

**Deelnemers draaiboek Sportweek**

**Waarland**

**7, 8, 9 & 10 juni 2023**



**SPORTWEEK**  
**WAARLAND**

## **Inhoudsopgave**

<b>Hoofdstuk 1 algemeen</b> .....	<b>2</b>
Bestuur .....	2
Inleveren opgaveformulieren .....	2
Prijsuitreiking.....	2
Verdere belangrijke aandachtspunten .....	2
<b>Hoofdstuk 2 Wedstrijdprogramma</b> .....	<b>3</b>
<b>Hoofdstuk 3 Puntentelling</b> .....	<b>3</b>
Puntentelling per onderdeel .....	4
Toekennen van de punten.....	4
<b>Hoofdstuk 4 dag 1 triatlon</b> .....	<b>6</b>
<b>Hoofdstuk 5 dag 2 binnensporten</b> .....	<b>8</b>
<b>Hoofdstuk 6 dag 3 tennis</b> .....	<b>19</b>
<b>Hoofdstuk 7 dag 4 Volleybal</b> .....	<b>23</b>
<b>Bijlage</b> .....	<b>27</b>
Bijlage 1: Deelnemende teams.....	27

## Hoofdstuk 1 Algemeen

Stichting Sportweek Waarland

[sportweekwaarland@gmail.com](mailto:sportweekwaarland@gmail.com)

### Bestuur

Voorzitter	Bo Boekel	06-31901040	<a href="mailto:boboekel@live.nl">boboekel@live.nl</a>
Secretaris	Paul Bakker	06-44906744	<a href="mailto:paul.hannie@hotmail.com">paul.hannie@hotmail.com</a>
Penningmeester	Marian Groot	06-15515445	<a href="mailto:mariangroet@gmail.com">mariangroet@gmail.com</a>
Bestuurslid	Jeroen Wijnker	06-22120545	<a href="mailto:jeroen.wijnker@hotmail.nl">jeroen.wijnker@hotmail.nl</a>
Bestuurslid	Manon Groen	06-29297982	<a href="mailto:manongroen2001@hotmail.com">manongroen2001@hotmail.com</a>

### Inleveren opgaveformulieren

Voor iedere avond levert de teamcaptain de namen van de deelnemers aan bij de organisatie. Maximaal een dag van tevoren wordt dit doorgegeven via de mail. Met de teamcaptain is een Excel-bestand gedeeld waarin de namen ingevuld kunnen worden. De opzet is ook te vinden in bijlage 2.

Het formulier wordt gemaïld naar [sportweekwaarland@gmail.com](mailto:sportweekwaarland@gmail.com).

### Prijsuitreiking

De eerste prijs wordt zaterdagavond na de volleybal om 20:30 uitgereikt. Daarnaast wordt er elke dag nog een prijs uitgereikt voor het team dat eerste is geworden bij het onderdeel. Dit gebeurt woensdag om 21:30, donderdag om 22:15 en vrijdag om 22:15.

### Verdere belangrijke aandachtspunten

- Elke dag meldt de teamcaptain het team aan.
- Zorg dat je, als team zijnde, met alle deelnemende deelnemers elke avond op tijd aanwezig bent.
- Zorg dat je ook op tijd bij de onderdelen staat met de deelnemende deelnemers.
- De nazit van de triatlon wordt gehouden bij de Boereplaats. Hier kan men alleen contant betalen, dus niet pinnen!!
- Donderdagavond bij de binnensporten in het Sportpodium binnenschoenen aan. Anders mag je als deelnemer niet mee doen.
- Volleybal wordt gespeeld op de handbalvelden.
- Wees sportief en maak er een leuke en gezellige week van.

## Hoofdstuk 2 Wedstrijdprogramma

### **Woensdag 7 juni      Triatlon**

Locatie            Zwembad Waarland, Jonkerstraat 23, Waarland

Aanwezig        18:45

Start              19:15

### **Donderdag 8 juni**

Locatie            Sportpodium Waarland, Molenzicht, Waarland

Aanwezig        18:45

Start              19:00

### **Vrijdag 9 juni**

Locatie            Tennisvereniging Waarland, Leiakker 1 Waarland.

Aanwezig        17:45

Start              18:00

### **Zaterdag 10 juni**

Locatie            Sportcomplex Waarland, Smeetsweg 11, Waarland

Aanwezig        14:45

Start              15:00

## Hoofdstuk 3 Puntentelling

### Puntentelling per onderdeel

Triatlon: hier gaat het om de snelste tijd neerzetten.

Binnensporten: 3 punten bij winst, 1 bij gelijk en 0 bij verlies. Wie de meeste punten heeft behaald na de wedstrijden.

Tennis: meeste punten na de wedstrijd.

Volleybal: 3 punten bij winst, 1 bij gelijk en 0 bij verlies. Wie de meeste punten heeft behaald na de wedstrijden.

### Toekennen van de punten

Het team met na vier dagen de meeste punten wint de sportweek Waarland 2023!

Plaats	Punten	Plaats	Punten
1	21 punten + 3 = 24	19	3 punten
2	20 punten + 2 = 22	20	2 punten
3	19 punten + 1 = 20	21	1 punt
4	18 punten		
5	17 punten		
6	16 punten		
7	15 punten		
8	14 punten		
9	13 punten		
10	12 punten		
11	11 punten		
12	10 punten		
13	9 punten		
14	8 punten		
15	7 punten		

16	6 punten	
17	5 punten	
18	4 punten	

## Hoofdstuk 4 dag 1 triatlon

Datum	7 juni
Locatie	Zwembad Waarland
Nazit	Boerenplaats (geen pin mogelijkheid)
Aanvang	18:45
Start	19:15
Contactpersoon	Paul Bakker (06-44906744)
Benodigheden	Mountainbikes fietsen + helmen

Elke teamcaptain meldt zijn team aan om 18:45. Hier wordt door elke teamcaptain op een blaadje de deelnemende teamleden doorgegeven. Vervolgens krijgt de teamcaptain dan nog een keer de tijd dat het team moet starten en hoe laat ze klaar moeten staan bij het zwembad. Er wordt gestart in drie rondes, namelijk om 19:15, 19:45 en 20:15. Elke team moet 5 minuten voor starttijd zorgen dat ze bij het zwembad klaar staan.

