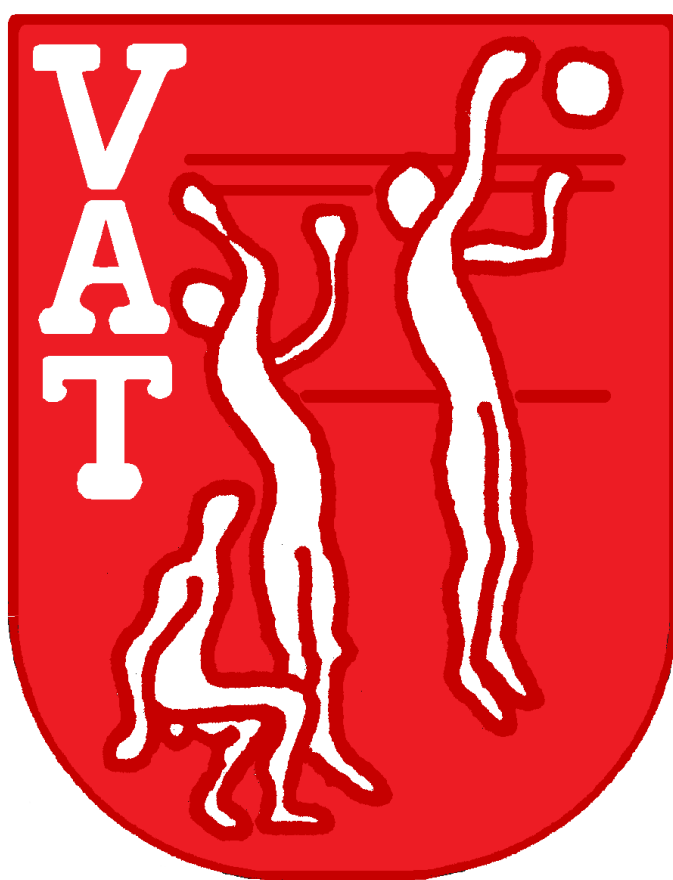


VOLLEYBALVERENIGING

VAT

HOOGERHEIDE



'T VATBLAD

INHOUD

WIE DOET WAT BIJ VAT.....	3
LIDMAATSCHAP MEDEDELING.....	4
WOORDJE VAN DE VOORZITTER.....	4
BEACHWEEK HOOGERHEIDE.....	5
PUZZEL.....	7
COMPETITIE.....	8
WIST JE VATJES.....	10
WEDSTRIJD VERSLAGEN.....	10
VERJAARDAGEN	12
AGENDA	12

WIE DOET WAT BIJ VAT

Voorzitter:	Frank van Campo
Secretariaat:	Carla van Tillo-Lameir
Penningmeester:	Brigitta Goris
Technische commissie:	Mirjam Adriaansen
Nevenactiviteiten:	Mirjam Veelwaard
Website:	Linda van Baal
Vatblad:	Amy & Joyce Lameir



LIDMAATSCHAP MEDEDELING

Belangrijke regels betreffende lidmaatschap Volleybalvereniging VAT:

Inschrijving geschied d.m.v. een inschrijfformulier welke door de trainer wordt uitgereikt (of gedownload van de website). Het ingevulde formulier moet na ondertekening van het lid terug ingeleverd worden bij de trainer. De trainer levert dit formulier z.s.m. af aan het secretariaat die dan vervolgens de lidgegevens in de ledenadministratie verwerkt.

Door het ondertekenen van dit formulier geeft men aan dat dit lidmaatschap na elk speelseizoen stilzwijgend wordt verlengd. Het speelseizoen (ook wel contributiejaar genoemd) loopt van 1 juli t/m 30 juni het jaar daaropvolgend.

!Opzegging van het lidmaatschap: 4 weken voor het einde van het seizoen schriftelijk melden aan de trainer alsmede het secretariaat van de vereniging: per brief of per e-mail

WOORDJE VAN DE VOORZITTER

Beste VATters,

De eerste zonnestralen staan alweer aan de hemel en de temperaturen begin weer te stijgen. Het verzetten van de klok komt weer inzicht, dit betekent dat we inmiddels al weer enkele maanden onderweg zijn in 2016 en het einde van het wedstrijd seizoen ook weer inzicht komt.

