



LA KLOMPA

JAARGANG 4
UITGAVE 05 | HBOK voetbalclub
opgericht in 1951

NIEUW!!!

Evenementencommissie en
Fotografe voor La Klompa!

Ons JO16

Een echt vriendenteam

Kanjer op Klompen

Greg van den Burg

Reservekeeper met geduld

Desley Jong

Afscheid van Rachid Lamalam

“HBOK is
mijn 2e huis”

Op de Bal....

“Het Begon Op
Blote Voeten”

Speler van de maand:

Daley Ernestus



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

ILD KIP SATE GEROOKT GEGAAF
KIP EIEREN MAÏS KRUID KAL
ALKOEN GERUKT DE 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

Beetje bijsturen...

Ik zit naar mijn scherm te kijken en mijn vingers dwalen over het toetsenbord. Wat zal ik nu weer in mijn voorwoord schrijven?

Alles loopt redelijk in onze mooie club, prioriteit nummer één; er wordt gevoetbald! Mensen komen naar de wedstrijden kijken, halen hun natje en droogje in de kantine. De vrijwilligers werken aan alles waaraan gewerkt moet worden en nog meer dan dat.

Op bestuurlijk niveau wordt er beleid gemaakt, zaken geregeld en sturing gegeven aan de voortgang van ons HBOK. De redactie van La Klompa is maandelijks weer op zoek naar leuke artikelen om te schrijven, en uiteindelijk ontvangt iedereen weer netjes een exemplaar.

Maar toch.... Er wringt wat en daar is niet direct een vinger op te leggen. We gaan een beetje op de automatische piloot, gaat wel goed en we sappelen zo rustig door. Er is een beetje een gevoel van stilstand lijkt wel en dat hebben we ook in het bestuur moeten erkennen. Niet slecht, maar zeker ook niet goed!

Er moet weer wat gebeuren om het fijne gevoel wat we altijd bij HBOK hebben gehad weer nieuw leven in te blazen. Betrokken zijn bij de mooiste club van Amsterdam en omstreken staat hierbij voorop! En we gaan ervoor en hebben er zin in. Samen met de leden en zeker ook met de vaders, moeders, opa's, oma's, vrienden, vriendinnen en iedereen die op wat voor manier ook betrokken is bij de voetbalvereniging HBOK! Op de één na laatste pagina van La Klompa vertel ik hier graag meer over!

Veel leesplezier!

Rikus de Lange
Voorzitter v.v. HBOK



Colofon

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

Concept & realisatie:
thepublisherswife

Vormgeving en druk:
Angel Products Publishing

Aan deze editie werkten mee:
Henk Groot, Pedro Dado,
Brenda Jonker, Vito Rožej
Jeroen Staalenhoef,
Evelien van der Horst
Rikus de Lange en

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!

  **HBOK**

korte berichten

De voorhoede

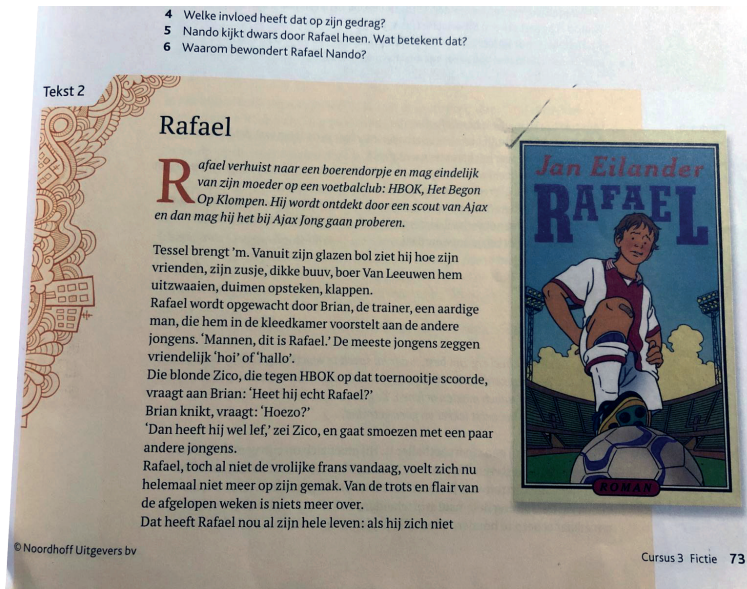
Uit de oude klomp...

