

Zaterdag 10 november 2018

TRIBUNE-INFO



**ORION**
Volleybal Doetinchem

13.00 uur Orion Volleybal H3 - Twente 05 H1

15.00 uur Orion Volleybal D2 - Twente 05 D1

15.00 uur Orion Volleybal H2 - Focus4U Woudenberg H1

18.00 uur Orion Volleybal D1 - VV Utrecht D1



SEESING PERSONEEL



Voorbeschouwing

ORION DAMES 1 - VV UTRECHT DAMES 1

door Marcel van Zuijlen, trainer/coach Dames 1



Doel van de beker.

De wedstrijd van vorige week heb ik verdrongen dus gaan we het hebben over de beker. Twee weken geleden zijn we namelijk met het team afgereisd naar Hui-zen om daar de voorronde van de beker te spelen.

Tegenstanders waren Prima Donna Kaas 1 en Dynamo 2.

Na enig speurwerk op de site van de NeVoBo kwamen we erachter dat het toernooi wederom gespeeld zou worden om de best off five.

Met andere woorden maximaal tien sets op één dag. Survival of the fittest dus.

Voor de wedstrijd eerst eens gezellig bij gekletst met de beide coaches van de tegenstander. Al pratende kwamen we erachter dat we hetzelfde doel hadden. Ik zie u denken . . . natuurlijk het winnen van het toernooi! . . . *font!*

Het doel van ons drieën was duidelijk maar één ding. Het ongeschonden uit deze survival komen. Geen blessures of ander leed stond boven aan het lijstje. Als dit dan ook nog gepaard kon gaan met de toernooiwinst was dit zeker mooi meegenomen. Na in het totaal acht sets te hebben gespeeld was de einduitslag duidelijk. Gefeliciteerd Dynamo!

Al jaren is er bij de bond door verschillende coaches aan-gegeven dat het spelen van zo-veel sets fysiek onverantwoord is. Een goed alternatief zou the best of three kunnen zijn. Op deze manier speel je maximaal zes sets op één dag en dat is al meer dan genoeg.

Helaas nemen gedane zaken geen keer. Hopelijk gaat er bij de NeVoBo eens een flinke TL-balk branden zodat winnen het belangrijkste doel van de beker-toernooi kan zijn.

Vandaag weer een normale competitiewedstrijd op het programma. De dames van Utrecht komen op bezoek. Een geduchte tegenstander. Na een uitvoerige analyse is er weer een strijdplan uit de hoge hoed verschenen. Ik ga er vanuit dat we u van-avond weer gaan vermaken met een mooie pot volleybal en bedank u alvast voor uw support.

Stand Topdivisie

1	OBEG Donitas D1	6 - 15
2	Peelpush D1	6 - 14
3	VV Utrecht D1	5 - 11
4	Orion Volleybal D1	6 - 11
5	IMS/Voltena D1	4 - 9
6	Laudame Fin. VCN D1	5 - 9
7	VoCASA DS 1	6 - 9
8	Inn.makelaars.nl WSV D1	6 - 9
9	SV Dynamo D1	6 - 4
10	Prima Donna Kaas D1	5 - 3
11	Dros-Alterno D2	6 - 3
12	IBM/Veracles D1	5 - 2

Tribune Info is een uitgave van de Vriendenclub Orion

Coördinatie:
Jan Bosma
Jaël Veenstra

Fotografie:
Hans van Dijk
Gevel Fotografie

Vormgeving:
René Jansen
Druk:
Drukkerij Siebelink



Orion Volleybal Dames 1

1	Heleen Fokkinga	25 jaar	1.80 m	Midspeelster
2	Sanne Heusinkveld	31 jaar	1.87 m	Midspeelster
3	Iris Reulink	25 jaar	1.80 m	Midspeelster
4	Marije van der Velde*	30 jaar	1.80 m	Passer/loper
5	Sandra Duinkerken	27 jaar	1.78 m	Libero
6	Bente Veenstra	24 jaar	1.78 m	Spelverdeelster
7	Dirkje Berendsen	26 jaar	1.86 m	Spelverdeelster
8	Laura Klaver	24 jaar	1.83 m	Diagonaal
9	Maureen Reulink	22 jaar	1.72 m	Passer/loper
10	Linda te Molder	29 jaar	1.81 m	Diagonaal
11	Silke Bruil	16 jaar	1.86 m	Passer/loper
12	Jaël Veenstra	26 jaar	1.74 m	Libero
<i>*Gebleserd en vervangen door:</i>				
4	Michelle van der Wens	30 jaar	1.83 m	Midspeelster