Alle teams doen het naar behoren in hun competitie en zowel de dames in de ORV competitie als de heren 1 maken nog steeds kans op promotie. Kortom komt alle de komende thuis wedstrijden naar de tribune om de verschillende teams aan te moedigen. Het einde van het seizoen betekent ook dat bijna iedere actief spelend senioren lid een keer een wedstrijd heeft gefloten als scheidsrechter. Als bestuur willen we dan ook complimenten geven aan een ieder hoe dit is opgepakt en hoe de wedstrijden worden begeleid.

Het voorjaar is aangebroken en dat betekent ook dat het weer tijd is voor de Rabobank clubkas campagne. Ook dit jaar zal de volleybalvereniging weer meedoen en hopen wij de stemmen van de leden van de Rabobank te ontvangen. Elke stem levert namelijk geld op. Later in dit VATblad zullen jullie meer hierover lezen.

Het voorjaar betekent ook langzaam alweer uit gaan kijken naar de zomer. Zo zijn de brieven voor het VATweekend al weer verspreid en hebben de dames van de

commissie belooft dat ze er weer een spectaculair weekend van gaan maken. Hier hebben wij als bestuur alle vertrouwen in. Daarnaast zal er ook dit jaar een beachvolleybaltoernooi worden georganiseerd. Dit zal op een ander moment zijn dan jullie gewent zijn, maar ook hierover kun je meer lezen in dit VATblad. En wanneer de zomer voorbij is en het nieuwe seizoen al lang weer is gestart staat ook op 8 oktober 2016 de VATquiz nog op het programma. De heer en dames van deze commissie zijn inmiddels al in volle voorbereiding. Mis deze leuke quiz avond niet en nodig vrienden en familie uit om deel te nemen aan de quiz.

Voordat ik dit woordje ga beëindigen wil ik ook van de gelegenheid gebruik maken om de kersverse ouders Joost, Mirjam en Meike Adriaansen-Kapitein te feliciteren met de geboorte van hun dochter en zusje 'Mare', dat jullie samen als gezin veel liefde, geluk, gezondheid en (volleybal)plezier mogen beleven.

Namens het bestuur,
met sportieve groet,
Frank van Campo

BEACHWEEK HOOGERHEIDE

VATters,

Dit jaar zal er van 5 tot en met 12 juni de allereerste Beachweek van Hoogerheide worden georganiseerd. In samen werking met diverse middenstand uit Hoogerheide zal er op het raadhuisplein in Hoogerheide de grootste zandbak van de gemeente Woensdrecht worden geplaatst.

Naast de middenstand bundelen diverse verenigingen ook hun krachten. Als volleybalvereniging VAT zijn wij benaderd om op **Zondag 5 juni** een beachvolleybaltoernooi te organiseren. Dit gaan wij dus ook doen.

Op zondag 5 juni zal er op het raadhuisplein in Hoogerheide worden gespeeld. Binnenkort zullen hiervoor de uitnodigingen worden verspreid. Wij zouden het super leuk vinden als veel VATters hier aan meedoen, met elkaar, maar ook met teams van vrienden en familie zodat wij hier een geslaagd evenement van kunnen gaan maken.

Zet het alvast in je agenda en zorg dat je erbij bent. Mocht je in de weken vooraf nog ruimte in je agenda hebben dan zouden wij het supertof vinden wanneer je als vrijwilliger inzet om dit toernooi te doen slagen.

Namens de organisatie,
Corné en Frank van Campo



Steuntje in de rug

Rabobank Zuidwest-Brabant steunt het verenigingsleven op diverse manieren. Een van deze manieren is het sponsor/donatiedebiet, waarbij verenigingen en stichtingen een 'jaarlijks steuntje in de rug' krijgen van de Rabobank. Ieder jaar organiseren we de Rabo Clubkas Campagne.