Begin dit jaar werd er een foto uit de oude klomp gedeeld in de JO11-1 app. Sinds dit seizoen maakt Gwenn hier deel van uit. Op de foto staan haar vader Robin en oom Barry lang geleden in het toenmalige Eerste van HBOK. Misschien moeten we Robin en Barry binnenkort eens uitnodigen voor een trip down memory lane...



Noordhoff Uitgevers

Hoe leuk is dat, Noordhoff Uitgevers gebruikt een stukje uit het boek 'Rafael', het jongetje dat naar Zunderdorp verhuist en eindelijk op voetbal mag van zijn moeder. Uiteraard gaat hij spelen bij HBOK.

**NEW**

Nieuwe fotograaf

De La Klompa kan een nieuwe fotograaf welkom heten die het team komt versterken: Evelien van der Horst. Welkom! Rikus blijft de back-up, maar kan op deze manier iets minder hooi op zijn vork nemen. Niet alleen is hij de voorzitter van de club, maar ook verzorgt hij de opmaak van ons mooie blad.

Mocht jij een plekje krijgen in de La Klompa, de foto's maken wij standaard op de woensdag voor de deadline (vaak de 2e week van de maand) vanaf 18.30 uur.



Evenementencommissie

Even voorstellen, onze nieuwe evenementencommissie bestaande uit Sam Sajet (niet op de foto) Martijn Dado, en Lorenzo Schokker.

Heb je een leuk idee of vraag, de heren zijn te bereiken per mail: evenementen@hbok.nl.

NEW

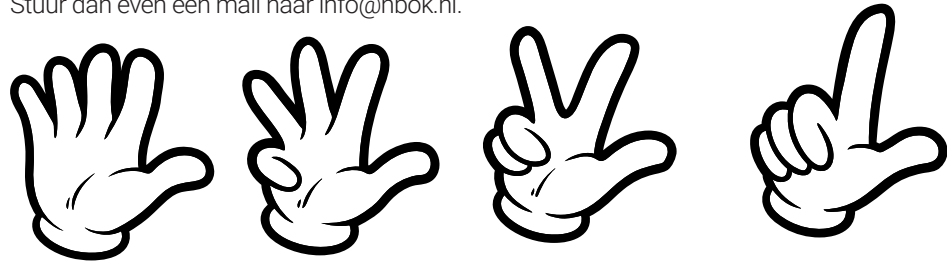


Gezocht...

Eens kijken of de vele oproepen waarin er is gevraagd om meer actieve vrijwilligers binnen de club al binnen is gekomen. Wij zoeken:

- gastheren -vrouwen (4 uur per zaterdag)
- eindredacteur La Klompa (1 uur per maand)
- helpende handjes voor de open dag (22 mei)

Heb jij interesse één van deze taken te vervullen?
Stuur dan even een mail naar info@hbok.nl.



Beterschap!

Nog zo'n pechvogel uit de J015, Idan. Ook hij is voorlopig uit de running met een gebroken pols. Via deze weg wensen wij Idan heel veel beterschap!



'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

1 april	Khalid El Ibrahim Joey Potveer
	Jonathan Koning
2 april	Jesse Brouwer Popkens
3 april	Henry Bakker Mark Bakker
4 april	Charlie Kuulkers
5 april	Daniël Kamerbeek Dylan Nowee
6 april	Danielle Koopman
7 april	
8 april	Karel van der Lem
9 april	Jaap Ronday
10 april	Yonathan Tekle
11 april	Jair Oosterlen
12 april	Monique van der Moolen-Schulz Daniel Zoutberg
13 april	Joep Strijland
14 april	Donny Rijnink
15 april	
16 april	
17 april	Fred Haaijen
18 april	Aagje Sondervan
19 april	Dieylani Andji Edwin Kraan
20 april	Rense de Leeuw Daisy Garcia Disla
21 april	Warre de Jong Luneau
22 april	
23 april	Mees Jozen Mees Meerman Milan Schram
24 april	Isa Brand Cas Duijinker Sami Lukas Kurtuldu
25 april	
26 april	Emin Durmus Yassell van den Haak Zinneddine Oukhita Mick Römer
27 april	Ilay Kalkhoven
28 april	
29 april	
30 april	Frank van der Geest