### **Triatlon:**

Maximaal 6 deelnemers, waarvan maximaal 4 mannen en minimaal 2 dames, gaan in estafettevorm de triatlon afwerken. Er starten 7 ploegen tegelijk. De uiteindelijke finishtijd bepaalt de einduitslag van deze avond. De sporten zijn: zwemmen, hardlopen en MTB-fietsen. Bij ieder onderdeel gaan er 4 personen (3 man, 1 dame) van start, in het onderdeel mag niet gewisseld worden (de 4 startende personen werken hun onderdeel af). Elk team krijgt een elastiekje dat moet worden doorgegeven. Degene die start heeft het elastiekje om, deze moet hij/zij doorgeven aan de volgende persoon, om verkeerd wisselen te voorkomen.

Om 19:15 starten de eerste 7 teams tegelijk met zwemmen. Er wordt in het zwarte gezwommen, dit zijn baantjes van 49 meter. Aan beide kanten staan 2 teamleden die elkaar gaan aflossen. In totaal zwemt elke zwemmer 2x dit baantje, maar naar 1 baantje wordt er gewisseld van zwemmer. De volgorde van de zwemmers voor het 2e baantje is niet belangrijk dit in verband met onnodig omlopen.

Als alle 4 de teamleden 2 banen hebben gezwommen begint de eerste loper vanaf de badrand aan zijn loopbeurt, richting ligweide. Dit hoeven dus niet alle zwemmers te zijn, hier mag elk team 2 deelnemers wisselen. Het rondje dat gelopen wordt is een rondje om het ligweide terrein (220 meter per ronde). Hierbij loopt elke deelnemer 2 ronden, maar wordt er na 1 ronde van deelnemer gewisseld. Men dient te wisselen in een door ons aangegeven vak, waar het elastiek moet worden doorgegeven. Let wel op: elastiek kwijt, geen tijd.

Nadat alle teamleden 2 ronden hebben gelopen, begint de eerste fietser aan zijn 2 ronden om de oude ijsbaan en ligweide (400 meter per ronde). Ook hier mogen er weer 2 personen worden gewisseld. Bij MTB-Fietsen dienen er 2 ronden te worden afgewerkt, na 1 ronde wederom wisselen. Er wordt weer gewisseld in een door ons gemarkeerd vak waar maar 1 teamgenoot met fiets mag staan om te wisselen. Het wisselen is ook met dit onderdeel met overgave van het elastiek. De uiteindelijke finishtijd bepaalt dus de uitslag van de avond.

**Bijzonderheden:**

- De nazit is bij de Boereplaats. Hier kan alleen met contant geld betaald worden.
- Op blote voeten lopen wordt afgeraden i.v.m. takken op het veld.
- Omkleden is mogelijk op het zwembad.
- De prijsuitreiking is om 21:30.

**Tijdsindeling:**

<b>Tijd</b>	<b>Teams</b>
19:15	Boy's en Banga's Waarland on fire FC Waarland FC Shag De hekkensluiters Enkeltje Co Derde helft
19:45	Onkruid vergaat niet The Blues Team Sint Jan De p@rty keet Ratjetoe sr. Sportvrienden van Amstel Sjimmie S&M
20:15	Binkies De tinies De vergeetmenietjes Hollandse welvaart Team aubergine Alfa De turboslakken



## Hoofdstuk 5 dag 2 binnensporten

Datum	8 juni
Locatie + nazit	Sportpodium Waarland
Aanvang	18:45
Start	19:00
Contactpersoon	Bo Boekel (06-31901040), Manon Groen (06-29297982)
Benodigdheden	Binnen schoenen

De avond begint om 19:00 bij het Sportpodium Waarland. De teamcaptain meldt het team om 18:45 aan. Graag ontvangt het bestuur dan een blaadje met de deelnemers en eventueel coach erop. Voor deze avond kunnen alle deelnemers uit het team verspreid over de spellen worden ingezet. Bij trefbal worden er 6 deelnemers ingezet (minimaal 2 vrouwen), bij tafeltennis 4 deelnemers (minimaal 2 vrouwen) en bij de LU 4 deelnemers (minimaal 2 vrouwen). Graag aangeven wie er bij welk onderdeel meedoet. Bij het aanmelden krijgt ieder team het tijdschema uitgereikt.

Voor deze avond zijn er 3 poules gemaakt van 7. Met de hele poule wordt een onderdeel afgewerkt voor er naar het volgende onderdeel wordt gegaan. In totaal zijn dit drie onderdelen. Elk teamlid dat deze avond met de spellen meedoet, moet binnenschoenen dragen. Zonder binnenschoenen mag je niet meedoen! De deelnemers die deze avond niet meedoen, bevinden zich op de tribunes of in het sportcafé. Niet op het veld zelf. Met uitzondering van de coach. De coach wordt voorafgaand gemeld.

### **Onderdeel 1 tafeltennis**

Tafeltennis wordt met vier teamleden gespeeld, 2 mannen en 2 vrouwen. Het spel wordt twee tegen twee gespeeld. De tweetallen bestaan uit 1 man en 1 vrouw.

De opslag wisselt om de twee opslagen. Er wordt binnen het team om de beurt geserveerd. Per 10 punten in totaal wordt er van tweetal gewisseld, dit betekent dat er een ander tweetal van het team gaat spelen.

### Spelregels

- De punten worden geteld tot de tijd voorbij is.
- De opslag wisselt om de twee keer, elke speler van het team slaat één keer op.
- Er wordt twee tegen twee gespeeld, waarvan er 1 man en 1 vrouw op het veld staat.
- De opslag komt van je eigen rechterhelft en vervolgens in de rechterhelft van de tegenstander; ofwel er wordt diagonaal opgeslagen.

### **Onderdeel 2 trefbal**

Trefbal wordt gespeeld met 6 teamleden, van de 6 teamleden moeten er minimaal 2 vrouwen in het veld staan. Een potje duurt 5 minuten. Het team wint het potje als iedereen van de andere kant is weggespeeld. Gebeurt dit niet binnen de 5 minuten? Dan wint het team dat de meeste spelers in het veld heeft staan.

