

## Even voorstellen!

### **Jan-Arend Posthumus, keeperstrainer van de F-, E- en D-pupillen en MC-junioren**

Ik ben Jan-Arend Posthumus, 36 jaar, woonachtig in Drachten. Ben getrouwd met Marijke. Samen hebben we een dochter Aliene (11 jaar) spelend in MD1 en zoon Daan (9 jaar) spelend in de E1. In mijn dagelijks leven werkzaam voor mijn eigen bedrijf J.A.P Timmer- en Onderhoudsbedrijf te Drachten. Buiten mijn werk om heb ik diverse hobby's: wielrennen, samen met mijn kinderen naar SC Heerenveen, in en rondom huis klussen, en op vakantie gaan.

Bij ONT heb ik vanaf mijn 6e levensjaar tot mijn 27e gevoetbald. Hiervan heb ik 18 jaar als doelman gefungeerd. Toen mijn zoontje bij de F-jes begon met voetballen, ben ik 3 jaar leider en trainer geweest. Afgelopen jaar ben ik begonnen als keeperstrainer van de F, E, MD, MC keepers. Vanuit ONT werd me de opleiding, keepercoach niveau 2 aangeboden, en heb deze met succes afgerond in december. Hiervan heb ik weer veel nieuwe inzichten gekregen van het trainersvak buiten mijn eigen ervaringen als keeper om. Beleef veel plezier in het geven van trainingen, de kinderen zijn erg enthousiast. Vooral als je ziet dat ze gedurende een seizoen groeien en ontwikkeling doormaken, geeft dat me veel voldoening.



Groet,

Jan-Arend Posthumus

---

### **Tjeerd Landman, leider van ONT A1**

Mijn naam is Tjeerd Landman en samen met Richard v/d Bie ben ik leider van A1.

Ik werk bij Heijmans Vastgoed (regio Midden en Noord) als directievoerder/toezichthouder in de woning- en appartementenbouw.

Ik ben getrouwd met Jeanette en wij hebben 5 kinderen onder onze hoede.

Remco (18) speelt in A1, Jesper (16) in B1, Thomas (13) in C1, Irene (10) in ME1 en Ivano (5) (nog) niet.

Zelf speel ik ook nog op part-time basis in ONT 5 (It echte fjrde) en doe dit al een jaar of 10 met veel plezier. Kortom elke zaterdag sta ik wel ergens in of langs de velden.

Mijn voetbalroots liggen bij RWF waar ik alle jeugdelftallen doorlopen heb en een jaar of 5 in het 1e gespeeld heb. Daarna 3 seizoenen bij Hardegarijp en vervolgens bij ONT. Wanneer ik niet hoeft te voetballen zie je mij ook wel eens in de buurt hardlopen. (ik probeer elk jaar een halve marathon te lopen dicht bij huis, bij voorkeur de Leijenloop).

In geval van natuurijs bind ik verder graag de ijzers onder voor een mooie toertocht.

In het verleden ben ik bij de F-jes van ONT ook al eens leider geweest en ook help ik wel eens een ander team uit de brand qua begeleiding en vlaggen.

Dit seizoen dus mede-leider van de A1 omdat hiervoor in eerste instantie niemand te vinden was en Richard het niet alleen wilde doen en ik ook niet zodat deze prima oplossing is ontstaan.



Vorig jaar is de A1 gepromoveerd naar de hoofdklasse en dat dit op het veld ook een hoger niveau is moge inmiddels duidelijk zijn. In de eerste seizoenshelft zijn geen punten gehaald en is ook de stemming van de ploeg behoorlijk gezakt.

Het is een kunst om de tweede seizoenshelft het plezier bij de spelers terug te brengen, want dit is toch de basis.

Groet,  
Tjeerd Landman

---

### **Arend de Boer, trainer van ONT B1**

Hallo allemaal,

Ook even een voorstelronde van mijn kant. Ik ben Arend de Boer, ben 32 jaar en ben woonachtig in Opeinde. Hier woon ik samen met mijn vrouw Anneke en onze dochter Ammarins. We wonen alweer een jaar of 12 in Opeinde. Zelf ben ik opgegroeid in de Tike. Ik ken hier de buurten dus al wel aardig.

Ook ONT ken ik aardig, want ik ben hier begonnen met voetballen op mijn 5<sup>e</sup>. Hierna heb ik de hele jeugdopleiding doorgelopen. Op mijn 23<sup>e</sup> ben ik bij de eerste selectie gekomen en heb hier 3 jaar in gezeten.

Daarna ben ik 2 jaar geen voetballer van ONT geweest door verschillende redenen.

In die 2 jaar heb ik mijn geluk beproefd bij Sumar 1. Na die periode ben ik terug gekomen bij ONT om aan de slag te gaan als jeugdtrainer. Wel voetbal ik nog zo nu en dan in het 3<sup>e</sup>.

Ik ben op dit moment trainer van de B1. Dit doe ik ook alweer een aantal jaren. Elk jaar is het weer een nieuwe uitdaging met een nieuwe groep. Het leuke hierin vind ik dat je samen met het team gaat na denken over voetbal en samen tot oplossingen komt. Hierin vind ik het belangrijk dat je veel situaties gaat herkennen en van daar uit gaat denken. Ook technisch trainen vind ik erg belangrijk. Op die manier ga je je eigen basis steeds hoger brengen waardoor handelen met bal steeds sneller kan gaan.

Om mezelf zo goed mogelijk te ontwikkelen als trainer heb ik 2 seizoenen geleden de cursus TC3 jeugd gevolgd en succesvol afgerond. In de toekomst heb ik de ambitie om mijzelf hier verder in te ontwikkelen. Verder ben ik een zeer gedreven en fanatieke trainer die veel passie heeft voor het voetbal.

Groet,  
Arend de Boer