Maart

1 maart	Willem Bakker
2 maart	
3 maart	Frank Braspenning Remco de Haze
4 maart	Loyd Bon
4 maart	Ronald Havik
5 maart	Olav de Haan Otis Heerding
6 maart	
7 maart	
8 maart	
9 maart	
10 maart	
11 maart	
12 maart	Kazi Topcu Mike Groot Vince Groot
13 maart	Jeroen Staalenhoef
14 maart	Monsif Ahdoudou
15 maart	
16 maart	
17 maart	
18 maart	
19 maart	
20 maart	
21 maart	
22 maart	Abel De Vries
23 maart	
24 maart	Reza Sheikh Moghaddas
25 maart	Thomas Koopman Felix van Zanten
26 maart	Hamadi Zaghdoudi Martijn Dado
27 maart	Willem Driessen
28 maart	Max Veltman Sem Haan
29 maart	
30 maart	Jax Rademaker



Team in de schijnwerpers... Ons JO16

“Het is een echt vriendenteam”

Dirk Ubbels traint sinds september van dit seizoen de JO16 op woensdag. Selby Gildemacher is als trainer op maandag en coach al jaren bij dit team betrokken. “De verschillende stijlen van Dirk en mij gaan erg goed samen”.

Dirk heeft in het verleden meerdere teams getraind en gecoacht. Hij was een aantal jaar niet meer te vinden op het trainingsveld maar toch heeft hij de handschoenen weer opgepakt. “Ja, ik kon het toch niet laten. Ik ben natuurlijk veel om en langs het veld bij HBOK voor onderhoud en zag en hoorde dat de JO16 op woensdag even geen trainer meer had. Dus heb ik mezelf aangemeld als trainer. En ik moet zeggen dat ik het weer heel erg leuk vind om te doen. Lekker met die gasten op het veld en ze proberen met veel plezier te laten voetballen en ze beter te maken”.

Ook Selby is erg blij dat Dirk de handschoenen heeft opgepakt. “We hebben totaal verschillende stijlen maar misschien is dat wel waarom het zo goed werkt. Dirk geeft aan goed contact met Selby te hebben. “Het is toch fantastisch dat Selby zoveel voor dit team doet. Ik merk ook dat het team echt stappen aan het maken is. Vorig seizoen nog 4e klasse, nu 3e klasse waar ze goed meedoen. Ik denk zelfs dat sommigen de potentie hebben om het eerste te halen. Selby: “ik vind het echt bijzonder en leuk te zien dat het team ook buiten het veld elkaar steeds meer

opzoekt. Afgelopen zomervakantie zag ik regelmatig oproepen voorbij komen om bijvoorbeeld met elkaar te gaan zwemmen of andere dingen met elkaar te ondernemen. Mooi toch?!”. Toch is er nog wel iets te wensen. Want hoewel de trainingen goed geregeld zijn staat Selby er op zaterdag vaak alleen voor. “Ik vind het leuk hoor, maar het is best veel om alles in je eentje te regelen en doen.

Hierbij dan ook een oproep aan de ouders. En ook zitten we soms wat krap in de spelers. Dus roep je vrienden op vooral bij HBOK te komen voetballen.”



BEYOND
Personal Training & Recovery

3 LOCATIES IN AMSTERDAM
ALTIJD ÉÉN IN DE BUURT

- ✓ **Personalized Training:** Programma's op maat van beginners tot professionals
- ✓ **Burnout Recovery:** Revitaliseer je energie en geest
- ✓ **Customized Nutrition Plans:** Op maat gemaakt voedingsplan voor optimale resultaten
- ✓ **Oxygen Recovery:** Exclusieve zuurstofherstel na de training
- ✓ **Physiotherapy:** Deskundige zorg voor je fysieke welzijn
- ✓ **Performance Blood Testing:** Gericht op het optimaliseren van sportprestaties

EMILIO ATSPARDIS
OWNER & TRAINER

06-45992378

www.wearebeyond.nl

SCAN VOOR EEN GRATIS INTAKE

AMSTERDAM CENTRUM
Kerkstraat 303A
1017 GZ Amsterdam

AMSTERDAM ZUID
Hogelandplein 1A
1079 RZ Amsterdam

AMSTERDAM CENTRUM - WEST
Westerdoksdijk 425
1013 BX Amsterdam



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



Kanjer op klompen

Greg van den Burg

In de vorige editie van La Klompa zei onze jeugdvoorzitter dat ieder lid zijn steentje moet bijdragen. Dat doen de meesten ook volgens beste weten en kunnen. In deze editie schenken we wat aandacht aan de nieuwe trainer en coach van JO11-02, Greg van den Burg.