Als je wordt afgegooid door iemand van de tegenpartij wordt je schijndood. De schijndode staat buiten de lijnen aan de kant van de tegenpartij. Vanaf hier kan er iemand van de

tegenpartij afgegooid worden. Is dit gelukt? Dan mag je weer terug naar je eigen deel van het veld.

Als de bal gevangen wordt van de tegenpartij zonder dat deze de grond heeft geraakt, dan is de persoon die de bal heeft gegooid af en wordt hij/zij schijndood.

### Spelregels

- Hoofd mag niet geraakt worden.
- Afweren mag niet.
- Als je de bal vast hebt mag je maximaal 2 passen zetten, dit geldt zowel voor de schijndode als voor de personen die in het veld staan.
- Overspelen binnen je team is toegestaan.
- Vangt de tegenstander de bal die jij hebt gegooid zonder dat de bal de grond heeft geraakt? Dan ben jij af.
- Als je af bent gegooid, word je schijndood.

### **Onderdeel 3 LU**

Bij de LU is er gekozen voor het foto puzzelspel. Elke keer wordt er een foto getoond in stukjes van 4x4. Deze stukjes staan nog niet goed. Door een bal op het puzzelstukje te gooien draait het puzzelstukje een kwartslag. Op deze manier moeten alle puzzelstukjes goed worden neergezet tot de foto klopt. Welk team als eerste de foto goed heeft staan krijgt een punt. Lukt het beide teams niet om binnen 3 minuten één foto compleet te maken, dan tellen de scheidsrechters welk team de meeste puzzelstukjes gereed heeft.

Elke foto wordt met 2 deelnemers van het team gespeeld. Na elke foto wordt er van deelnemers gewisseld en komen er 2 nieuwe deelnemers in die de volgende foto goed moeten zetten. In totaal wordt dit onderdeel met 6 deelnemers gespeeld.

### Spelregels

- Iedere foto wordt met 2 deelnemers van het team gespeeld.
- Er moet van achter het bankje gegooid worden. Er mag niet op de bank gestaan worden.
- Alleen de 6 deelnemende van het groepje mogen er staan.
- De LU geeft aan wanneer de foto goed staat.
- Er kan met 2 ballen tegelijk gegooid worden. Per deelnemer 1 bal.

### **Bijzonderheden:**

- Dragen van binnensportschoenen is verplicht.
- De muur is naar beneden waardoor er een scheiding bestaat in de zaal. Hier niet onder of omheen lopen, ook niet op de tribune.
- De prijsuitreiking is om 22:15.

### **Tijdsindeling:**

#### **Poule 1**

Onkruid vergaat niet

Waarland on fire

Sjimmie S&M

The Blues

Derde helft  
Team Aubergine  
Hollandse welvaart

### Tijdsindeling

#### LU

Let op! Er wordt hier om de 3 minuten gewisseld van team.

<b>19:00</b>	Onkruid vergaat niet	Waarland on fire
<b>19:03</b>	Sjimmie S&M	The Blues
<b>19:06</b>	Derde helft	Team aubergine
<b>19:09</b>	Hollandse welvaart	Onkruid vergaat niet
<b>19:12</b>	Waarland on fire	Sjimmie S&M
<b>19:15</b>	The Blues	Derde helft
<b>19:18</b>	Team aubergine	Hollandse welvaart
<b>19:21</b>	Onkruid vergaat niet	Sjimmie S&M
<b>19:24</b>	Waarland on fire	Derde helft
<b>19:27</b>	The Blues	Hollandse welvaart
<b>19:30</b>	Team Aubergine	Sjimmie S&M
<b>19:33</b>	Onkruid vergaat niet	Derde helft
<b>19:36</b>	Waarland on fire	Team aubergine
<b>19:39</b>	Hollandse welvaart	The Blues

#### Trefbal

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

**Veld 1**

**Veld 2**

<b>19:55</b>	Onkruid vergaat niet	Waarland on fire		Sjimmie S&M	The Blues
<b>20:00</b>	Derde helft	Team aubergine		Hollandse welvaart	Onkruid vergaat niet
<b>20:05</b>	Sjimmie S&M	Derde helft		Waarland on fire	The Blues
<b>20:10</b>	Team aubergine	Hollandse welvaart		Onkruid vergaat niet	The Blues
<b>20:15</b>	Waarland on fire	Derde helft		Onkruid vergaat niet	Sjimmie S&M
<b>20:20</b>	Hollandse welvaart	The Blues		Team aubergine	Sjimmie S&M
<b>20:25</b>	Derde helft	Onkruid vergaat niet		Waarland on fire	Team aubergine
<b>20:30</b>	Derde helft	The Blues		Sjimmie S&M	Hollandse welvaart
<b>20:35</b>	Onkruid vergaat niet	Team aubergine		Waarland on fire	Hollandse welvaart
<b>20:40</b>	The Blues	Team aubergine		Waarland on fire	Sjimmie S&M
<b>20:45</b>	Derde helft	Hollandse welvaart			

### Tafeltennis

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

#### **Veld 1**

#### **Veld 2**

<b>20:50</b>	Onkruid vergaat niet	Waarland on fire		Sjimmie S&M	The Blues
<b>20:55</b>	Derde helft	Team aubergine		Hollandse welvaart	Onkruid vergaat niet

<b>21:00</b>	Sjimmie S&M	Derde helft	Waarland on fire	The Blues
<b>21:05</b>	Team aubergine	Hollandse welvaart	Onkruid vergaat niet	The Blues
<b>21:10</b>	Waarland on fire	Derde helft	Onkruid vergaat niet	Sjimmie S&M
<b>21:15</b>	Hollandse welvaart	The Blues	Team aubergine	Sjimmie S&M
<b>21:20</b>	Derde helft	Onkruid vergaat niet	Waarland on fire	Team aubergine
<b>21:25</b>	Derde helft	The Blues	Sjimmie S&M	Hollandse welvaart
<b>21:30</b>	Onkruid vergaat niet	Team aubergine	Waarland on fire	Hollandse welvaart
<b>21:35</b>	The Blues	Team aubergine	Waarland on fire	Sjimmie S&M
<b>21:40</b>	Derde helft	Hollandse welvaart		