Trainer/coach: Marcel van Zuijlen
Assistent/trainer: Jet Timmers

Fysiotherapeut: Martin Moons
Teammanager: Michel Lenderink

Officials: 1e Scheidsrechter: Benno Meijer, 2e Scheidsrechter: Frans Jongkoen,



W Utrecht Dames 1

1	Emma Rekar	20 jaar	1.73 m	Libero
2	Lobke van Oosterom	22 jaar	1.79 m	Spelverdeelster
3	Emma Visser	21 jaar	1.80 m	Passer/loper
4	Anne Beukers	24 jaar	1.79 m	Passer/loper
5	Judy Broersma	19 jaar	1.80 m	Diagonaal
6	Lisanne Baak	24 jaar	1.89 m	Midspeelster
7	Nienke Oostenbrink	24 jaar	1.92 m	Midspeelster
8	Laure Snijders	23 jaar	1.90 m	Midspeelster
9	Leanne Verdonck	23 jaar	1.83 m	Spelverdeelster
10	Jesca de Jager	22 jaar	1.78 m	Passer/loper
11	Bianca Gommans	30 jaar	1.79 m	Passer/loper
12	Lisa Harmsen	27 jaar	1.83 m	Diagonaal

Trainer/coach: Arjen Schimmel
Ass. trainer/coach: Jasper Diefenbach

Ass. trainer/coach: Wouter Stoltz
Teammanager: Marjolijn Hengstmengel

Beoordelaar: Hans van Elst, Lijnrechters: Bennie Reulink en Tony Overklift Vaupel Kleyn.

DALES
AUTOVERHUUR

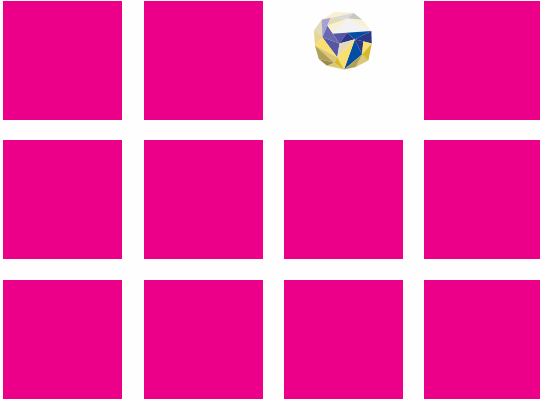
HOLLARTS
PLASTIC GROUP

Tieleman
Bouw B.V.

Myrtax
Bewindvoering



**BAX WENST
ALLE TEAMS VAN ORION VEEL SUCCES!**



Terecht. Ter zake. Tezamen.

www.baxadvocaten.nl



PEER
TUINCENTRUM &
SIEBSTRATING

Adres:
Auroraweg 5, Dichteren / Doetinchem
Tuincentrum tel: 0314 - 33 38 49

Openingstijden:
Ma. t/m Do. 09:00 - 18:00 uur
Vrijdags 09:00 - 20:00 uur
Zaterdags 09:00 - 17:00 uur

PEERDOETINCHEM.NL

**TUIN
AANLEGGEN?**

- * Groot assortiment planten
- * Binnen & buiten potterrie
- * Ruime keuze sierbestrating
- * Vanaf 30m² gratis thuisbezorgd in de regio

DIRKJE BERENDSEN EN LAURA KLAVER, DAMES 1

Spelletjes spelen



Wij hebben een geweldig leuk team, we volleyballen al jaren met elkaar en samen hebben we al heel veel trainingsuren in de sporthallen doorgebracht. Gezonde concurrentie en wkelijks steeds weer opnieuw elkaar beter proberen te maken en leren van de voorgaande wedstrijden.

Volleybal is een mooi spelletje, maar we doen samen nog meer leuke spelletjes.

Onderweg in de bus reizen we door heel Nederland en spelen dan black stories en 30 seconds, een heerlijke ontspanning. Wat gegarandeerd zorgt voor gelach.

