



LA KLOMPA

JAARGANG 4
UITGAVE 01

HBOK voetbalclub
opgericht in 1951

Jeugd Onder 23:

**“We willen tot de laatste dag
strijden om het kampioenschap”**

Kanjer op Klompen

Marit de Loos

Ondertussen bij het eerste...

**Mohad Zaoudi wil rust in
het spel van HBOK**

Vasco Lo-Ning-Hing

**“Voetbal is net als
tandenpoetsen”**

Esmaa Sebaa:

**“Toen ik de kantine zo vol
zag lopen werd ik wel even
zenuwachtig”**

Speler van de maand:

Sytze Joosten (JO17)



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

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

En we zijn weer begonnen!

Werd door een aantal mensen benaderd of ik gestopt was met mijn functie? Nee hoor we gaan nog wel even door, veel te leuk bij HBOK, toch?

We zijn weer begonnen inderdaad, maar eigenlijk heeft het helemaal niet stil gestaan bij HBOK, de onderhoudscommissie heeft in de zomermaanden, dankzij de zeer gulle giften van diverse sponsors weer heel veel zaken vernieuwd, gerepareerd, schoongemaakt en onderhouden. Grandioos weer mannen en vrouwen, heel veel dank!

De eerste oefenwedstrijden zijn alweer gespeeld en we mogen ons gelukkig prijzen met een aangepaste technische staf en weer veel nieuwe talenten in het veld.

Als ik dit schrijf heeft afgelopen zaterdag de Palingrook wedstrijd plaats gevonden en met 40 deelnemers was het weer een ongekend gezellig en sportief evenement. Als verrassing is het toernooi vanaf dit jaar vernoemd naar één van de grondleggers en motivator onze eigen Fran Braspenning. Helaas kon hij er zelf niet bij zijn, door een vervelende blessure. Van deze kant wensen wij hem veel sterkte en zien hem graag snel weer langs de lijn!

Ons redactieteam moest ook weer even opstarten, maar de zomervakantie heeft veel goeds gedaan en ze staan weer klaar voor een nieuw seizoen met veel en leuke artikelen over onze club en Zunderdorp.



Veel leesplezier!

Rikus de Lange
Voorzitter v.v. HBOK

Colofon

La Klompa verschijnt maandelijks tijdens het voetbalseizoen.
Oplage: 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,
Rikus de Lange en
gastredacteur Kees Hoeve

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

Volg ons ook op socialmedia!