Hoe ben jij coach bij JO11-02 geworden?

Mijn neef Ricky-Jay voetbalt sinds vorig seizoen bij HBOK. Zijn team werd door Mark, de vader van Mees, getraind en gecoacht. Dit jaar was het, vanwege persoonlijke omstandigheden, niet duidelijk of hij het team nog zou kunnen trainen. Dus zei ik... "nou als er geen ander is, dan coach ik jullie wel!"

Voetbal jij zelf ook bij HBOK?

Nee, ik voetbal al vanaf E-tjes bij Zeeburgia. Tot mijn zestiende landelijk in 3e divisie en nu, na mijn dertigste, meer voor plezier in het 5de zaterdagteam. De derde helft winnen we altijd. Momenteel voetbal ik eigenlijk helemaal niet, ik heb een ernstige kruisband blessure opgelopen en

moet eind maart geopereerd worden.

Hoe was de 'overstap' naar HBOK?

Ja, het is nogal een cultuurverschil. Maar ik kom uit Amsterdam Noord en heb als kind eerst bij FC Oriënt en daarna bij DRC gespeeld, dus ik ken het nog een beetje.

Hoe was het om als jongetje gescout te worden door Zeeburgia?

Spannend. Het is een serieuze opleidingsclub. Je gaat van 2 naar 3 keer per week trainen, van vriendjes- naar ambitie team en ouders moeten er ook wat voor over hebben.

Hoe betrokken zijn de ouders uit JO11-02?

We hebben een vaste scheidsdiensten in de kantine als we

thuis spelen en ik krijg ook elke zaterdag koffie aangeboden.

Hoe gaat het sportief gezien met het team?

In het eerste deel van het seizoen waren we te hoog ingedeeld en de jongens kenden elkaar nog niet goed. Nu draaien we lekker, het samenspel klopt en ze houden overzicht. We hebben maar één wissel en kunnen ons geen blessure of zieken permitteren.

Heb jij ambities als coach?

Dit is voor mij het eerste team dat ik aan het trainen en coachen ben. Ik wil de jongens vooral leren wat ik heb geleerd en hoop dat ze daar plezier in hebben.

Dankjewel voor je inzet Greg en alvast succes met je kruisbandoperatie.



'Ondertussen bij het eerste..'

Desley Jong:

Een reservekeeper met geduld

Er zijn voetballers die zich na hun actieve voetbalcarrière toeleggen op het golfen. Desley Jong deed dat juist andersom. Hij begon niet, zoals velen, met voetballen toen hij net kon lopen. Nee, Desley haalde zijn golfvaardigheidsbewijs toen hij 9 jaar oud was en ging daarna pas op voetbal. Nu, op zijn 23e, is hij de reservekeeper van ons eerste elftal.

☰ Pedro Dado | 📷 Pedro Dado

In z'n beginjaren ging dat voetballen zeker niet van een leien dakje. Desley begon in de E-tjes op het middenveld, tot hij op 'n dag een 'doodtrap' kreeg. De gevolgen waren groot: dystrofie in de benen, 13 weken z'n been in gips en in een rolstoel. En dan ben je net 10 jaar oud! Gelukkig wist Desley zich door deze zware periode heen te vechten en richtte zich daarna op het keeperswerk.

"Meteen op m'n plek"

En zo kwam het dat hij op z'n 17e in de zaterdag 1 van Purmerland voetbalde. Toen dat team uit elkaar dreigde te vallen, tipte zijn toenmalige trainer Rick

"Het liefst zoals Joey dat doet, het gemak waar die de bal van de ene 16 naar de andere 16 schiet."

Mooij, ook bekend binnen onze club, hem om eens bij HBOK te gaan kijken. Desley voelde zich meteen thuis: "Ik had weleens tegen HBOK gespeeld en wist eigenlijk alleen wat de letters betekenden, maar wist nog niets van de gezelligheid en sfeer. Op de eerste donderdag dat ik mee trainde gingen we na afloop met z'n allen de kantine in, ik voelde

me meteen op m'n plek." Ook was er meteen een klik met de jongens van het Tweede, dus de keuze was snel gemaakt.

Keeperskwaliteiten

Desley begon in zijn eerste seizoen bij HBOK dan ook in het Tweede, maar al snel vielen zijn keeperskwaliteit op en werd hij het seizoen erop de tweede keeper van het Eerste met vaste doelman Joey Potveer voor zich.