Black stories; Het oplossen van moordzaken. Dat is iets waar wij goed in zijn. Er worden goede vragen gesteld en af en toe wat minder snuggere vragen. Maar dat hoort erbij. Wat er ook bij hoort, is heel veel plezier. En daar zijn wij goed in. Vanmiddag spelen we het spelletje waar we drie keer per week voor trainen.

Wij wensen u veel plezier bij het oplossen van het vraagstuk: wat wordt de uitslag van vandaag?

Heel veel plezier en hopelijk kunnen we ons vandaag revancheren.



Ook deze zaterdag hebben wij mini's die ons gaan assisteren. Vandaag openen Anne en Hieke samen de wedstrijd tegen VVU! Zij mogen de eerste rally van de wedstrijd spelen. Wij stellen ze beide graag aan u voor:

Anne en Hieke zijn teamgenoten en spelen in team 41.

Anne is 9 jaar oud. Anne vindt het leukste aan volleybal dat het een teamsport is. Ze is met team 31 kampioen geworden, zoals u kunt zien op de foto.

Hieke is 8 jaar oud. Ook Hieke vindt het leuk om te volleyballen met haar teamgenoten.

Ze is ook goed in handstanden maken. Ook vindt Hieke het heel leuk om liedjes te zingen tijdens de wedstrijd.

Anne en Hieke heel veel plezier tijdens de wedstrijd. Wij horen graag jullie teamliedjes!



*Meer dan 25 jaar
Rotsvaste kwaliteit*

rots.tegelwerk@hotmail.com
06 25 09 12 34

Tegelwerk,
Natuursteen,
Afwerkvloeren
Ook voor betonlook:
Badkamers, vloeren, wanden,
keukens, meubilair...



Groeiend Groen

Kwekerij - Hoveniersbedrijf

Doetinchemseweg 8
7035 CR Kilder
Telefoon: 0314 - 68 32 51
E-mail: info@groeiendgroen.nl

www.groeiendgroen.nl

Voorbeschouwing

ORION DAMES 2 - TWENTE 05 DAMES 1

door Jeroen Hamminga, trainer/coach Dames 2

The story continues . . .

Via facebook 'Orion Volleybal Doetinchem Dames 2' volgen jullie ons natuurlijk op de voet.

Al zijn er vast mensen die liever via deze tribune-informatie een update lezen over hun favoriete team.

Speciaal voor jullie:

Er kan veel gebeuren in een korte tijd. Lazen jullie al eerder dat Marre Raddatz en Hannah Jansen geblesseerd waren. Is inmiddels Irene Bloem geblesseerd uitgevallen in haar poging om de plek van Marre met verve in te vullen.

Dat was dus helaas van korte duur. Gelukkig lijkt het mee te vallen en hopen we Irene snel weer in combat-mode terug te hebben.

Gelukkig voor ons is Sophie de Munck een multi-talent en weet zij haar vrouw te staan op nog steeds die lege plek van Marre. En heeft Hannah Jansen eindelijk haar eerste competitiewedstrijd kunnen spelen tegen Morgana DVO DS1. Mede met jullie steun speelde zij en het team een echte vechtwedstrijd die knap met 3-1 werd gewonnen. En dat we opnieuw een set boven de dertig punten speelden en wonnen: we raken er (bijna) aan gewend.

Op vrijdagavond 2 november 2018 reisden we af naar Ootmarsum voor een stunt tegen Springendal-Set-up '65 DS3. Onder de bezieldende leiding van Robert van de Gevel die last-minute de honneurs van ondergetekende waarnam (een auto rijdt echt beter met brandstof in de tank) werd goed gestart en ging het tot 17-17 gelijk op. Helaas moesten we ondanks strijd lust onze meerdere erkennen en begonnen we puntloos aan het weekend.

Het bekeravontuur gaat in de tussentijd ook nog steeds verder. Op woensdagavond 17 oktober 2018 werd in Wageningen moeizaam gewonnen van Scylla DS1. Na 2-0 achterstand sloten we de wedstrijd met 3-2 winst af. Dus door naar de volgende ronde!

