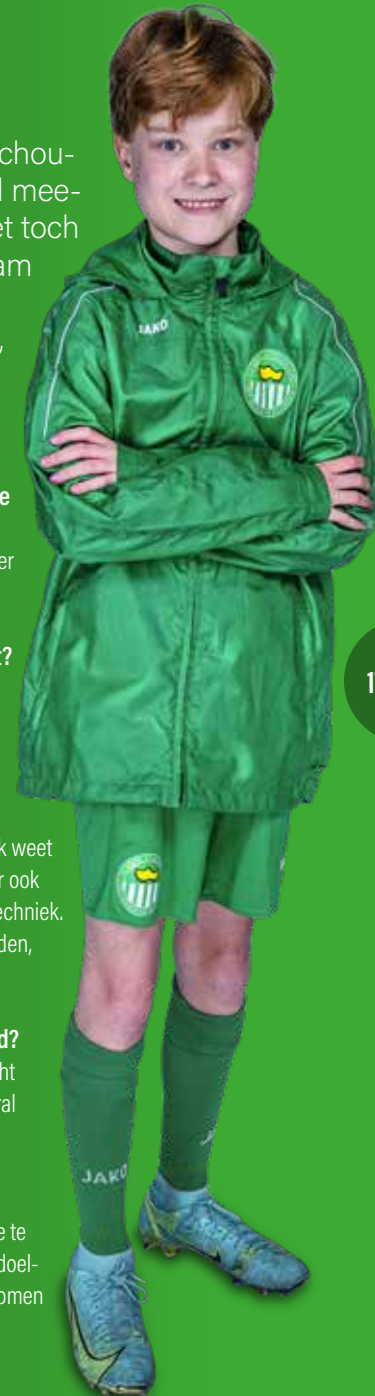
Onze trainers Sverre (Ubbels red.) en Milan (Schram red.) zijn erg goed en ik weet niet zo snel iets wat verbeterd kan worden. Misschien zou het fijn zijn als er ook Panna veldjes bij HBOK komen om te oefenen in snellere bewegingen en techniek. Onze kracht is dat we elkaar goed kennen, goed overspelen en positie houden, maar techniek kan altijd beter.

## Jij staat spits en dus zit het met jouw techniektraining vast wel goed?

Ik heb ook lang bij Born to Play techniek training gehad en dat heeft me echt geholpen. Maar ik zou wel wat meer doelpunten willen maken, ben nu vooral goed in de assists.

## Wat vind je van onze kantine?

Ik vind dat die er heel gezellig uit ziet en de patat is echt lekker. Niet van die gele frietjes maar lekker goed gebakken. Vroeger maakten we vaak wel 10 doelpunten en dan kregen we patat. Misschien kan er in de kantine een bord komen met 'Bij 10 punten altijd patat!'



Voetbalmoeder

## Samen kom je verder

Ik heb niet zoveel met voetbal. Wel met teamsport. Frederik, de vader van Pijke, leerde ik 17 jaar geleden kennen bij volleybal. Pijke heeft eerst een jaar getennist. Toen wilde hij toch richting HBOK om daar met zijn vrienden te voetballen. Dat vond ik natuurlijk heel leuk. Samen sporten is een fijne manier om je vrienden beter te leren kennen. Je deelt in de winst maar ook in het verlies.

Pijke heeft nu het keepen ontdekt. Keepen, doe je niet alleen, maar met 11 personen. Dat geldt natuurlijk voor alle posities. Als de één de bal mist, dan pakt een ander dat op. Je staat er nooit alleen voor. Als je als team ieders inzet waardeert, elkaar wat gunt



en het beste in elkaar naar boven haalt dan ben je wat mij betreft een gouden team. In je eentje ben je sneller maar samen kom je verder!

*Margreet Feenstra  
moeder Pijke Meerens (JO14)*

## Even voorstellen... Lewis (JO11)



**Hou oud ben je?**  
10 jaar

**Sinds wanneer voetbal je?**  
Sinds ik 6 jaar was.

**Op welke positie sta je?**  
Het liefst spits, maar soms ook verdediging.

**Wie is jouw voetbalheld?**  
Messi en Ronaldo natuurlijk!

**Wat is jouw favoriete club?**  
HBOK

**Bij welke club heb je hiervoor gespeeld?**  
Geen.

**Waarom heb je voor HBOK gekozen?**

Omdat het een hele leuke club is en omdat mijn vader hier ook gespeeld heeft.

**Wat vind je het leukst aan voetbal?**  
Om heel goed over te passen en dan te scoren.

**Wat is je droom?**  
Ik zou graag Lego ontwerper willen worden.

## 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



## HET NOORDERMES

AMBACHTELIJKE VLEESSPECIALITEITEN

TOETSENBORDWEG 46 · 1033 MZ AMSTERDAM (NDSM TERREIN)

ONS RUIM (VOORVERPAKT) ASSORTIMENT AAN KIP- EN OVERIGE VLEESPRODUCTEN VOOR GROOTHANDELSPRIJZEN!

WEBSHOP BESTELLINGEN KUNNEN VAN MAANDAG T/M VRIJDAG TUSSEN 10:00 EN 15:00 UUR OPGEHAALD WORDEN!!

OPENINGSTIJDEN: TIJDELIJK ALLEEN GEOPEND OP VRIJDAG 10:00-15:00 UUR  
INFORMATIE & BESTELLINGEN: [WWW.HETNOORDERMES.NL](http://WWW.HETNOORDERMES.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<sup>cs</sup> | 1505 HL Zaandam  
020 482 61 71 | [kantoor@angelpp.nl](mailto:kantoor@angelpp.nl)



## 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](http://www.carlaskattenoppas.nl) | [kattenoppas.carla@gmail.com](mailto:kattenoppas.carla@gmail.com) | 06 - 537 08 375

# FEBO

*Krokant en  
klaar bezorgd!*

[FEBO.NL](http://FEBO.NL)

# HET FORT

*onroerend goed*

Middenlaan 17 | 1027 AR Amsterdam | M. 06 290 388 28 | [info@fortonroerendgoed.nl](mailto:info@fortonroerendgoed.nl)