Stemmen zijn geld waard

In de Rabobank Clubkas Campagne bieden wij de leden van Rabobank Zuidwest-Brabant zeggenschap in de verdeling van onze sponsor/donatiegelden. **Tijdens de stemperiode van woensdag 6 april tot en met maandag 18 april 2016 mogen alle leden van Rabobank Zuidwest-Brabant hun stem uitbrengen op de vereniging(en) of stichting(en) die zij een warm hart toedragen.**

Deze stemmen zijn geld waard. Hoe meer stemmen er op een vereniging of stichting uitgebracht worden, des te meer geld krijgt deze vereniging of stichting.

Het totaalbedrag

In 2016 stelt Rabobank Zuidwest-Brabant een bedrag a € 125.000,- beschikbaar voor de Clubkas Campagne. Nadat alle stemmen uitgebracht zijn, wordt dit totaalbedrag gedeeld door het totaal aantal uitgebrachte stemmen en wordt duidelijk wat de waarde per uitgebrachte stem is. Aan het bedrag dat de vereniging/stichting ontvangt, is geen minimum of maximum verbonden.

Rabobank Clubkas Campagne. Samen onze regio versterken!

Oproep aan alle leden

Het is voor Volleybalvereniging VAT belangrijk om deze actie onder de aandacht te brengen bij familieleden en kennissen die een lid zijn van de Rabobank Zuidwest-Brabant. Aangezien een lid maximaal 2 stemmen op een club mag uitbrengen en zij 5 stemmen moet geven kunnen deze mensen daarom ook een stem aan Volleybalvereniging VAT geven. Wij kunnen deze bijdrage goed gebruiken voor het stimuleren van de volleybalsport in de gemeente Woensdrecht. Dit jaar zullen wij het geld besteden aan activiteit voor de leden van onze vereniging.

Het zou fantastisch zijn als jij en jouw familie en vrienden stemmen geven aan Volleybalvereniging VAT tijdens de Rabobank Clubkas Campagne.

Kijk voor meer info over de Rabobank Clubkas Campagne op https://www.rabobank.nl/particulieren/lokalebanken/zwb/clubkas_campagne/

Bedankt voor jouw steun!

Volleybalvereniging VAT Hoogerheide

Let wel: je moet wel lid zijn van de Rabobank. Een rekening hebben bij de Rabobank is niet voldoende.

PUZZEL

Wat moet je doen?

Deze editie is de puzzel in zekere zin makkelijker.... Want de puzzel is ditmaal een prijsvraag! Een prijsvraag is een opgave / opdracht waarbij een prijs wordt uitgelooft voor de beste of de juiste beantwoording.

En de vraag is.....:

Hoeveel actieve leden (dit wil zeggen competitiespelers maar ook leden die alleen training volgen) heeft VAT?

Degene met het correcte antwoord of degene die het dichtst bij het juiste antwoord zit ontvangt een leuke prijs!

Weet jij of denk jij het juiste aantal te weten? Stuur dan vóór 12 juni 2016 je antwoord naar vat.blad@hotmail.com

Succes en veel plezier met puzzelen!

En de winnaar is?

In de vorige editie heeft wederom een prijsvraag gestaan. Er werd om een zin gevraagd.

En de oplossing was: Kom jij de volgende keer ook naar de ledenvergadering? Ja!

Meerdere leden hebben het goede antwoord opgestuurd, maar er kan er maar 1 de winnaar zijn...

De winnaar is Gioia Geers.
Gefeliciteerd Gioia!



COMPETITIE

Meisjes B 1^e klasse E 1^e helft

		Wedstrijden	Punten
1.	Jola Olympus MB 1	7	30
2.	De Burgst Breda MB 2	6	26
3.	AVC '87 MB 1	6	25
4.	VAT MB 1	6	21
5.	Groene Ster MB 1	7	18
6.	Atak'55 MB 2	7	15
7.	Volley Tilburg MB 3	7	13
8.	Sic Pugno MB 1	6	8
9.	Condor MB 1	5	6
10.	ROWI MB 1	6	6
11.	Westphal Kozijnen CSS MB 1	5	2

Dames 2^e klasse D

		Wedstrijden	Punten
1.	Mytilus DS 1	16	62
2.	Sterre-Voorwaarts DS 3	17	60
3.	YVC DS 1	16	58
4.	Kraftwell Symmachia RSD DS 4	17	57
5.	Sic Pugno DS 2	17	52
6.	VAT DS 1	16	41
7.	Bok DS 2	16	36
8.	YVC DS 2	16	36
9.	Scheldesport DS 1	17	31
10.	Sterre-Voorwaarts DS 4	16	9
11.	Dunamis DS 3	16	8