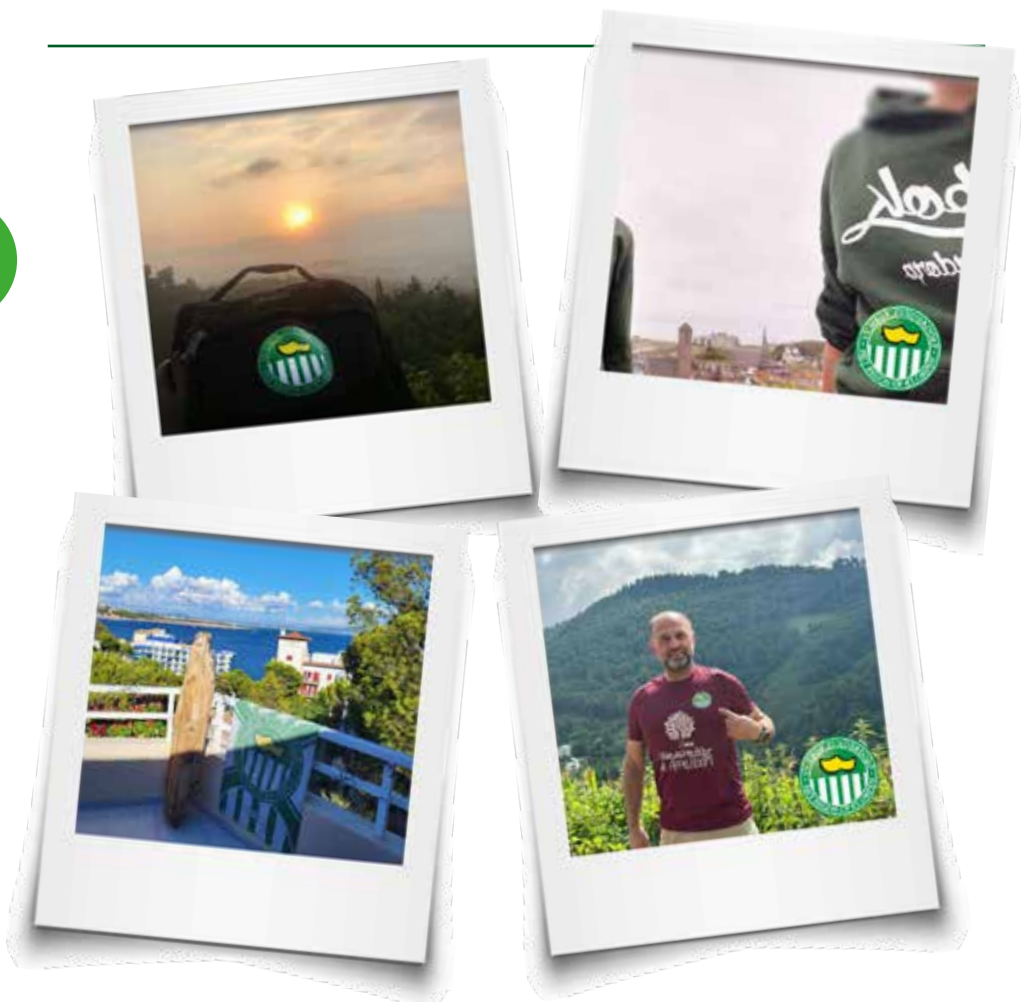
korte berichten

De voorhoede

HBOK reist de wereld rond

Leuk dat we vakantiefoto's hebben ontvangen uit veel verschillende landen. Zo waren HBOK'ers dit jaar in Trabzon (Turkije), Kos (Griekenland), Wijk aan Zee (Nederland), Indonesië en Mallorca (Spanje).

Heb jij ook nog een leuke foto, stuur deze naar brenda.hbok@gmail.com.



Frisse start

Ook dit jaar is er gedurende de zomervakantie weer heel wat werk verzet door de onderhoudscommissie om seizoen '23/'24 fris te kunnen beginnen.

Nogmaals dank aan iedereen die hier zijn/haar steentje aan heeft bijgedragen!

Wim Klaassen in actie

Vorig seizoen stond in La Klompa NR06 een interview met Wim en Nel Klaassen. Tijdens het interview liet Nel trots een foto zien van Wim in actie naast Johan Cruyff. Wij hebben deze foto ook opgesnord uit het archief. Dit was in seizoen 1968-1969 toen Cruyff om te herstellen van een blessure meespeelde in het tweede elftal. Het elftal waar Wim destijds in speelde. De wedstrijd was tegen PEC Zwolle, een wedstrijd die normaal eindigde in een gelijkspel of een punt verschil, maar nu met een 8-0 overwinning de boeken inging. Alle doelpunten kwamen op naam van Cruyff.





Geboren

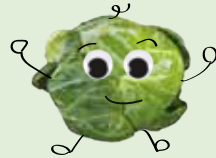
Met de geboorte van Charlie, zoon van Tom de Lange, zijn we begonnen met een nieuwe traditie. De kersverse vaders krijgen een prachtige HBOK romper om hen te feliciteren met hun spruit.

Op 12 september vorig jaar is Donny Rijnink vader geworden van Mace. Joey Potveer heeft op 14 augustus zoon Charlie mogen verwelkomen en Davey Claus dochter Mia Rose.

Gefeliciteerd mannen!

En vergeet niet de achterkant van de kaart in te vullen en te retourneren! :-)

hoera
gefeliciteerd



met jullie kleine spruit!

Palingrokerij

Direct een drukte van jewelste bij aanvang van het seizoen. Zaterdag 2 september was de palingrokerij. In 2022 ging Kees Beets er met de titel vandoor, dit jaar heeft Robin Miedema de eerste prijs en de Fran Braspenning wisselbokaal in ontvangst mogen nemen.

Naast deze beregezellige wedstrijd, werd er ook op het veld gestreden door ons eerste. K.F.C. werd met 2-1 verslagen in de KNVB Bekerpoule. Een mooie start voor het team.

De winst, een hapje, drankje en live muziek, oftewel één en al HBOK-gezelligheid.



'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!

September

| | |
|--------------|--------------------------|
| 1 september | Lorenzo Schokker |
| 2 september | |
| 3 september | |
| 4 september | Taras Rozej |
| 5 september | |
| 6 september | |
| 7 september | |
| 8 september | |
| 9 september | Yme van Zanten |
| 10 september | |
| 11 september | |
| 12 september | |
| 13 september | Jeroen Breedijk |
| 14 september | |
| 15 september | Donny Ruder |
| 16 september | Richard van der Veen |
| 17 september | Lesley Markus-Lam |
| 18 september | |
| 19 september | Lyo Cornelis Atsopardis |
| 20 september | Rachid Lamalan |
| | Yassin El Yaakoubi |
| 21 september | |
| 22 september | David Dorrestein |
| 23 september | |
| 24 september | |
| 25 september | Daryl Anico Flores |
| 26 september | Salmaan Aboo |
| | Desley Gerwin Jong |
| | Ronin Krutzmann |
| 27 september | Frank van der Waal |
| | Ily Dahmani |
| | Milan B. van Hoogstraten |
| 28 september | Sil van der Eerden |
| | Hemming Vlaar |
| 29 september | Midas Ketelaars |
| | Naod Tekle |
| 30 september | |