Kleine dingetjes

Met die reserverol kan hij goed leven, zijn eerste officiële wedstrijd in HBOK 1 moet hij nog spelen, maar Desley heeft geduld, legt hij

uit. "Joey is ook een stuk beter en ik leer elke keer op de training weer veel van hem, ook van zijn vader Hans, de keeperstrainer.

Je merkt dat Joey op hoog niveau heeft gekeept door die kleine dingetjes die ik van hem leer: even een stapje meer naar links, even bij draaien, hou je handen zo, Dat soort aanwijzingen waardoor ik zelfverzekerder in het doel sta en makkelijker ballen pak."

Aanspelbaar

Desley is zich bewust van zijn sterke kanten. "Ik ben sterk op de lijn, kan mijn verdediging goed coachen en ik durf op te bouwen." Hij speelt dan ook het liefst met een type opbouwende verdediger die hij altijd makkelijk kan aanspelen. "Zoals bijvoorbeeld Tom of Dani, die stralen rust uit en zijn altijd aanspelbaar."

Maar ook kent hij zijn verbeterpunten, zoals uitkomen bij hoge ballen en zijn 'trap' die nog beter moet. "Het liefst zoals Joey dat doet, het gemak waar die de bal van de ene 16 naar de andere 16 schiet."

Rustgevend

Naast het voetbal slaat



Desley ook nog regelmatig een balletje golf, o.a. met Max en Sverre of met vrienden uit Purmerend. "Natuurlijk is golf veel individueler dan voetbal, ook daar drink je een drankje achteraf, maar met drie of

vier man is dat toch anders dan met een heel HBOK-team. Maar", sluit Desley af, "golf is meer ontspannend, in de zomer op m'n gemak een baantje lopen is toch rustgevender."



'Ondertussen bij het eerste..'

Rachid Lamalam:

“Ik blijf Amsterdammer en HBOK is mijn 2e huis”

Assistent trainer Rachid Lamalam gaat onze club na 6 jaar, in 2 periodes, verlaten. Niet omdat het hem niet bevalt, integendeel, zijn hart zal voor altijd aan onze mooie club verbonden blijven. Rachid kreeg een fantastische uitdaging om in het buitenland aan de slag te gaan als General Event Manager bij een grote evenementen-organisatie. Een baan die hem, na ruim 23 jaar organiseren van sportevenementen over de hele wereld, op het lijf geschreven is.

☰ Pedro Dado | 📷 Rikus de Lange

Van de intimiteit van een kleine voetbalclub naar de organisatie van grootschalige evenementen zoals Ninja Warrior, Masterchef, Boksgala's, concerten of de presentatie van de nieuwste Porsche, is daar überhaupt maar één vergelijking mee te maken?

"Eigenlijk niet" antwoordt Rachid, "de enige vergelijking die ik kan maken is dat ik ook hier het maximale rendement probeer te halen uit hetgeen waar ik mee bezig ben. Dat is gelijk als ik altijd bij HBOK heb gedaan.

'Die vervelende zeikerd met z'n ge-app', 'daar heb je hem weer met die klote warming up'

Doogeërgerd

Ik weet zeker dat elke speler die ik heb getraind, zich wel één of meerdere keren heeft doodgeërgerd aan mij: 'Die vervelende zeikerd met z'n ge-app', 'daar heb je hem weer met die klote warming up'. Maar dat heb

ik altijd gedaan uit passie, uit de pure overtuiging om hem op dat moment 100% te laten renderen, in de hoop om 'm scherp te krijgen."

Herinneringen

Als een definitief vertrek uit Nederland ziet Rachid het zeker niet. "Ik ben en blijf Amsterdammer en HBOK was en is altijd mijn 2e huis. Dus zodra ik even tijd heb dan kom ik terug, even een harinkje eten en natuurlijk naar HBOK kijken, dus jullie gaan me nog vaak genoeg zien."

Het Middenveld

Rachid heeft wel duizend mooie herinneringen aan HBOK. En zonder alle andere momenten te kort te doen, was het kampioenschap van de 2e klasse toch het mooiste. "Met name de manier waarop, het fundament lag er al door Kai en is toen goed afgemaakt door Juan Coto."

Trainingskamp

Ook aan het trainingskamp in Valencia dat jaar heeft hij goede herinneringen: "Bizar gewoon, elke dag gebeurde er weer iets onverwachts. En dan die wedstrijd tegen Smitshoek, geweldig!