Vandaag staat Twente-05 DS1 op het programma. Gezien de stand opnieuw een uitdagende tegenstander. Ik wens u veel kijkplezier!



inTECHrity



Al meer dan 10 jaar ondersteunen wij klanten middels een praktische invulling naar een ISO27001/ NEN751x certificering en brengen ISO9001 naar eenzelfde management systeem. Ook de AVG (GDPR) geven wij een praktische invulling. Nieuwsgierig! Check QR-code of ga naar www.intechrity.nl

Uw partner voor ISO certificering



GIRA SOLE SPORT

GIRA SOLE SPORT en GIRA SOLE ART stimuleren sportieve, artistieke en culturele samenwerking tussen Italië en Nederland.
Website: Girasoleart.eu



Orion Volleybal Dames 2

1 Jody Stevering, 2 Sophie de Munck, 3 Marlijn Stelwagen, 4 Hannah Jansen, 7 Anne Overbeek, 8 Myrthe Eijkelkamp, 9 Irene Bloem, 10 Robin Hekkers, 11 Marre Raddatz, 12 Zoë Go, 13 Julia Harmsen. *Trainer/coach: Jeroen Hamminga.*



Twente 05 Dames 1

Kristy Bakhuis, Femke Berger, Simone Blaauw, Ellis Bomkamp, Aniek Deters, Irene Huitink, Carmen Oosterlaken, Ellen Paulussen, Amarens Roman, Sacha Teunissen, Miriam Timmerman, Fleur Vrielink. *Trainer: Hans Krefit.*

Da's nog eens relaxed
bankzitten...



www.meeksmeubelen.nl



Meek's Meubelen

10.000 m² wonen & slapen

3.000 m² modern woondesign | Domineesteeg 14 Ruurlo | (0573) 45 33 49
7.000 m² landelijk wonen & slapen | Ruurloseweg 8-12 Vorden | (0575) 55 18 79



Onze bekeravonturen tot nu toe



Naast de normale competitie doen we ook dit jaar weer mee aan de regionale bekercompetitie. Aan deze competitie doen teams mee die spelen in de tweede klasse tot en met de derde divisie. In de voorronde begonnen we met een wedstrijd tegen Spiker dames 1, meteen de eerste officiële wedstrijd van het seizoen.

Dat het de eerste wedstrijd van het seizoen was, was te merken: we begonnen gespannen en onwennig aan de wedstrijd en verloren daardoor ook de eerste set. De tweede set werd gemakkelijk gewonnen en daarna volgde een spannende set die we met goed spel op de belangrijke momenten toch met 26-24 wisten te winnen. In de vierde set wonnen we opnieuw gemakkelijk door goed te serveren: de eerste overwinning was en feit en met deze overwinning wisten we ons te plaatsen voor de volgende ronde.

In de tweede ronde van de beker speelden we tegen Scylla dames 1 in Wageningen en dit begon met een behoorlijk avontuur, we waren de shirtjestas namelijk vergeten mee te nemen. Gelukkig kon de tas nog op tijd onze kant op komen en konden we op tijd beginnen aan de wedstrijd.

Ze zeggen toch altijd dat een goede voorbereiding het halve werk is? Nou, dat klopt! De eerste twee sets werden namelijk verloren. In de derde set lieten we zien wat we allemaal in onze mars hebben: met een goede serve en goed aanvallend spel werd er gemakkelijk gewonnen: 25-8. In de vierde en de vijfde set was het wat moeizamer, maar ook deze twee sets waren voor ons. Uiteindelijk toch een verdiende overwinning!

Met de overwinning op Scylla zijn we een ronde verder in de beker, de tegenstander is nog niet bekend.

RESTAURANT SYRTAKI

Stand Derde divisie A

1	Springendal-Set-Up '65 D3	6 - 26
2	Tornado Geesteren D1	5 - 22
3	WIK Steenderen D1	6 - 21
4	Kerkemeijer Gemini D1	6 - 16
5	Krekkers D2	6 - 16
6	LEDnovate Esch Stars D1	6 - 16
7	Twente '05 D1	6 - 16
8	Morgana DVO D1	6 - 14
9	Orion Volleybal D2	6 - 13
10	Dros-Alterno D3	4 - 7
11	Rivo Rijssen D2	7 - 5
12	De Hofnar-Bovo D1	6 - 3



Jeugdijg

DOOR MARCO BUITING, TC LID JONGENS- EN HERENLIJN

- 1 Jelmer Clephas,
- 2 Alek Aleksou,
- 3 Teun Merkes,
- 4 Thomas Zanting,
- 5 Bas Jansen,
- 6 Floor Siegers,
- 7 Rik Reinders,
- 8 Jelte Stehwagen,
- 9 Jeroen Luesink,
- 10 Niels Barts,
- 12 Jens Reinders,
- 13 Stefan Voltman.