Oktober

| | |
|------------|----------------------|
| 1 oktober | Milan Noorzada |
| 2 oktober | |
| 3 oktober | |
| 4 oktober | |
| 5 oktober | |
| 6 oktober | Karl Gendy |
| 7 oktober | Dani van Hoogstraten |
| 8 oktober | Willem Goede |
| | Nanning Punt |
| 9 oktober | |
| 10 oktober | Kuntu Kruisheer |
| 11 oktober | |
| 12 oktober | Nils Wielart |
| | Ted Kramer |
| 13 oktober | Daienny Anico Flores |
| | Darmely Anico Flores |
| 14 oktober | |
| 15 oktober | Sem Lam |
| 16 oktober | |
| 17 oktober | |
| 18 oktober | Tom de Lange |
| 19 oktober | |
| 20 oktober | |
| 21 oktober | Herman Martens |
| 22 oktober | |
| 23 oktober | Younis Salem |
| 24 oktober | |
| 25 oktober | Lyam Huijsman |
| 26 oktober | Yaël Bouterse |
| 27 oktober | Rutger de Haas |
| 28 oktober | Marvin Campbell |
| 29 oktober | |
| 30 oktober | Luwe van Happen |
| | Arthur Koopman |
| 31 oktober | |

Team in de schijnwerpers

Tot de laatste dag strijden om het kampioenschap



HBOK is vorig seizoen begonnen met een team JO23 voor jeugdspelers die de stap van JO19 naar de senioren te groot vinden. Het elftal was meteen succesvol. Direct na de winterstop promoveerde het JO23 naar de 4e divisie. Dat succes heeft een positieve weerklank tot ver buiten Zunderdorp. Dit seizoen speelt er zelfs een JO23-2.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

Het HBOK-bestuur heeft om die reden besloten de JO23-1 onderdeel van de selectie te maken. Wat betekent dat spelers in nauw overleg met de technische

staf van het eerste de mogelijkheid krijgen zich in de kijker te spelen. Spelers die potentie hebben het eerste te halen, mogen meetrainen en

wellicht zelf hun eerste minuten maken. Alles hangt af van de spelers zelf natuurlijk want de lat bij de selectie van HBOK ligt hoog!

Nieuwe trainer

Doordat de trainer van de JO23 pas laat in het seizoen aangaf naar een andere club te willen, was het een grote uitdaging een goede nieuwe trainer te vinden. Inmiddels is Daniel Wolf als trainer aangesteld die samen met Mick Römer de JO23 gaat trainen. Daniel zullen we in een latere uitgave dit seizoen verder introduceren.

Onder de bezielende leiding van Mick Römer is de JO23 de voorbereiding gestart en klaargestoomd voor

het nieuwe seizoen. Aan Mick alvast de vraag wat zijn verwachting is voor het nieuwe seizoen.

“Voor de meeste spelers gaat dit het seizoen zijn dat bepaalt of je de komende 15 jaar voetbalt”

Spelers met potentie

“De doelstelling voor de JO23-1 is tot de laatste dag

strijden om het kampioenschap. Daarnaast willen wij dat spelers zich persoonlijk ontwikkelen naar het niveau van selectievoetbal inclusief de discipline die daarbij komt kijken. Er zijn spelers die de potentie hebben aan te haken bij HBOK 1.

Voor de meeste spelers gaat dit het seizoen zijn dat bepaalt of je de komende 15 jaar selectie gaat voetballen of in een vriendenteam, waar bij HBOK natuurlijk ook alle ruimte voor is.”

Plan een gratis intake gesprek

TOMORROW IS WHAT YOU SAID YESTERDAY IT'S TIME TO GO BEYOND



SCAN ME

PERSONAL TRAINING - ENERGY RECOVERY (BURNOUT)

Kerkstraat 303 - 1017 GZ Amsterdam - join@wearebeyond.nl - 06-45992378



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

Het Middenveld | 'Het Begon Op Klompen'

Kanjer op klompen



Marit de Loos

Marit is 'goed met cijfertjes' en werkt sinds kort voor Woman.inc, de organisatie die zich onder meer inzet voor het vrouwenvoetbal.

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Rikus de Lange

Zelf speelt Marit tennis, maar sinds de geboorte van haar zoon Johnny (JO11-1, die bij HBOK speelt, heeft ze het clubleven omarmt en is ze uitgegroeid tot een vrijwilliger met een duidelijke boodschap.