## Poule 2

De tinies

De Turboslakken

Enkeltje co

Sportvrienden van Amstel

De vergeetmenietjes

Alfa

Ratjetoe SR

### Tafeltennis

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

	Veld 1		Veld 2	
19:00	De tinies	De Turboslakken	Enkeltje co	Sportvrienden van Amstel
19:05	De vergeetmenietjes	Alfa	Ratjetoe SR	De Tinies
19:10	Enkeltje co	De vergeetmenietjes	De Turboslakken	Sportvrienden van Amstel
19:15	Alfa	Ratjetoe SR	De Tinies	Sportvrienden van Amstel
19:20	De Turboslakken	De vergeetmenietjes	De Tinies	Enkeltje co
19:25	Ratjetoe SR	Sportvrienden van Amstel	Alfa	Enkeltje co
19:30	De vergeetmenietjes	De tinies	De Turboslakken	Alfa
19:35	De vergeetmenietjes	Sportvrienden van Amstel	Enkeltje co	Ratjetoe SR
19:40	De tinies	Alfa	De Turboslakken	Ratjetoe SR

<b>19:45</b>	Sportvrienden van Amstel	Alfa	De Turboslakken	Enkeltje co
--------------	--------------------------	------	-----------------	-------------

<b>19:50</b>	De vergeetmenietjes	Ratjetoe SR
--------------	---------------------	-------------

### LU

Let op! Er wordt hier om de 3 minuten gewisseld van team.

<b>19:55</b>	De tinies	De Turboslakken
--------------	-----------	-----------------

<b>19:58</b>	Enkeltje co	Sportvrienden van Amstel
--------------	-------------	--------------------------

<b>20:01</b>	De vergeetmenietjes	Alfa
--------------	---------------------	------

<b>20:04</b>	Ratjetoe SR	De tinies
--------------	-------------	-----------

<b>20:07</b>	De Turboslakken	Enkeltje co
--------------	-----------------	-------------

<b>20:10</b>	Sportvrienden van Amstel	De vergeetmenietjes
--------------	--------------------------	---------------------

<b>20:13</b>	Alfa	Ratjetoe SR
--------------	------	-------------

<b>20:16</b>	De tinies	Enkeljte co
--------------	-----------	-------------

<b>20:19</b>	De Turboslakken	De vergeetmenietjes
--------------	-----------------	---------------------

<b>20:22</b>	Sportvrienden van Amstel	Ratjetoe SR
--------------	--------------------------	-------------

<b>20:25</b>	Alfa	Enkeljte co
--------------	------	-------------

<b>20:28</b>	De tinies	De vergeetmenietjes
--------------	-----------	---------------------

<b>20:31</b>	De Turboslakken	Alfa
--------------	-----------------	------

<b>20:34</b>	Ratjetoe SR	Sportvrienden van Amstel
--------------	-------------	--------------------------

### Trefbal

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

**Veld 1****Veld 2**

<b>20:50</b>	De tinies	De Turboslakken	Enkeltje co	Sportvrienden van Amstel
<b>20:55</b>	De vergeetmenietjes	Alfa	Ratjetoe SR	De Tinies
<b>21:00</b>	Enkeltje co	De vergeetmenietjes	De Turboslakken	Sportvrienden van Amstel
<b>21:05</b>	Alfa	Ratjetoe SR	De Tinies	Sportvrienden van Amstel
<b>21:10</b>	De Turboslakken	De vergeetmenietjes	De Tinies	Enkeltje co
<b>21:15</b>	Ratjetoe SR	Sportvrienden van Amstel	Alfa	Enkeltje co
<b>21:20</b>	De vergeetmenietjes	De tinies	De Turboslakken	Alfa
<b>21:25</b>	De vergeetmenietjes	Sportvrienden van Amstel	Enkeltje co	Ratjetoe SR
<b>21:30</b>	De tinies	Alfa	De Turboslakken	Ratjetoe SR
<b>21:35</b>	Sportvrienden van Amstel	Alfa	De Turboslakken	Enkeltje co
<b>21:40</b>	De vergeetmenietjes	Ratjetoe SR		



### **Poule 3**

Boy's en Banga's  
Team Sint Jan  
De hekkensluiters  
Binkies  
FC Shag  
FC Waarland  
De p@rty keet

#### Trefbal

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

#### **Veld 1**

#### **Veld 2**

<b>19:00</b>	Boy's en Banga's	Team Sint Jan	De hekkensluiters	Binkies
<b>19:05</b>	FC Shag	FC Waarland	De p@rty keet	Boy's en Banga's
<b>19:10</b>	De hekkensluiters	FC Shag	Team Sint Jan	Binkies
<b>19:15</b>	FC Waarland	De p@rty keet	Boy's en Banga's	Binkies
<b>19:20</b>	Team Sint Jan	FC Shag	Boy's en Banga's	De hekkensluiters
<b>19:25</b>	De p@rty keet	Binkies	FC Waarland	De hekkensluiters
<b>19:30</b>	FC Shag	Boy's en Banga's	Team Sint Jan	FC Waarland
<b>19:35</b>	FC Shag	Binkies	De hekkensluiters	De p@rty keet
<b>19:40</b>	Boy's en Banga's	FC Waarland	Team Sint Jan	De p@rty keet
<b>19:45</b>	Binkies	FC Waarland	Team Sint Jan	De hekkensluiters

<b>19:50</b>	FC Shag	De p@rty keet		
--------------	---------	---------------	--	--

### Tafeltennis

Let op! Er zijn twee velden dus let goed op, op welk veld je speelt.