Dat was wel hét trainingskamp waaruit de kracht van HBOK zichtbaar werd, als één man achter de club!"

"HBOK is een warme club, iedereen is relaxed en toelaatbaar, wie het ook is. Je kunt altijd direct naar iemand toe gaan als er iets is en iedereen werkt op zijn of haar manier mee. Zo maken we samen de club, What you see is what you get!" En op mijn vraag wat er beter zou kunnen bij HBOK antwoordt hij: "Wauw, moeilijke vraag, maar als er iets beter kon, dan hadden we dat toch al gedaan?"



Emoties

En dan komen de emoties. Op mijn vraag wat hij het meeste zal missen, schiet Rachid vol. "Tja, als je het zo vraagt, dan komt het wel erg dichtbij".

Met tranen in zijn ogen sluit hij af: "Gewonnen of verloren, de duim of het wegwerpgebaar van Ome Fran. Als ik het Klompenhok binnenkwam, soms durfde ik

eigenlijk niet naar binnen, dan kon ik bij Ome Fran op het matje komen. 'Kom 's effe zitten, mijn jongen, ga jij me eens uitleggen wat er fout ging'. Kijk, dat is voor mij HBOK!"

Het is duidelijk: Rachid gaat HBOK missen, maar wij hem misschien nog wel meer!

Op de bal...

Het begon op blote voeten

Wie heeft er thuis nog een paar gebruikte voetbalschoenen staan? Net te klein maar nog goede noppen, of te groot en gedragen door je broer of zus? Lever ze dan in bij HBOK. Alle maten welkom zolang ze nog goed te dragen zijn en het profiel niet kapot is.

Brenda Jonker | Aangeleverd

Waarom?

Je doet er een voetballer in Kenia een groot plezier mee. In de Loita Hills voetballen ze vaak op blote voeten vanwege gebrek aan schoenen. Of op 2 verschillende schoenen met verschillende maten. Op schoenen die helemaal niet bedoeld zijn om mee te voetballen.

Hoe zit het?

Niels Kramer, de vader van Ted (HBOK-JO13-1),



is architect en ontwerpt momenteel een probono project vanuit het bedrijf waarvoor hij werkt (JLL-

Tétris Design x Build) voor de Maasai stam uit de Loita Hills in Kenia. De vraag van Maasai Chief Sanka-



le Ole Ntutu kwam begin 2023 per toeval bij Niels via LinkedIn binnen; ontwerp, financier en bouw een Community Center zodat de Maasai tribes in de regio een plaats hebben om samen te komen en hun ceremonies kunnen verrichten, jongeren les kunnen geven en rangers kunnen opleiden om de flora en fauna in het gebied (verspreid over Tanzania en Kenia) te kunnen beheren. Dat alles op een zo duurzaam mogelijke manier waarbij de Maasai community het geheel kan bouwen en beheren (onder technisch toezicht van het team van Niels). Het project heet inmiddels ENKANASA, dat betekent zoiets als 'omhelzing' en betekent tevens 'baarmoeder' in de lokale Maasai taal. Zie bijgaande renders/artist impressions van het ontwerp hoe het er hopelijk uit zal komen

te zien wanneer er genoeg geld is ingezameld om het te bouwen, hopelijk later in 2024.

Het Begon Op Blote Voeten...

Er zijn in de omgeving een paar lokale voetbalteams, maar de vraag naar (redelijke) voetbalschoenen is groot. Zoals te zien is op de foto's voetballen sommigen op blote voeten, op volledig versleten schoenen of zelfs op 2 verschillende 'normale' schoenen. Het zou leuk zijn

wanneer alle voetballers van het lokale team 'eigen' voetbalschoenen kunnen krijgen waarmee ze meer kans maken op de winst in de regio!

Hier kunnen we samen een verschil maken van *Het-Begon-Op-Blote-Voeten* naar *FC LoitaHills!*

Je kan je schoenen, schoon en voorzien van veters, tot tot einde seizoen inleveren in de krat in de kantine van HBOK.



Voor meer info over het project ENKANASA kan je Niels benaderen op 06-43369382.



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: Daley Ernestus

Voor veel jonge spelers is Sint Maarten natuurlijk een heel fijne feestelijke dag, maar het was juist op die dag dat Daley tijdens een wedstrijd zijn sleutelbeen brak en daardoor nu nog steeds niet zijn team kan versterken.