Tennis is geen voetbal

Marit: "Ik ontdekte dat een voetbalvereniging echt wel anders functioneert dan een tennisclub. Bij tennis heb je een veel beperkter clubleven, je betaalt voor les voor je kind en dan staat er een betaalde leraar, of je tennist met bekenden. Er zit geen grote organisatie achter. Daarbij is op mijn tennisclub de kantine ook nog eens gepacht en dus uitbesteed..."

Complexer en leuker

"Maar een voetbalclub is veel complexer én leuker. Bij HBOK draait vrijwel alles op vrijwilligers en dat maakt iedereen meer betrokken. Er zijn hier zoveel fijne mensen die van alles ondernemen."

Vrijwilligersbeleid

"Als je bedenkt wat hier allemaal haast als vanzelfsprekend gebeurt: trainen, coachen, scheidsrechteren en de kantine draaien.

Maar ook de velden onderhouden en de verlichting, de open dag en toernooien plannen, de kleedkamers en douches schoon en werkend houden, verbouwingen, het nieuwe veldje en de bankjes

bij het kunstgras, het terras en de tegels, vinden van sponsors, de financiën op orde houden, de website, het maken van La Klompa en nog veel meer!"

Gewoon doen!

"Daarom zou ik op deze plek graag de ouders willen oproepen om ook een leuke taak op zich te nemen. Het gaat heel goed met de mensen die het nu doen, maar het kan en moet zeker ook in de breedte worden uitgebreid.

Kom gewoon ook wat doen; je helpt elkaar en je kinderen en het is echt vooral heel leuk!"

'Ondertussen bij het eerste..'

Mohad Zaoudi wil rust in het spel van HBOK

La Klompa interviewt Mohad Zaoudi, vlak na de met 4-1 gewonnen oefenwedstrijd tegen Wartburgia, vlak voordat het seizoen echt begint.

☰ Pedro Dado | 📹 Rikus de Lange

Mohad loopt rustig en ontspannen over het terras van HBOK, flesje water in de hand, een praatje hier, een schouderklopje daar. Iedereen die hij tegenkomt, lijkt wel even een praatje met hem aan te knopen.

Geen grote beloftes

'Rustig' zo typeert Mohad zichzelf ook als trainer: rustig en tactisch. Hij maakt geen grote beloftes vooraf en is terughoudend met uitspraken over het komende seizoen.

Zo ging dat bij zijn vorige club AFC ook, zegt hij: "Vooraf niks zeggen maar wel kampioen worden!" We hebben het over AFC, de club waar hij al 23 jaar lid van is en waar hij vorig seizoen succesvol trainer

was van de zaterdag 1. Ze werden kampioen, maar mochten niet promoveren van de KNVB. Dus zo gebeurt het dat Mohad datzelfde AFC nu treft als trainer van HBOK in dezelfde competitie waar hij vorig jaar ook trainer was en veel clubs goed kent.

Dat heeft zo zijn voordelen: "Er verandert bij die clubs natuurlijk wel iets, maar de trainer blijft



vaak zitten en je weet ongeveer wel wat voor spel ze spelen".

Succesvol

Ook als voetballer was Mohad succesvol bij o.a. AFC. Hij speelde op meerdere posities, van doorschuiven-de laatste man tot de 'nr. 10-positie'

En dat was zeker niet alles, want ook als zaalvoetballer maakte hij furore: Mohad speelde zo'n 10 jaar bij eredivisionist HV Veerhuys.

Leuke warme sfeer

Als voetballer én als trainer kende Mohad HBOK al goed. "Als trainer van ZOB heb ik vaak van HBOK gewonnen en maar éénmaal verloren" lacht hij. Maar toch, een wat kleinere club dan hij gewend was en met name de leuke, warme sfeer die er bij HBOK heerst trok hem zeker aan. Vandaan dat Mohad niet

lang hoefde na te denken toen hij het begin van dit jaar werd benaderd. Op dat moment verkeerde HBOK in zwaar weer en nog volop verwickeld in de degradatiestrijd.

"Spelers moeten goed leren elkaar te coachen, naast inzet en motivatie is het belangrijk dat ze het spel goed neerzetten en naar elkaar luisteren"

"Ik heb me op dat moment ook bewust niet veel met HBOK bemoeit. Dat was best een lastige situatie, normaal gesproken begin je al in december met de oriëntatie op het volgend seizoen, maar dat kon toen natuurlijk nog niet. Zo was van HBOK nog niet bekend of ze in de 1e klasse zouden blijven en ikzelf was ook gewoon nog trainer van AFC. Zo kon ik dus wel rustig om me heen kijken naar spe-

lers die bij HBOK zouden passen zonder me te veel met HBOK zelf te bemoeien. Natuurlijk had ik toen wel veel contact met Jaap en Rachid."