#### **Veld 1**

#### **Veld 2**

<b>19:55</b>	Boy's en Banga's	Team Sint Jan	De hekkensluiters	Binkies
<b>20:00</b>	FC Shag	FC Waarland	De p@rty keet	Boy's en Banga's
<b>20:05</b>	De hekkensluiters	FC Shag	Team Sint Jan	Binkies
<b>20:10</b>	FC Waarland	De p@rty keet	Boy's en Banga's	Binkies
<b>20:15</b>	Team Sint Jan	FC Shag	Boy's en Banga's	De hekkensluiters
<b>20:20</b>	De p@rty keet	Binkies	FC Waarland	De hekkensluiters
<b>20:25</b>	FC Shag	Boy's en Banga's	Team Sint Jan	FC Waarland
<b>20:30</b>	FC Shag	Binkies	De hekkensluiters	De p@rty keet
<b>20:35</b>	Boy's en Banga's	FC Waarland	Team Sint Jan	De p@rty keet
<b>20:40</b>	Binkies	FC Waarland	Team Sint Jan	De hekkensluiters

<b>20:45</b>	FC Shag	De p@rty keet
--------------	---------	---------------

LU

Let op! Er wordt hier om de 3 minuten gewisseld van team.

<b>20:50</b>	Boy's en Banga's	Team Sint Jan
--------------	------------------	---------------

<b>20:53</b>	De hekkensluiters	Binkies
--------------	-------------------	---------

<b>20:56</b>	FC Shag	FC Waarland
--------------	---------	-------------

<b>20:59</b>	De p@rty keet	Boy's en Banga's
--------------	---------------	------------------

<b>21:02</b>	Team Sint Jan	De hekkensluiters
--------------	---------------	-------------------

<b>21:05</b>	Binkies	FC Shag
--------------	---------	---------

<b>21:08</b>	FC Waarland	De p@rty keet
--------------	-------------	---------------

<b>21:11</b>	Boy's en Banga's	De hekkensluiters
--------------	------------------	-------------------

<b>21:14</b>	Team Sint Jan	FC Shag
--------------	---------------	---------

<b>21:17</b>	Binkies	De p@rty keet
--------------	---------	---------------

<b>21:20</b>	FC Waarland	De hekkensluiters
--------------	-------------	-------------------

<b>21:23</b>	Boy's en Banga's	FC Shag
--------------	------------------	---------

<b>21:26</b>	Team Sint Jan	FC Waarland
--------------	---------------	-------------

<b>21:29</b>	De p@rty keet	Binkies
--------------	---------------	---------

## Hoofdstuk 6 dag 3 tennis

Datum	9 juni
Locatie + nazit	Tennisvereniging Waarland
Aanvang	17:45
Start	18:00
Contactpersoon	Jeroen Wijnker (06-22120545)
Benodigheden	Tennisracket (Elk team zorgt zelf voor minimaal 2 tennisrackets)

De teamcaptains melden het team om 17:45 aan, hierbij wordt graag door het bestuur een blaadje ontvangen waarop de deelnemers van de avond staan. De teamcaptains ontvangen hier het tijdschema van de avond.

### Spelverloop

De wedstrijden beginnen om 18:00 en eindigen om 21:50. De klok gaat de hele tijd door, de teams moeten er zelf voor zorgen dat ze op tijd op de baan staan. Per baan is er 1 scheidsrechter aanwezig. Er wordt 2 tegen 2 gespeeld. Na in totaal 10 punten worden de spelers door gewisseld (man voor man, vrouw voor vrouw). Een potje duurt 10 minuten.

### Spelregels

- Dubbel toernooi.
- Ieder team speelt 6 wedstrijden.
- Elk team moet 5 spelers opgeven (team moet bestaan uit minimaal 2 vrouwen).
- Het is een puntentellingssysteem, beginnen op 0, stand kan dus 15-11 worden.
- Serveren gebeurt onderhands, je hebt 1 poging, gaat de bal in het net of uit dan is het punt voor de tegenstander.
  - Als de bal met het serveren via de netrand in het vak gaat, is het opnieuw serveren.
  - Gaat de bal via de netrand uit, is het punt voor de tegenstander.
- Spelers wisselen door om de 10 punten, man voor man en vrouw voor vrouw.
- Na 3 punten wordt de servicebeurt overgegeven naar de tegenpartij.
- Teams met het beste gemiddelde (punten voor / tegen) winnen.
- Hebben teams hetzelfde gemiddelde, wordt er gekeken naar punten voor.
- Hebben teams evenveel punten voor dan wordt er gekeken naar de punten tegen.
- Een wedstrijd duurt 10 minuten met 1 minuut tijd om te wisselen.
- We spelen in 3 poules van 7 teams, elk team speelt tegen elkaar op eigen veld.
- Teams nemen hun eigen racket mee.

### Bijzonderheden

- Geen beschikking tot douches na de wedstrijden.
- Per baan 1 scheidsrechter, die bepaalt wat er op de baan gebeurt.
- Kantine tapt tot 00:00 uur, sluit 00:30.
- De prijsuitreiking is om 22:15.

## Tijdsindeling

### Poule 1 - veld 1

Hollandse welvaart

Hekkenluiters

The Blues

De Vergeetmenietjes

Sjimmie S&M

FC Waarland

Team Aubergine

### Tijdschema

<b>18:00</b>	Hekkenluiters	Team Aubergine
<b>18:11</b>	The Blues	FC Waarland
<b>18:22</b>	De vergeetmenietjes	Sjimmie S&M
<b>18:33</b>	FC Waarland	De vergeetmenietjes
<b>18:44</b>	Team Aubergine	The Blues
<b>18:55</b>	Hekkenluiters	Hollandse welvaart
<b>19:06</b>	The Blues	Hollandse welvaart
<b>19:17</b>	De vergeetmenietjes	Team Aubergine
<b>19:28</b>	Sjimmie S&M	FC Waarland
<b>19:39</b>	Team Aubergine	Sjimmie S&M
<b>19:50</b>	Hollandse welvaart	De vergeetmenietjes
<b>20:01</b>	Hekkenluiters	The Blues
<b>20:12</b>	De vergeetmenietjes	Hekkenluiters
<b>20:23</b>	Sjimmie S&M	Hollandse Welvaart
<b>20:34</b>	FC Waarland	Team Aubergine