Dames 3^e klasse B

		Wedstrijden	Punten
1.	Groene Ster DS 1	18	87
2.	Mytilus DS 2	18	79
3.	Sic Pugno DS 4	18	73
4.	VVS'92 DS 2	18	62
5.	Ardito DS 2	18	48
6.	Kr. Symmachia RSD DS 5	18	47
7.	Gavoc'10 DS 2	18	44
8.	YVC DS 3	18	30
9.	VAT DS 2	18	22
10.	Sic Pugno DS 3	18	19
11.	Scheldesport DS 2	18	15
12.	Mytilus DS 3	18	14

Heren 2^e klasse E








		Wedstrijden	Punten
1.	Kraftwell Symmachia RSD HS 4	18	76
2.	Bok HS 1	18	69
3.	VAT HS 1	18	66
4.	Ardito HS 1	18	64
5.	Brug HS 1	18	52
6.	Sic Pugno HS 2	18	50
7.	Gavoc'10 HS 2	18	44
8.	AVC '87 HS 2	19	42
9.	Kikkers HS 1	18	40
10.	AVC '87 HS 3	19	20
11.	Sterre-Voorwaarts HS 3	18	14
12.	Savok HS 1	18	8

Dames 4^e klasse ORV Competitie

		Wedstrijden	Punten
1.	Groene Ster dames 1	13	51
2.	VAT 1	13	48
3.	SBO dames 2	13	30
4.	V.C. 't Aogje dames 2	13	23
5.	KHS/RVC dames 3	12	21
6.	De Burgst dames 2	12	18
7.	DVA 2	12	14
8.	Fier 3	13	10
9.	VIP 1 dames	11	9

WIST JE VATJES

Wist je dat:

-  Wist je dat er tegenwoordig veel nieuw talent op de bok staat?
-  Wist je dat sommige dingen nog een beetje onwennig zijn?
-  Wist je dat Mirjam Leenards de bal vergat?
-  Wist je dat Jorrit nog anderhalf uur studeerde vooraf in de zaal?
-  Wist je dat hij wel zijn kaarten en embleempje vergeten was?
-  Wist je dat Frank gelukkig altijd de redder in nood is?
-  Wist je dat Roy op de training de groepjes maakt aan de hand van bepaalde maten?

WEDSTRIJD VERSLAGEN

Wederom een overwinnen voor de Meiden B!

Zevenbergen - Op zaterdag 23 januari stond de wedstrijd Groene Ster MB1 – VAT MB1 gepland.

Om 14:45 uur vertrokken we naar Zevenbergen zodat we voldoende tijd hadden om in te spelen. Om 16:00 uur begonnen we enthousiast aan de wedstrijd. In het begin van de eerste set kwamen we meteen een paar punten achter, maar na wat tactische tips van Erik in de time-out kwamen we goed terug. Uiteindelijk konden we de set winnend afsluiten met als eindstand 23-25.

De tweede set wonnen we glansrijk met 14-25. In de derde set kwamen we met 18-3 achter, maar wisten toch nog terug te komen tot 25-14. In de vierde set ging het gelijk op, maar wonnen we na een spannende strijd toch nog met 25-27. Ondanks dat de prognose 0-4 was. Waren we erg blij met onze 1-3 overwinning. Met deze vier punten staan we maar één punt achter de nummer 1.

- Pien van Tillo - VAT MB1

SMAKELIJK SPORTIEF

Mensen vinden het vaak lastig te kiezen wat ze moeten eten en drinken rond sportmomenten. Ook is de planning vaak een dilemma. Hieronder vind je een smakelijk én sportief recept wat makkelijk klaar te maken is.