Vele teams in de promotieklasse zijn amper gekomen van de jeugdige hegemonie van heren 3 afgelopen seizoen, en dan komen ze weer een herenteam tegen van Orion in de promotieklasse van nog jeugdiger elan, genaamd heren 4.

Inderdaad: we hebben niet alleen de jeugd, maar ook de kwaliteit in huis. Verrassend genoeg promoveerde heren 5 afgelopen seizoen via de achterdeur genaamd PD, met als logische gevolg dat het team nu door het leven gaat als heren 4 een niveautje hoger in de promotieklasse.

Dat het een volslagen verrassing was mag eigenlijk wel expliciet benoemd worden. Het team debuteerde namelijk afgelopen seizoen op 1e klasse niveau met als doelstelling handhaving. Dan is een promotie eigenlijk een beloning voor de investering gemaakt binnen de jongens/heren de afgelopen jaren. Voor het nieuwe seizoen werd al snel een 11 koppige selectie samengesteld. Een negental spelers variëren tussen de 14 en 19 jaren en bestaat voornamelijk uit jeugdspelers uit de A/B leeftijd. De voedingsbodem van deze selectie was het voormalig heren 5, aangevuld met de talen-

ten van Topklasse kampioen Jongens B1. Hiermee wordt verklaard de jeugdige variëteit binnen de ploeg. Om de balans in ervaring en senioriteit te krijgen zijn midden twintigers met wat meer volleybal- en levenservaring Stefan Voltman en Floor Siegers verbonden aan de heren 4 selectie.

elan

Verder ligt de staf er ook niet om als het gaat om ervaring: Goran Aleksov en Marco Buiting nemen beiden een training en de coaching voor hun rekening. Deze ervaring moet het team gaan brengen naar een doelstelling die ligt op het handhaven in het linker rijkje in dit debuutjaar promotieklasse. Daarin is het team al behoorlijk onderweg.

Ondanks het feit dat het piekmoment dient komen te liggen in de 2e helft van het seizoen heeft het team al 3 van de vijf wedstrijden overtuigend gewonnen en bezet het een voorlopige 3e plaats op de ranglijst.



je speelt weer eens een keer tegen een jeugdige tegenstander én je houdt nog genoeg zaterdag over de rest van de dag om wat met vrouw en kinderen te gaan doen.

Uiteraard zien we graag onze grote supportersschare elke zaterdag bij de wedstrijden, met natuurlijk ons jeugdig speelplezier als trekpleister. We zijn weer voornemens om er een fraai volleybalseizoen van te maken!

De twee verlies partijen viel er zelfs meer te halen, echter daarin komt vaak nog de jeugdigheid boven drijven, en missen we nog de gewenste vastheid in volleybal en concentratie/focus. Daarin wordt nu op de trainingen keihard gewerkt om het maximale uit de groep en de ontwikkeling van de spelers te halen.

Voor elke opponent is het zeker nog ff wakker worden op de zaterdag. We spelen nog op een starttijd die gangbaar is voor een jeugdwedstrijd, te weten 11:00 uur. Dat is natuurlijk ff slikken. Echter voor elke tegenstander kleven hier een aantal voordelen aan:





UITSPANNING **HET WAPEN** **VAN HEECKEREN**

Voor lekker eten naar het Wapen van Heeckeren
www.wapenvanheeckeren.nl
ook voor feesten, partijen en vergaderingen



Persoonlijk, betrokken en dichtbij

Uitvaartzorg

- * Stichting zonder winstoogmerk
- * Persoonlijke begeleiding van professionals
- * Tijd en aandacht voor nabestaanden

Dela of Monuta verzekerd? Bel rechtstreeks GUV!
GUV regelt alles voor u en zonder meerkosten!

Dag en nacht bereikbaar: 0900 - 700 7000 (lokaal tarief)
www.guv.nl

Voorbeschouwing

ORION HEREN 2 - FOCUS4U WOUDEMBERG HEREN 1

door Björn Proost, trainer/coach Heren 2



De beste wint altijd!

Vorige week na de wedstrijd werd mij gevraagd of de wedstrijd terecht was gewonnen. Dit vind ik een rare, daar ik van mening ben dat het beste team altijd wint. Nu speel je zoveel punten dat er bijna geen toeval kan zijn. Zo is bij volleybal techniek, tactiek, fysiek en mentaal, net als bij andere sporten belangrijk. Daar kan je op drie fronten beter zijn maar nog steeds verliezen.