<b>20:45</b>	Hollandse welvaart	FC Waarland
<b>20:56</b>	Hekkenluiters	Sjimmie S&M
<b>21:07</b>	The Blues	De vergeetmenietjes
<b>21:18</b>	Sjimmie S&M	The Blues
<b>21:29</b>	FC Waarland	Hekkenluiters
<b>21:40</b>	Team Aubergine	Hollandse Welvaart

### **Poule 2 - veld 2**

Onkruid vergaat niet

De Tinies

Boy's en Banga's

Sportvrienden van Amstel

Binkies

De p@rty keet

Waarland on fire

### Tijdschema

<b>18:00</b>	De Tinies	Waarland on fire
<b>18:11</b>	Boy's en Banga's	De p@rty keet
<b>18:22</b>	Sportvrienden van Amstel	Binkies
<b>18:33</b>	De p@rty keet	Sportvrienden van Amstel
<b>18:44</b>	Waarland on fire	Boy's en Banga's
<b>18:55</b>	De Tinies	Onkruid vergaat niet
<b>19:06</b>	Boy's en Banga's	Onkruid vergaat niet
<b>19:17</b>	Sportvrienden van Amstel	Waarland on fire
<b>19:28</b>	Binkies	De p@rty keet
<b>19:39</b>	Waarland on fire	Binkies

<b>19:50</b>	Onkruid vergaat niet	Sportvrienden van amstel
<b>20:01</b>	De Tinies	Boy's en banga's
<b>20:12</b>	Sportvrienden van amstel	De Tinies
<b>20:23</b>	Binkies	Onkruid vergaat niet
<b>20:34</b>	De p@rty keet	Waarland on fire
<b>20:45</b>	Onkruid vergaat niet	De p@rty keet
<b>20:56</b>	De tinies	Binkies
<b>21:07</b>	Boy's en banga's	Sportvrienden van Amstel
<b>21:18</b>	Binkies	Boy's en banga's
<b>21:29</b>	De p@rty keet	De tinies
<b>21:40</b>	Waarland on fire	Onkruid vergaat niet

### **Poule 3 - veld 3**

De Turboslakken

Team Sint Jan

Derde helft

FC Shag

Enkeltje co

Alfa

Ratjetoe sr.

#### Tijdschema

<b>18:00</b>	Team Sint Jan	Ratjetoe sr.
<b>18:11</b>	Derde helft	Alfa
<b>18:22</b>	FC Shag	Enkeltje co
<b>18:33</b>	Alfa	FC Shag

<b>18:44</b>	Ratjetoe sr.	Derde helft
<b>18:55</b>	Team Sint Jan	De Turboslakken
<b>19:06</b>	Derde helft	De Turboslakken
<b>19:17</b>	FC Shag	Ratjetoe sr.
<b>19:28</b>	Enkeltje co	Alfa
<b>19:39</b>	Ratjetoe sr.	Enkeltje Co
<b>19:50</b>	De Turboslakken	FC Shag
<b>20:01</b>	Team Sint Jan	Derde helft
<b>20:12</b>	FC Shag	Team Sint Jan
<b>20:23</b>	Enkeltje co	De Turboslakken
<b>20:34</b>	Alfa	Ratjetoe sr.
<b>20:45</b>	De Turboslakken	Alfa
<b>20:56</b>	Team Sint Jan	Enkeltje co
<b>21:07</b>	Derde helft	FC Shag
<b>21:18</b>	Enkeltje Co	Derde helft
<b>21:29</b>	Alfa	Team Sint Jan
<b>21:40</b>	Ratjetoe sr.	De Turboslakken

## Hoofdstuk 7 dag 4 Volleybal

Datum	10 juni
Locatie + nazit	Sportcomplex Waarland
Aanvang	14:45
Start	15:00
Contactpersoon	Bo Boekel (06-31901040), Manon Groen (06-29297982)



De volleybal start om 15:00, alle teamcaptains melden hun team aan om 14:45. Bij de volleybal mag het gehele team meedoen. Tijdens het spel staan er 6 teamleden in het veld, waarvan minimaal 2 vrouwen. Gedurende het spel wordt er gewisseld, waardoor het hele team ingezet kan worden.

Tijdens het spelen zijn alleen de teams die spelen op het eerste handbalveld aanwezig. De teams die de ronde erna moeten spelen komen in de laatste minuut aan, zodat ze alvast klaar kunnen gaan staan.

### **Spelverloop**

Bij de volleybal wordt er gebruik gemaakt van 3 velden. Alle teams worden verdeeld over 3 poules (3x7). Ieder team van de poule speelt een keer tegen elkaar. Het eindsignaal van de wedstrijd is meteen het beginsignaal van de volgende wedstrijd, de teams moeten zelf zorgen dat ze op tijd klaar staan. De teams moeten zelf zorgen dat er iemand aanwezig is die de puntentelling bijhoudt op het scorebord. De scheidsrechter beslist.

Iedere wedstrijd duurt 10 minuten. Deze 10 minuten staan ook aan op het algemene scorebord van de handbalvelden. Houd deze in de gaten om op tijd klaar te staan.

### Spelregels:

- 6x achter elkaar opgeslagen als team? Bal gaat naar de tegenpartij.
- Wordt het net geraakt tijdens het spel? Het spel mag gewoon doorgaan.
- Niet in de netten hangen.
- Alleen onderhands serveren.
- Bij het fluitsignaal dat de wedstrijd af is, wordt het punt niet afgemaakt.
- 6 personen in het veld, waarvan minimaal 2 vrouwen.
- Alleen de deelnemers die op dat moment moeten spelen, staan op het veld.

### **Bijzonderheden:**

- De prijsuitreiking is om 20:30.
- De kleedkamers zijn open, zorg dat deze netjes worden achtergelaten.
- De nazit is tot 00:00.