Ingrediënten

- 200 gram Italiaanse roerbakgroenten
- 2 eieren
- Peper en zeezout naar smaak
- 3 sneetjes bruin brood (of twee dikke plakken zelfgesneden boerenbrood à 50 gram)

Bereidingswijze

1. Verhit de wok zonder vetstof.
2. Bak de Italiaanse roerbakgroenten circa 3 minuten, intussen regelmatig omschudden.
3. Breek de eieren in een kom en voeg peper en zeezout naar smaak toe.
4. Klop de eieren kort los.
5. Voeg de eieren bij de groenten en schud de pan even flink heen en weer.
6. Zet het vuur laag.
7. Schraap nu met een spatel het ei-groentemengsel naar één kant van de wok en vouw de stollende omelet om.
8. Draai de omelet met de spatel nog even op de andere zijde en laat hem even garen.
9. Serveer de volkoren boterhammen met het ei-groentemengsel.

Bereidingstijd

- 10 minuten

Voedingswaarde

Energie: 391 kilocalorieën

Eiwit: 24 gram

Vet: 12 gram

Koolhydraten: 46 gram

Voedingsvezels: 10 gram



Ben jij nog iets te jong om dit zelf te maken, maar lijkt dit jou wel lekker? Kijk dan papa en mama lief aan, zij vinden dit vast ook lekker om te eten!

VERJAARDAGEN



Er is er 1 jarig! Hoera! Hoera!

April

03-04-1986 Robin Zwart
10-04-1985 Carlien Broos
19-04-2007 Rutger Buijs

Juni

09-06-1951 Hans Verhaarden
14-06-1998 Ilse van Baal
21-06-1971 Ingrid de Graaff
28-06-1946 Nel Zuidervelt

Mei

01-05-2006 Tijs Paulus
06-05-1967 Fons Wagenaars
23-05-1966 Paulinda Derene
25-05-2006 Jan Borsboom
27-05-1993 Michael Beuckelaers
27-05-1967 Petra van Loon
31-05-1998 Myrthe Paas

AGENDA

April

10 april Clinic spelverdelers Symmachia
23 april Laatste wedstrijd → als afsluiting MegaFouteParty (Brabantse Wal Festival) (kaartjes zijn verkrijgbaar bij Primera)

Mei

14 & 15 mei Beachvolleybal Heerderstrand
21 & 22 mei Beachvolleybal Egmond aan Zee
27 mei Servothon
28 & 29 mei Beachvolleybal Kijkduin

Juni

5 juni Beachvolleybal Hoogerheide
4 & 5 juni Beachvolleybal Vlissingen
11 & 12 juni Beachvolleybal Nesseland
18 & 19 juni Beachvolleybal Rockanje

ALGEMENE INFORMATIE

Trainingen:

Maandag

20.30 – 22.00 uur: Heren 1, competitieteam

Woensdag

20.30 – 22.00 uur: Dames 3

Vrijdag

17.30 – 19.00 uur: CMV

19.00 – 20.30 uur: Meisjes B

19.00 – 20.30 uur: Dames 2

20.30 – 22.00 uur: Dames 1

20.30 – 22.00 uur: Heren 1, allen

Alle trainingen vinden plaats MFC Het Kloosterhof in Hoogerheide.

Afmelden bij je eigen trainer:

Trainer CMV:	Gioia Geers:	06-16210576
Trainer Meisjes B:	Damon Leenards:	06-53680754
Trainer Dames 2:	Roy Lameir:	06-46735310
Trainer Dames 1:	Roy Lameir:	06-46735310
Trainer Dames 3 (WO):	Frank van Campo:	06-20642681
Trainer Heren (MA):	Michael Beuckelaers:	06-34602746

Contact secretariaat:

Carla van Tillo-Lameir

De Jasmijn 8

4631 AX Hoogerheide

Tel: 0164-612961

www.vv-vat.nl

secretariaatvat@gmail.com

Contact website:

Linda van Baal

vatsite@vv-vat.nl

Contact vatblaadje:

Amy & Joyce Lameir

vat.blad@hotmail.com

Wil je jouw stukje in het VATblad hebben of heb je nog tips? Stuur dan een e-mail vóór

11 juni 2016 naar vat.blad@hotmail.com en wij proberen hem in het eerst volgende VATblad te plaatsen!

Het volgend VATblad zal eind juni weer in jullie brievenbus vallen!

Jaargang 4

Nummer 13

Maart 2016