Vaste waarden

'Rust' is een van zijn vaste waarden "HBOK moet vanuit een goede organisatie voetballen, met rust aan de bal, zowel verdedigend als aanvallend, dat vind ik belangrijk. Verdedigen begint op de helft van de tegenstander! Spelers moeten goed leren elkaar te coachen, naast inzet en motivatie is het belangrijk dat ze het spel goed neerzetten en naar elkaar luisteren.

Slimme voetballers

Er zitten een aantal bijzonder 'slimme voetballers' bij HBOK, zowel bij de jongere nieuwkomers als bij de ervaren spelers. Je zult zien dat dat anderen meetrekt en dat ze op den duur allemaal slimmer gaan voetballen".

En een kampioenschap? Dat is al gezegd, daar laat Mohad zich (nog) niet over uit!

Langs de lijn...

“Ik vind het altijd veel te gezellig in de kantine”

De biologisch dynamische boerderij De Stadshoeve, aan de rand van Zunderdorp, is door de kinderopvang en BSO het meest bekend. Maar je kan er ook feesten geven en er worden boerderijlessen aangeboden aan schoolkinderen uit Amsterdam.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

Ik word hartelijk ontvangen door Angela (56) en Albert (58) Hoeve. Ook hier in huis wordt La Klompa goed ontvangen en trouw gelezen. Het is duidelijk dat De Stadshoeve een enorme band heeft met HBOK en andersom. Want heel veel jeugdspelers van HBOK gaan er nu nog naar de buitenschoolse opvang of hebben er in het verleden veel van hun tijd doorgebracht. En velen van ons zullen er weleens een feestje hebben meegemaakt. Jaarlijks komen er een kleine 20.000 bezoekers.

Hebben jullie iets met voetbal?

“Ik heb eigenlijk niks met

“Ik zou het heel erg leuk vinden als er nog wat meer echte HBOK-jongens vanuit de jeugd in het eerste komen”

voetbal,” lacht Angela. “Ik kom uit Volendam en mijn vader was een fanatieke voetballer. Later ging hij ook de jeugd daar trainen. Ik heb dus wel genoeg over voetbal gehoord en gezien in die tijd. Albert: “Ik ook niet echt. Ik heb nog wel een tijdje in de jeugd van Schellingwoude gevoetbald. HBOK had nog geen

jeugd toen. Ik vond voetbal wel leuk maar had veel meer met schaatsen. Daar was ik best fanatiek in.”

En met HBOK?

Angela: “Onze jongens David en Boris hebben bij HBOK in de jeugd gevoetbald. Ze waren niet heel fanatiek maar vonden het wel leuk. Ze hebben veel vrienden gemaakt. Onze andere zoon Ruben en onze dochter Martine hebben wat minder met sport.

Bardienst

Ik vond het in die tijd dat Boris en David bij HBOK voetballen altijd reuze gezellig. Met andere ouders langs de lijn of een bar-



dienst draaien. Ik heb ook heel lang de was gedaan voor de teams waar ze in zaten. Omdat ze jaren geleden gestopt zijn, kom ik er nu niet meer zoveel.”

Veel te gezellig

Albert: “Ik kom heel af en toe bij HBOK. De zaterdagen zijn voor mij moeilijk om te komen kijken vanwege het werk. Misschien maar beter ook want als ik er wel eens ben, dan vind ik het altijd veel te gezellig in de kantine hahaha! Op de BSO wordt ook veel gevoetbald. Vorig

seizoen waren we trouwens nog uitgenodigd door een aantal kinderen van de JO11 die bij ons op de BSO zitten. Ze konden kampioen worden en we zijn toen natuurlijk gaan kijken.”

Sponsor

De Stadshoeve is trouwens sponsor van HBOK. Angela: “De IJsvvereniging, de Oranjevereniging, de kerk en HBOK zijn heel belangrijk voor Zunderdorp. Wij vinden het eigenlijk logisch om ook HBOK te ondersteunen. We hebben

daarom al jaren een reclamebord langs de lijn.”

Echte HBOK jongens

Op de vraag of ze nog wat te wensen hebben voor wat betreft HBOK zegt Albert direct: “Ik zou het heel erg leuk vinden als er nog wat meer echte HBOK-jongens vanuit de jeugd in het eerste komen. Dat zou geweldig zijn voor HBOK.” Die staat genoteerd. En grote kans natuurlijk dat het dan spelers zullen zijn die ooit, toen ze klein waren, bij De Stadshoeve hebben rondgelopen!

Langs de lijn...

"Voetbal is net als tandenpoetsen"

"Voetbal is voor mij net als tandenpoetsen" zegt Vasco Lo-Ning-Hing. "Ik moet het blijven doen, ook als het wat minder gaat. Het is mijn leven."