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Evelien van der Horst

Je hebt toen je sleutelbeen gebroken, hoe kwam dat?

"Ik ben een nogal fysieke en fanatieke speler en kwam als spits via een duel met een speler tegenover hun keeper en heb mezelf zeg maar via hem gelanceerd. Na de landing bleek het toch aardig mis te zijn."

Als ik de uitslagen van jullie team zie wordt je als spits flink gemist.

Gaat het nu nog lang duren voor je weer het veld op mag? "Haha, ik weet niet of ik in mijn eentje veel kan doen aan ons scoren, maar gelukkig mag ik binnenkort weer volledig mee doen met trainen en spelen. Dan heeft het wel 18 weken geduurd! Half maart zou ik weer actief in het veld moeten staan."

Je zegt dat je nogal fysiek speelt, is dat een familietrekje?

"Ja, dat kun je wel zeggen. Mijn zus Zenzy (J013) staat er ook om bekend dat ze nogal stevig in het veld staat en echt flink wat jongens hebben, terecht, respect voor haar. Wij gaan de duels niet uit de weg, maar we spelen wel netjes volgens de regels hoor!"

Waar zie je naar uit als je weer mag spelen?

"Ik heb vooral gewoon weer zin om te mogen voetballen, maar kijk nu alweer uit naar het toernooi in België. Dat is echt geweldig en ik hoop dat het dit jaar weer georganiseerd gaat worden."

(red. inmiddels is bekend dat de J013, J015 en J017 inderdaad zullen afreizen naar Oostende met Pinksteren)

Is er nog iets wat op de club beter zou kunnen?

"Nee, niet echt denk ik. Maar als er in de kantine een tafelfoetbalspel zou komen zou dat wel fijn zijn. Tafelfoetbal spelen kan je vrijwel zonder blessures!"



Langs de lijn...

Goede Voornemens

Of: Wat Willem Barendtsz niet lukte, lukt Benno nu misschien wel...?



Benno van Tilburg (senioren 45+) heeft het al een keertje voor elkaar gekregen dat een replica van een VOC schip de halve wereld over zeilde naar Amsterdam. En nu heeft hij een misschien nog wel wilder avontuur voor ogen...

☰ Jeroen Staalenhoef | 📷 Aangeleverd

Zo'n twintig jaar geleden maakte de Duyfken, een replica van het schip waarmee in 1606 Australië voor het eerst door Europeanen bereikt werd, zeilend de overtocht van Sydney naar Nederland. En met Sail 2025 voor de deur zijn er nu plannen om dit schip sa-

men met de nog maar net opgeleverde 'Witte Swaen' via de Noordroute naar de Beringstraat te laten varen. De Witte Swaen is een replica van het expeditieschip van Willem Barendtsz, dat ooit zo jammerlijk bij Nova Zembla vast kwam te zitten.



Benno is fanatiek voetballer, maar in de echte wereld beter bekend als maritiem historicus en hij was ooit ook directeur van het Maritiem en Juttersmuseum op Texel. Gezien de klimaatverandering is het in theorie nu mogelijk om in augustus/september de overtocht langs 'De Noord' te maken. En hoe mooi zou het zijn als na Sail 2025 een aantal schepen dit grote avontuur zouden ondernemen? Naast de Witte Swaen en De Duyfken zou ook De Halve Maen die in Enkhuizen ligt deel kunnen nemen aan de tocht.

Kostbaar kadootje

Er liggen natuurlijk wel nogal wat (ijs-) beren op de weg. Zo is Nova Zembla onderdeel van Rusland en is het nu nog maar de vraag of je daar dan langs mag of wil. Maar Spitsbergen zou op zich ook al een mooie bestemming zijn. Ook kost het nogal wat om bijvoorbeeld alleen al de Duyfken naar Nederland te krijgen en hier te onderhouden. De overtocht zou dan per containerschip gaan en een enkeltje schat Benno toch al gauw op zo'n 80.000 euro. Maar dat valt nog in



hebben. Want dat het een perfect te filmen winters avontuur zal zijn in de stijl van de reis van de Beagle, staat wel vast. In elk geval heeft Benno al een keer eerder het 'onmogelijke' voor elkaar gekregen en is hij er de man wel naar om hierin het voortouw te nemen.