### **Tijdsindeling**

#### **Poule 1**

Onkruid vergaat niet

De Tinies

Boy's en banga's

The Blues

Sportvrienden van Amstel  
Binkies  
De p@rty keet

Tijdschema:

<b>15:00</b>	Onkruid vergaat niet	De Tinies
<b>15:10</b>	Boy's en Banga's	The Blues
<b>15:20</b>	Sportvrienden van Amstel	Binkies
<b>15:30</b>	De p@rty keet	Onkruid vergaat niet
<b>15:40</b>	De Tinies	Boy's en Banga's
<b>15:50</b>	The Blues	Sportvrienden van Amstel
<b>16:00</b>	Binkies	De p@rty keet
<b>16:10</b>	Onkruid vergaat niet	Boy's en Banga's
<b>16:20</b>	De Tinies	The Blues
<b>16:30</b>	Sportvrienden van Amstel	De p@rty keet
<b>16:40</b>	Binkies	Boy's en Banga's
<b>16:50</b>	Onkruid vergaat niet	The Blues
<b>17:00</b>	De Tinies	Sportvrienden van Amstel
<b>17:10</b>	De p@rty keet	Boy's en Banga's
<b>17:20</b>	Binkies	The Blues
<b>17:30</b>	Onkruid vergaat niet	Sportvrienden van Amstel
<b>17:40</b>	De Tinies	De p@rty keet
<b>17:50</b>	Boy's en Banga's	Sportvrienden van Amstel

**18:00** Onkruid vergaat niet Binkies

**18:10** The Blues De p@rty keet

**18:20** De Tinies Binkies

## **Poule 2**

Waarland on fire  
De Turboslakken  
Team Sint Jan  
Derde helft  
De vergeetmenietjes  
FC Shag  
Hollandse welvaart

### Tijdschema:

**15:00** Waarland on fire De Turboslakken

**15:10** Team Sint Jan Derde helft

**15:20** De vergeetmenietjes FC Shag

**15:30** Hollandse welvaart Waarland on fire

**15:40** De Turboslakken Team Sint Jan

**15:50** Derde helft De vergeetmenietjes

**16:00** FC Shag Hollandse welvaart

**16:10** Waarland on fire Team Sint Jan

**16:20** De Turboslakken Derde helft

**16:30** De vergeetmenietjes Hollandse welvaart

**16:40** FC Shag Team Sint Jan

**16:50** Waarland on fire Derde helft

**17:00** De Turboslakken De vergeetmenietjes

<b>17:10</b>	Hollandse welvaart	Team Sint Jan
<b>17:20</b>	FC Shag	Derde helft
<b>17:30</b>	Waarland on fire	De vergeetmenietjes
<b>17:40</b>	De Turboslakken	Hollandse welvaart
<b>17:50</b>	Team Sint Jan	De vergeetmenietjes
<b>18:00</b>	Waarland on fire	FC Shag
<b>18:10</b>	Derde helft	Hollandse welvaart
<b>18:20</b>	De Turboslakken	FC Shag

### **Poule 3**

Sjimmie S&M  
 Enkeltje co  
 De hekkensluiters  
 Team aubergine  
 Alfa  
 FC Waarland  
 Ratjetoe sr.

#### Tijdschema:

<b>15:00</b>	Sjimmie S&M	Enkeltje co
<b>15:10</b>	De hekkensluiters	Team aubergine
<b>15:20</b>	Alfa	FC Waarland
<b>15:30</b>	Ratjetoe sr.	Sjimmie S&M
<b>15:40</b>	Enkeltje co	De hekkensluiters
<b>15:50</b>	Team aubergine	Alfa
<b>16:00</b>	FC Waarland	Ratjetoe sr.

<b>16:10</b>	Sjimmie S&M	De hekkensluiters
<b>16:20</b>	Enkeltje co	Team aubergine
<b>16:30</b>	Alfa	Ratjetoe sr.
<b>16:40</b>	FC Waarland	De hekkensluiters
<b>16:50</b>	Sjimmie S&M	Team aubergine
<b>17:00</b>	Enkeltje co	Alfa
<b>17:10</b>	Ratjetoe sr.	De hekkensluiters
<b>17:20</b>	FC Waarland	Team aubergine
<b>17:30</b>	Sjimmie S&M	Alfa
<b>17:40</b>	Enkeltje co	Ratjetoe sr.
<b>17:50</b>	De hekkensluiters	Alfa
<b>18:00</b>	Sjimmie S&M	FC Waarland
<b>18:10</b>	Team aubergine	Ratjetoe sr.
<b>18:20</b>	Enkeltje co	FC Waarland

## Bijlage

### Bijlage 1: Deelnemende teams

<b>1. Onkruid vergaat niet</b>	Judith Dekker Margret Beemsterboer Marcella Bruin Danielle Bruin Tamara Molenaar Kelly Molenaar Anouk Stam Hans Pater Koen de Waard Sascha Molenaar
<b>2. De tinies</b>  Coaches: Marieke Stam Linda Bruin	Marian Rozendaal Jade Wit Marieke Stam Kelly Bruin Shannon Bruin Noor Boekel Petra van der Gulik Paulien Zutt Bianca van Raaij Anne Veldman Linda Gerrits Marleen Groot (reserve) Nienke Groot (reserve)
<b>3. Boy's en Banga's</b>	Ruby Bruin Joke Biersteker Nanda Wever Stef Smit Mats Stoop Jeroen van Dijk Youri Bruin Nijs Bakker Bart Stoop Gijs Oudeman Lars Nolten Roel Smit
<b>4. The blues</b>	Rob Bruin Krijn Wijnker Thomas Dekker Tom Ruiten Shanna Zutt Nadieh Oudeman

	<p>Judith Doodeman          Jessie van Balgooy          Ayla Mol          Bart Steenman          Jeroen Smit          Johnny Doodeman</p>
<p><b>5. Sportvrienden van Amstel</b></p>	<p>Irene Zutt          Mike Schuijt          Linda Schuijt          Sander Bes          Mirelle Wit          Jacco Zutt          Marian Groot          Bart Groot          Ingrid de Waard          Cindy Kleisterlee          Angelique Boekhorst          Lex de Waard</p>
<p><b>6. Binkies</b></p>	<p>Kiki Dekker          Elisa Bakker          Megan Zutt          Danielle Conijn          Jolijn Benit          Jeanine Bruin          Dickie van Leijen          Paulien Deken          Kristie Nannes          Maaïke Bruin</p>
<p><b>7. De p@rty keet</b></p>	<p>Lynn Veldman          Anouk Braaksma          Lisa Schuurman          Romy Nolten          Emma Borst          Anne Stoop          Joek Smakman          Koen Zutt          Mark de Geus          Bart van Wichen</p>
<p><b>8. Waarland on Fire</b></p>	<p>Simone Dam          Lotte Houtenbos          Ilse Houtenbos          Amber Zomerdijk          Manon van Schagen          Demi Tijssen</p>