☰ Pedro Dado | 📷 Rikus de Lange

De 23-jarige linksbuiten van ons 1e elftal heeft altijd al min of meer op dezelfde positie in de aanval gespeeld. Vasco is geboren en getogen in Amsterdam Oost, waar hij nog steeds woont. Als jong jochie begon hij bij JOS Watersgraafsmeer al meteen als aanvaller. Alleen bij Zeeburgia speelde hij linksback. Hij kent zijn kwaliteiten: zijn snelheid, een goede dribbelaar en sterk in 1-op-1 situaties. Oké, dat rechterbeen mag wel wat gericht qua schieten en ook koppen kan beter, vindt Vasco zelf.

Ajax

Al met al viel zijn voetbal-talent op en dat bracht hem tot in de jeugdoplei-

"Normaal gesproken werkt het demotiverend als je vaak verliest, maar ik heb mezelf altijd 200% gegeven"

ding van Ajax en later de junioren van AZ en Jong Volendam. Toen Vasco na het 1e coronajaar een tijdje 'clubloos' was, kwam hij weer terug bij de club waar het allemaal begon: JOS Watersgraafsmeer.

In die tijd had hij nog steeds nauw contact met Neri' Kasanwirjo, die hij nog uit zijn jeugd bij Zeeburgia kende. Ook trainden ze samen en HBOK kende hij

alleen van naam omdat Neri er voetbalde. Toen Vasco, inmiddels gewend aan de wat grotere accommodaties van o.a. Zeeburgia, AZ en Ajax, de eerste keer op gesprek kwam in Zunderdorp, was hij wel wat verbaasd "hè? Is hier wel een voetbalclub?" dacht hij toen.

Thuispubliek

Maar het was een goed gesprek en zo kwam Vasco in de zomer van '22 naar HBOK. En dat beviel hem meteen, hij werd vanaf de eerste dag goed opgevangen en kwam in een leuke groep. En natuurlijk bevat de sfeer, de vele mensen, thuispubliek en de gezelligheid

Voetballend gezien viel zijn eerste jaar bij onze club wel wat tegen. HBOK was net gepromoveerd naar de 1e klasse en had het daar moeilijk. Maar Vasco liet zich niet uit het veld slaan. "Normaal gesproken werkt het demotiverend als je vaak verliest, maar ik heb mezelf altijd 200% gegeven, dat zag iedereen aan me. En daarnaast speelden we gewoon goed voetbal, alleen waren er te veel slordige momentjes of kleine foutjes zodat je net een wedstrijd verloor. Ik heb zelf nooit gedacht dat het niet in ons zat en ben er altijd in blijven geloven. En als het dan toch niet lukt dan valt dat inderdaad zwaar tegen."

Fouten

Maar in het komend seizoen heeft Vasco veel vertrouwen. Er zijn een aantal goede aanwinsten bij gekomen, waarvan hij er ook een paar kent: Joël kent hij nog van zijn AZ-tijd en Jair via gemeen-

schappelijke vrienden. Het voetbalwereldje is klein.

In zijn team speelt Vasco zelf graag met Sverre achter hem als linksback: "In het veld begrijpen we elkaar goed, bijvoorbeeld als ik diep ga en hij de bal op het juiste moment geeft. Het is een leuke groep en we kunnen nog veel van elkaar leren. Zoals bijvoorbeeld dat stukje rust en geduld, waar ook de nieuwe trainer op hamert. Ik ben daar zelf bewust mee bezig: niet té snel naar voren willen gaan en gewoon rustig afwachten. Er komen momenten dat de tegenstander fouten gaat maken."



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: Sytze Joosten (J017)

De ambitie die onze club heeft met de jeugdopleiding is groot, maar het team van Sytze wacht nog op een goede vervanging van hun jarenlange vaste trainer Martijn Dado. Voorlopig kan Sytze met zijn speciale talent hier misschien al wat vorm aan geven...

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Rikus de Lange

Vocale kwaliteit

Sytze bezit namelijk over wat hij zelf zijn 'vocale' kracht noemt: hij schreeuwt (iets te...) veel. De vrolijke en goedlachse laatste man heeft door zijn positie veel overzicht en daarbij de neiging de rest van het team te 'positioneren'. Dat gaat altijd positief, maar soms wordt het weleens negatief opgevat. Gelukkig kennen de meeste spelers hem al jaren en weten ze dat het er gewoon om gaat dat hij echt wil winnen.

Je zit al zo'n tien jaar bij HBOK, is voetbal echt je ding?

"Ja, dat kun je wel zeggen, maar ik heb tot ongeveer mijn elfde ook heel veel getennist. Twee meisjes waar ik toen veel mee speelde zitten nu in de top 100, dus soms denk ik nog weleens of ik dat ook had kunnen bereiken. Maar voetbal is een teamsport en daarnaast hebben wij ook gewoon een heel leuke vriendengroep."