Bemanning ronselen

Daarnaast zal het bijeen krijgen van de bemanning ook nog wel wat tijd in beslag nemen. Gewoon even op de Zeedijk bij het Aepjen wat ronselen is er niet meer bij. De kennis van het zeilen op dit soort schepen is nu bij nog maar een kleine groep liefhebbers aanwezig. Bovendien is het erop slapen bepaald geen pretje, weet Benno uit ervaring 'Je ligt op matjes boven op elkaar en de privacy is nul'. Bij de overtocht van de Duyfken bleek dan ook dat je vaak van bemanning moet wisselen om het een beetje leuk te houden. Maar om na weken op zeil met zo'n mooi schip de haven binnen te lopen ziet Benno wel tot zijn alermooiste herinneringen. Misschien valt er bij ons toch nog iemand voor dit avontuur te ronselen?

het niets bij het onderhoud, dat voor een jaar wel tot een half miljoen op kan lopen. Een goede reden voor Sydney om het sloopje even cadeau te doen...

De reis van de Beagle

Maar er zijn natuurlijk best wel sponsorgelden te vinden. Niet alleen vanuit de maritieme wereld of het bedrijfsleven, maar ook milieuorganisaties, filmmaatschappijen en omroepen zouden interesse kunnen



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."

Niet zomaar een makelaar!

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

Van de Steege
Alwin Meij
Makelaar
+ 06 20 17 17 22
alwin@vandesteeg.nl

Nieuw leven inblazen?

Soms als zaken goed lopen, kan er wel eens een gevoel komen van "prima, gaat goed, laat maar lopen." Maar daar sluipt wel een gevaar in, ieder mens heeft uitdagingen nodig en moet soms getriggerd worden om de zaken weer even op scherp te zetten. Daar heeft het bestuur een verantwoordelijke taak om dit soort zaken te bewaken en waar nodig actie te ondernemen.

Op dit moment is dat een beetje gaande, niet direct zichtbaar, maar wel voelbaar bij sommige leden en vrijwilligers. Dus we gaan de schouders er weer even onder zetten om het juiste gevoel terug te krijgen. En niet alleen het bestuur en de vrijwilligers die de club nu draaiende houden, maar dan doen met z'n allen!

En hoe gaan we dat doen dan? De gezelligheid mag weer wat beter terugkomen. Er moet meer saamhorigheid komen tussen alle leden binnen de club, van de jongste jeugd tot de veteranen bij de 45+.

Ik hoor sommige zeggen, "Maar het is bij ons prima gezellig hoor, geen probleem?" Dat is uiteraard hartstikke mooi, maar dan wil ik jullie uitnodigen om dit uit te stralen naar andere leden en teams. Want wij vinden dat we met z'n allen HBOK vormen en dat betekent ook energie in elkaar steken.

Op die manier is er voor iedereen die dat voorstaat plek binnen onze club en zal dat ook zo ervaren worden. Misschien is dat wel het allerbelangrijkste, dat je er gewoon ook bij hoort, want HBOK is een club voor iedereen!

En hoe gaan we dat aanpakken zal je afvragen? Nou om te beginnen zal er vanuit het bestuur goed gekeken en ook geluisterd worden naar haalbare wensen van de leden. Heb je iets waarvan je het idee hebt dat het de club ten goede komt? Stuur dan een mailtje naar info@hbok.nl met je idee of wens, dan kijken we of en hoe we dat kunnen invullen. Uiteraard is het dan ook direct wel de bedoeling dat je daar ook zelf aan meewerkt om dat tot stand te brengen.

Vanuit het bestuur zullen er diverse acties ondernomen worden om iedereen die betrokken is ook een onderdeel van de club te laten worden met divers vrijwilligerswerk. Denk nou niet "Mij niet bellen!" want onze ervaring is dat iedereen die meewerkt aan de club dat ook als zeer prettig ervaart.

We zullen in La Klompa alle positieve acties gaan vermelden, zodat je ook kan zien wat er allemaal geregeld wordt. Eén van die positieve zaken is dat er nu drie man uit het tweede zijn opgestaan en zich bezig gaan houden met evenementen in de club. Dit als toevoeging op de bestaande activiteiten. Sam, Martijn en Lorenzo, succes en we zijn zeer benieuwd naar het eerste evenement!



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

sputkorf HVN

HOOGWERKERS STEIGERBOUW PONTONS



085 - 488 54 51

verhuur@sputkorf.nl www.sputkorf.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