Vroeger was er een grote bokswedstrijd: Muhammed Ali tegen George Foreman in 1974. Deze wedstrijd, waar de hele wereld naar uitkeek, moest beslissen wie zich de beste bokser in het zwaargewicht zou mogen noemen. Er was al heel wat vooraf gegaan, veelal politiek wat de wedstrijd alleen maar groter maakte. In die wedstrijd was er maar één die recht had op de overwinning: George Foreman, althans, tot ronde 8. In alle voorgaande zeven rondes was het Foreman die aanviel en Ali die in de touwen hing. Echter in ronde 8 was het voorbij in de laatste paar tellen. De tactiek van Ali was om Foreman te vermoeden en dat werkte. Dit staat nu bekend als de rope-a-dope tactiek.

Op een ander vlak waren het de honkballers die Nederland naar de wereldtitel brachten.

Vanuit het idee dat je elke wedstrijd kan winnen en zorgen dat men er in ging geloven hoefde je niet de beste spelers te hebben alleen het beste team. Dat is vanuit het mentale vlak gestart. Dat het heel zwaar kan wegen, kun je ook zien aan de ontwikkeling van Kiki Bertens. Ook op de andere vlakken zijn voorbeelden genoeg dat op het hoogste niveau, of techniek, of kracht of mentale weerbaarheid het verschil kan maken.

Het gaat erom dat jij het onderdeel vindt waar je de tegenstander pijn kan doen en zorgen dat dat het speelveld wordt. Zoals een van onze gouden olympiërs van 1996 het laatst tegen mij zei: "Ja het maakt toch niet uit, als het maar scoort".

Vandaag gaan we het zien op welk vlak de wedstrijd wordt bepaald.

Stand Eerste divisie

1	Springendal-Set-Up '65 H1	6	-	22
2	SURFspot.nl - USV H1	6	-	20
3	AVV Keistad H1	6	-	19
4	EVV Bultman-Hartholt H1	5	-	15
5	VC Sneek H1	5	-	14
6	Focus4U Woudeberg H14	13		
7	Axell Claims/Sovoco H1	6	-	13
8	Orion Volleybal H2	6	-	13
9	Scylla H1	6	-	13
10	Avior H1	6	-	12
11	Hovoc H1	6	-	9
12	FOOX Olhaco H1	6	-	7



Orion Volleybal Heren 2

1 Menno van der Ster, 2 Gijs Heusinkveld, 3 Rutger Sloot, 4 Maarten Visser, 5 Jan Horstink, 6 Simon Eelderink, 7 Luuk hoge Bavel, 8 Dean Rots, 9 Peter te Molder, 10 Kees Merkx, 11 Peter Paul Dijkman, 12 Jurjen Nijkamp. *Trainer/ coach: Björn Proost, Assistent-trainer/ coach: Karel Mollevanger, Teammanager: Marco Buiting.*



Focus4U Woudenberg Heren 1

Rik Blokhuis, Pieter Vink, Koos Jol, Thomas Moraal, Ties Haket, Ruben van Holland, Wessel Terpstra, Jan Pieter Kooy, Jochem Koetsier, Vincent Schotanus. *Trainer/ coach: Arnoold Holl.*

Bowlen

DOOR
JURJEN NIJKAMP,
HEREN 2

Onze trainer is een wijs man. Correctie, hij heeft voor veel dingen zijn eigen wijze. Toch is gebleken dat deze wijze ons nog wel eens beter laat spelen. Een van de dingen die hij meermaals predikt is dat wij, als volleyballers, veel kunnen leren van andere sporten. Na afgelopen zaterdag is weer gebleken dat we nog voldoende kunnen leren.

Dus googled ik 'how to become a successful bowler'. De meest duffe sport die ik kon bedenken, waar ze in Amerika heel fanatiek in zijn en je een leuk zakcentje kan verdienen. Wat dat betreft dus het tegenovergestelde van volleybal. Bij bowlen speel je tegen een tegenstander maar als je zelf alleen maar strikes gooit win je altijd.

'Know where you want the ball to hit' is één op één te kopiëren met de service met volleybal. Deze actie kun je tot in den treuren oefenen en geen enkele tegenstander verandert hier iets aan.