Heb je altijd achterin gespeeld of had je ook andere ambities?

"Ik begon ooit als aanvaller maar heb het verdedigen altijd graag gedaan. Toen ik klein was vond ik zelfs dat ik niet over de middenlijn mocht komen, zodat ik altijd snel genoeg terug kon zijn. Dat is wel veranderd en ik bouw nu ook graag op als verdedigende middenvelder. Ik heb weleens het compliment gehad dat het met mij achterin altijd wel goed komt, waardoor ze voorin meer vrijheid in hun spel voelen."

Je woont als Oostzener naast SV Kadoelen, waarom dan toch HBOK?

"Ik speelde ooit ook nog bij De Dijk, toen we daar nog in de buurt woonden, maar veel van mijn vrienden van de basisschool zaten al op of gingen naar HBOK en ik zou echt geen leukere club weten!"

Kan er nog iets beter bij de club?

"Haha, een trainer en coach zou leuk zijn. Maar eigenlijk is alles top. Wel zou ik het fijn vinden als je op uren dat er niet getraind wordt nog bij wat trainingsattributen kan om zelf met je vrienden wat te oefenen."



“Toen ik de kantine vol zag lopen werd ik wel even zenuwachtig”

Sinds vorig seizoen is er een heel nieuw barteam bij HBOK. Een groep van 5 à 6 enthousiaste meiden voorziet iedereen van een natje en een droogje. Esmā Sebaa (20) is de 'aanvoerder' van het barteam. Via haar maken we nader kennis met het team.

☰ Henk Groot | 📷 Rikus de Lange

“Ik woon sinds 6 jaar in Zunderdorp. Daarvoor woonde ik in Noord. Toen ik in Zunderdorp kwam wonen was er bij HBOK een meidenteam waar ik de eerste jaren regelmatig mee meetrainde. Was een leuk team met Dirk Ubbels als trainer. Toen dat elftal ophield te bestaan ben ik gaan tennissen.

Groep meiden

Via mijn moeder (Christa Sebaa, red.) hoorde ik dat er gezocht werd naar mensen voor achter de bar. Ik heb zelf horeca-ervaring bij 't Schoolhuis in Holysloot opgedaan en het leek me wel leuk. Toen ik er met vriendinnen over begon, werden die ook enthousiast

“Ik moet wel zeggen dat werken bij 't Schoolhuis en de kantine van HBOK niet te vergelijken is”

en hadden we al snel een groep meiden bij elkaar die het ook leuk leek. En van het een kwam het ander. Sinds vorig seizoen staan wij dus achter de bar als de senioren thuis spelen en op trainingsavonden van de senioren.

Zenuwachtig

Ik moet wel zeggen dat werken bij 't Schoolhuis en de kantine van HBOK niet

te vergelijken is. Ik weet nog dat het eerste elftal vorig seizoen thuis moest spelen tegen Monnickendam. Een echte streekderby. Die hadden we nog niet eerder meegemaakt. Het was zo verschrikkelijk druk! Dat was wel even andere koek. Toen ik de kantine zo vol zag lopen, werd ik wel even zenuwachtig.

Drukke derby's

Uiteindelijk is het allemaal goed gegaan. En daar hebben we ook weer veel van geleerd. Doordat het eerste gedegradeerd is, zullen dit seizoen die derby's nog vaker voorkomen. We zijn er klaar voor. Net als iedereen van het team heb ook ik het druk.

Ik ga nu Geneeskunde aan de UvA studeren en dat zal best pittig worden. Gelukkig hebben we een vaste groep van barmeiden en lukt het altijd er genoeg achter de bar te krijgen. We kennen elkaar allemaal van vroeger en zijn met elkaar opgegroeid. Dat maakt het communiceren makkelijk en ook extra leuk om met dit team te werken.