	<p>Imke Wilckens  Silke Borst  Lotte Prak  Lilian Zomerdijk</p>
<p><b>9. De Turboslakken</b></p>	<p>Jan Beers  Ad Beers  Jack Bakker  Jesse van Strien  Daan Zutt  Amber Houtenbos  Lotte Poland  Iris Oostenburg  Stef Groot  Faith Band</p>
<p><b>10. Team Sint Jan</b></p>	<p>Carla Olthof  Ellis Schmidt  Floor Snel  Hannie Frederiks  Ilse Dekker  Juliëtte Frans  Karien Manshanden  Monique Gremmen  Ruda Kooyman  Marion Kramer  Maud  Antoinet  Jeroen  Kyle  Margot</p>
<p><b>11. Derde helft</b></p>	<p>Manon Ligthart  Saartje Bekker  Ilse Groot  Maaïke Wempe  Jill Groen  Britt Ridder  Nienke van Strien  Sharon Groen  Jet Dekker  Nina Dekker</p>
<p><b>12. De vergeetmenietjes</b></p>	<p>Cas Jongkind  Joep Blankendaal  Levi Hoogendorp  Pieter de Graaf  Mike Dekker</p>



	<p>Julia Dekker  José van der Wal  Bregje Dekker  Anna Strooper</p>
<p><b>13. FC Shag</b></p>	<p>Luuk Dekker  Cas Kruijer  Joep Poland  Eke Hoogland  Tess Veldman  Jort Galema  Koen Konijn  Mats Beld  Nadine Wardenaar  Roxy Goudsblom  Reserve; Twan Hof</p>
<p><b>14. Hollands welvaren</b></p> <p>Coach  Daphne Kieft</p>	<p>Kars Bakker (captain)  Ralph Smit  Chris Borst  Sebas van Balgooy  Joey Kruijer  Stan Groenland  Yara Snoek  Demi Borst  Celine Schuyt  Isabelle Bruin  Annelou de Rooy</p>
<p><b>15. Sjimmi S&amp;M</b></p>	<p>Jim Langedijk  Dennis Bakker  Maurice Duin  Nils Nolten  Freek Smit  Sil Nolten  Sam Dekker  Rens Groen  Anne Smit  Kim Haagsma  Marloes Smal</p>
<p><b>16. Enkeltje co</b></p>	<p>Jim Blokdijk  Suze Biersteker  Luus Oudeman  Marijn Bakker  Nadine Bruin  Sarah Groen  Lisa Smit</p>

	<p>Chiel Gerdes Mark Dekker Bregt Oudeman</p>
<p><b>17. De hekkensluiters</b></p>	<p>Annemiek Volkers Remon van Diepen Nicolle Schuyt Jelle Moorman Shirley Molenaar Amber Visser Michel Kolkman Judy Kloosterboer Lotte van Balgooy Joeri van Klink Serena Kolkman</p>
<p><b>18. Team aubergine</b></p>	<p>Britt Boekel Boyd Boekel Romain de Jong Bob Houweling Tobias van den Nieuwendijk Joëlle Kat Rosa Groen Phaedra Zijp Luke Burger Geert de Graaf</p>
<p><b>19. Alfa</b></p> <p>Coaches Robert Agenant Marika Mosch (Mamo) Britt de Wit (status nog onduidelijk)</p>	<p>Mike van Herk Bart Schrama Floris Houtenbos (Toef) Jelle Molenaar Job Molenaar Marcel Kramer Sven van der Fluit (Pipo) Rick van Herk Daphne Groot Jessie Joosten Melissa van der Fluit Renate Koomen</p>
<p><b>20. FC Waarland</b></p>	<p>Daan Negenman Lieke Groen Bente Groen Bram Boon Danae Ruiten Frenk Bakker Meg Dekker Niek Reurslag</p>

**21. Ratjetoe sr.**

Coaches

Monique Dekker

Robert Ligthart

Joke Doodeman

Sandra Hogerheijde

Piet wever

Dave Smit

Ilona Smit

Corine Duyn

Peter Koppes

Paulien Kok

Annet Smit

Monique Dekker

Udo Beers (reserve)

Robert Ligthart (reserve)

## Bijlage 2: teamopgave speelavonden

**Graag een dag van te voren opgeven via de mail: [sportweekwaarland@gmail.com](mailto:sportweekwaarland@gmail.com)**

### Woensdag 7 juni 18:45 zwembad waarland Triathlon

Naam team:

1	dame/heer	naam :	
2	dame/heer	naam :	
3	dame/heer	naam :	
4	dame/heer	naam :	
5	dame	naam :	
6	dame	naam :	
7	reserve dame	naam :	
8	reserve heer	naam :	

### Donderdag 8 juni 18:45 sporthal Waarland

Reserves zijn de teamgenoten die ingedeeld zijn bij de andere onderdelen.

Naam team:

LU

1	dame/heer	naam :	
2	dame/heer	naam :	
3	dame	naam :	
4	dame	naam :	

Trefbal

1	dame/heer	naam :	
2	dame/heer	naam :	

3	dame/heer	naam :	
4	dame/heer	naam :	
5	dame	naam :	
6	dame	naam :	

Tafeltennis

1	dame/heer	naam :	
2	dame/heer	naam :	
3	dame	naam :	
4	dame	naam :	

Vrijdag 9 juni 17:45 Tennisvereniging Waarland

Naam team:

1	dame/heer	naam :	
2	dame/heer	naam :	
3	dame/heer	naam :	
4	dame	naam :	
5	dame	naam :	
6	reserve dame	naam :	
7	reserve heer	naam :	