'Aim for the most pins possible during a split' mik op de plek waar je de meeste (lees makkelijkste) punten kan halen. Dit vereist enige hersenkracht en voorbereiding: je moet weten waar je op moet mikken.

Bij volleybal is dit natuurlijk ook zo, bij de service mik je op de speler die niet kan passen, bij een prikbal mik je net naast de dikzak van het team en bij een aanval mik je langs de blokkering op de neus van de spelverdeler (hè Menno).

Samengevat: je volleybalt wel tegen een tegenstander maar op een groot aantal acties van het spel heeft de tegenstander totaal geen invloed. Dus wanneer je die netjes uitvoert heb je de helft van de punten al binnen.

Mocht je dan als bonus ook nog even drie hersencellen inschakelen heb je de andere helft binnen.

Wanneer we dit de volgende uitwedstrijd doen, winnen we meer dan alleen de derde helft.





Dames 7

DOOR ZOË KAMPERMAN

stelt zich voor

Hallo allemaal, ik zal ons eerst even voorstellen. Wij vormen sinds dit jaar dames 7 en wij zijn een bij elkaar geraapt zootje van A-meiden, meiden van een andere vereniging en pas beginnende volleybalsters. We spelen vierde klasse, maar ja, je moet ergens beginnen toch?

Voor de meesten van ons is dit het eerste jaar in de dames maar vanwege het feit dat onze oudste speelster ook nog maar 20 is merk je eigenlijk weinig verschil.

Ons doel is toch proberen een klasse hoger te gaan spelen, of dat gaat lukken is natuurlijk even afwachten maar degraderen kunnen we in ieder geval niet! Het was natuurlijk even wennen aan het begin van dit jaar omdat nog lang niet iedereen elkaar al kende, maar dit was al heel gauw niet meer te merken omdat iedereen hartstikke gezellig is.

We hebben een vrij groot team van 11, waarvan we nu met 10 spelen, en in januari komt de 11de(Naomi) terug uit Berlijn.

Als spelverdelers hebben we in Hans-taal : Tess(tessa) Anne(anne-may)en Jana(Janna). Op mid Paulien, Tum(tum-meng)en sowie(zoeë). En de passer-lopers zijn Mel(melanie) en Rian(rienne). Verder hebben we ook nog twee kameleonnen die op alles inzetbaar zijn waaronder onze aanvoester Kimberly (babette), en Babette (kimberly). Snapt u het nog?

Wij hopen op een succesvol, leerzaam en vooral gezellig seizoen. Dat laatste gaat ons sowieso lukken!

Myrtax draagt Orion warm hart toe

Een kleine zes jaar geleden raakte Myrtax Bewindvoering met directeur/eigenaar Edwin Brouwer en Anita Eenink betrokken bij Orion. In het nieuwe door Myrtax gesponsorde wedstrijdshirt boekte meisjes B1 met dochter Myrthe, diagonaal, in de toemalige sporthal Rozengarde een fraaie 4-0 overwinning tegen VVH Harderwijk.

Toeval of niet. De overstap als shirtsponsor naar Dames 1 vorig seizoen kende een valse start en verliep door vele blessures wisselvallig. De slogan Myrtax en Dames 1 samen naar de top kwam daardoor niet uit de verf. De start van het huidige seizoen biedt nieuwe mogelijkheden. Daaraan koesteren zowel Dames 1 als sponsor Myrtax Bewindvoering en Budgetbeheer zich.

Myrtax is een samentrekking van de voornamen Myrthe en Axel. Beide kinderen zijn net als hun pa sportief aangelegd en verdedigen de kleuren van Orion in Dames 3 en jongens B. Wat doet Myrtax in het dagelijks leven? Myrtax biedt hulp aan mensen die zelf niet in staat zijn om hun financiën te regelen. Dat varieert van ouderen met allerlei vormen van geheugenverlies tot middengroepen en jongeren met schulden en aanverwante problemen.



Brouwer is trots op de transparante aanpak van hun bedrijf, dat 11 werknemers telt. Dankzij een koppeling met een softwareprogramma (IBS), met super beveiligde inlogcodes, kan iedereen een helpende hand wordt geboden. 'Dat betreft de hulpverzoeker zelf of bij dementerende ouderen, de familie op wie een beroep is gedaan.'