Saamhorigheid

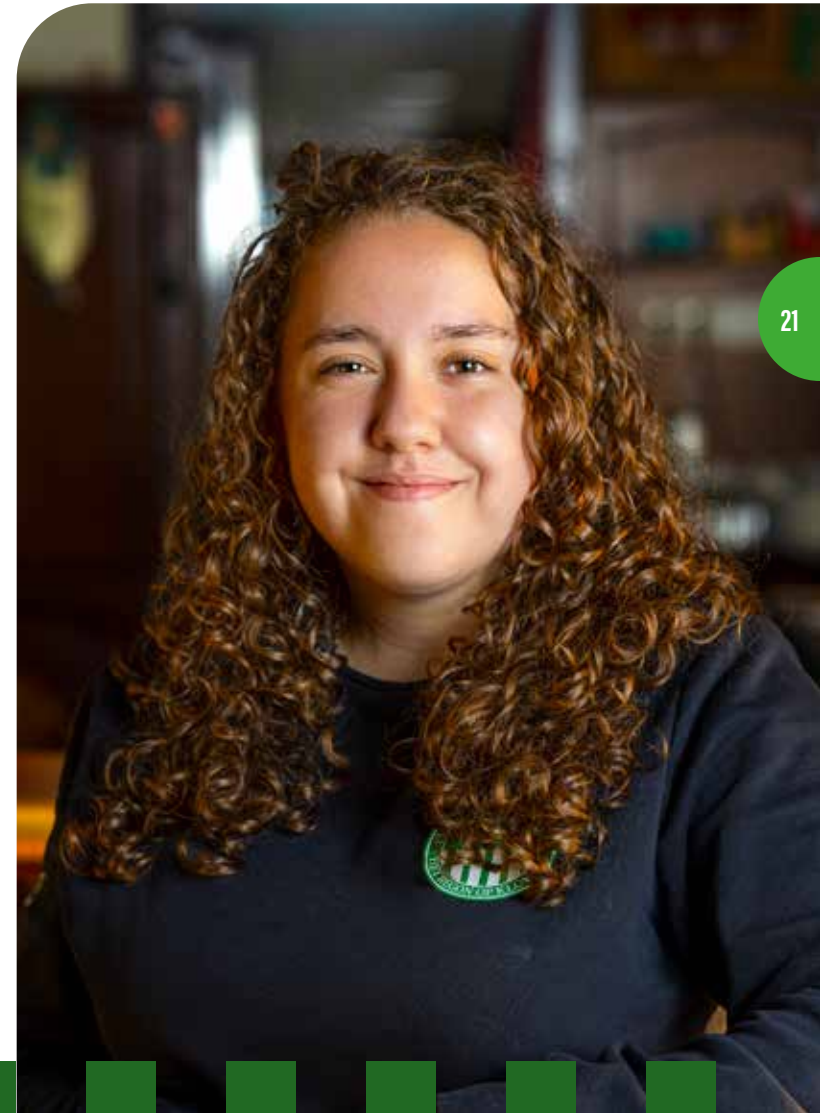
We kunnen het inmiddels goed vinden met de jongens en mannen. Ik merk dat er een enorme saamhorigheid is bij HBOK. We kunnen als barteam ook enorm genieten van avonden waarbij allerlei spelletjes worden georganiseerd door de jongens en mannen. Heel gezellig! De humor en het fanatisme waarmee gespeeld wordt. Mooi om te ervaren. En er wordt wat afgelachen op dat soort avonden.

Trots

Heel soms is het iets minder leuk. Dat is dan meestal rond sluitingstijd als we niet meer mogen schenken. Dan willen sommigen, nog wel eens vervelend reageren. In het begin raak je daardoor geïntimideerd,

maar inmiddels weten we allemaal ook wel hoe we daarmee om moeten gaan. Het is gewoon een leuke club met leuke mensen.

En ik ben heel trots op dit barteam!”



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."

Niet zomaar een makelaar!

Opleidingsplan 2023/2026

HBOK heeft de ambitie om de kwaliteit van de trainingen bij de jeugd op een hoger niveau te krijgen. Er is de laatste maanden hard gewerkt aan een opleidingsplan 2023-2026. Wat houdt dit opleidingsplan op hoofdlijnen in?

Het extern aantrekken van gediplomeerde trainers bij de HBOK-jeugd lukt onvoldoende. Externe trainers willen liefst bij grote clubs trainen waar meer (financiële) mogelijkheden zijn en die ze vaak als springplank zien voor hun verdere trainingscarrière. Wij zien en horen ook dat er bij grotere clubs een enorm verloop is in het trainingsbestand. De clubliefde bij externe trainers is vaak ver te zoeken.

Met dit in het achterhoofd gaan we vanaf nu de opleiding van trainers bij HBOK zelf faciliteren. De huidige trainers wordt een betere basis geboden. We zijn ervan overtuigd dat hierdoor het plezier op de training bij trainers en jeugd zal toenemen. Bovendien: de trainers hebben een sterke binding met HBOK en hebben niet direct ambitie om buiten HBOK een trainerscarrière te starten.

Dit najaar gaan al zeven HBOK-trainers beginnen met de module 'pupillentrainer' van de KNVB. Hierna wordt de mogelijkheid geboden om vervolgoopleidingen te volgen.

Meerdere sponsors hebben al toegezegd de komende 3 seizoenen financieel bij te dragen. Ons streven is om minimaal 10 sponsors aan dit plan te binden. Geïnteresseerd geraakt om te sponsoren of ook als trainer te worden opgeleid? Stuur me een mail en ik neem contact op: henkg.hbok@gmail.com

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

"We gaan nu de opleiding van de trainers zelf faciliteren."



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