Deze vorm van transparantie wordt door de cliënten zeer gewaardeerd. 'Je houdt controle over je schulden, over de sanering en over de budgetplanning.' Het gaat Myrtax Bewindvoering en dochter Schuldhulpverlening Gelderland in het kantoor aan de Gezellenlaan 7 in Doetinchem voor de wind. Er is een nieuwe bedrijfstak aan toegevoegd: Beweb Bewind Support, administratie ondersteuning van andere bewindvoerders.

Edwin Brouwer, sinds 1996 inwoner van Doetinchem heeft zelf nooit in clubverband gevoleybald, voetbalde in zijn jeugd bij de Spartanen in geboorteplaats Wognum (bij Hoorn), en was jaren KNVB-scheidsrechter. 'Tot net onder de top van het amateurvoetbal.' Tegenwoordig is hij nog actief golfer. 'Maar bijna elke sport heeft mijn belangstelling. Ik volg alles wat beweegt.' Edwin Brouwer en Anita Eenink dragen Orion een warm hart toe. 'Als het even kan, zijn wij er bij. 'Thuis of uit, dat maakt geen verschil.' Zeggen beiden in koor.

Myrtax
Bewindvoering Budgetbeheer
Postbus 822
7000 AV Doetinchem
Tel: 0314 - 200121
Email: info@myrtax.eu

Vrienden en Sponsors van

2Bis Print

Achterhoek United

All Sportswear
ACE Accounting BV
Albrand
André en Cindy
Hans Albers

Jos en Helmië Bosman-Kaalberg
Ankie en Andre Bruil
H.J. Bandstra
Bas Bloem

BAX Advocaten

Theo Besselink
Dries en Petra Berendsen
Familie Buiting

Frits Bloemen

Hans en Ineke te Beest
Henny Barts
Ilonka Burger
Jaap en Renate Bakker
Jan Bosma
Marco Buiting
Mark en Marian Bloem
Niels Barts
Roel Booi, erevoorzitter
Wim te Beest

Ilja Clephas
Coffee and Friends
Conratio Advies
Edwin Caspers/EBC Doetinchem

Dance Department Malden

Hans en Wilma van Dijk
Cecile Dijkman-ter Mors
Cor en Mienie Dales
Guusje en Lea Dassen
Hans en Ria Dassen
Marsha Dijkman-Faassen
Peter Paul Dijkman
Sil Dassen

Ekomurz

Erik Eijkelkamp
G.J. Eggink
Ingrid Eijkelkamp
Optiek Evers

Groen Rijk Steentjes

Autoschade Groenlo
Eetcafe De Gebroeders
Ina Gerrits
Eetcafe De Groes
Tunnus Gierpet
Gafco
Wijnand Geerdink
Gira Sole Art Sport

Oma Fenny Gerrits Groeiend Groen

GUV Uitvaartzorg Peter en Ursula Geubbels Ristorante Gringo's

Bert Heinen
Bertus Heusinkveld
Annie Hendriks-Peek
Annie Hebing
Arend Hordijk
De Heide Smid
De Hoge Voort
Esther Hengeveld
Freddie en Marian Hekkers
Gera Hendriks
H. Horstink
Hemmie ten Hoopen
Hennie en Rensje van Haarlem
Marijke van der Horst

Het Internethuis

Gerrit Jongebloed
Douwe Jovink
Jager Engineering
Lenny en Heino de Jong
Paula Jansen
Pauline en Bas Jansen-Van Dijk
Robert Jansen
Daan Kraayvanger
Emiel Kniest
Kotec Installatietechniek
Kyra



STICHTING VRIENDENCLUB ORION DOETINCHEM

de Vriendenclub Orion



Lambiek en Vera KneppfÉ
Sandra Kamps
Thea Kranenbarg

Jan Luiten
Lindhovius Opticiens
Marcel Leijzer
Mieke Linsen
Paul en Annelies Löwenthal
Peter en Joke Linsen
Rob Lureman
Van Langen Hoveniers

Bennie en Ria te Molder
de medialist/Geert Hilferink
Karel Mollevanger
Everhard en Dia Maalderink
Mark te Molder
Medi-fit
Meek's Meubelen
Myrtax Bewindvoering
Martin Moons

New York Pizza
Nori Sushi & Sashinu
Truus Nijman

Feestcommissie Orion
Ingrid Oldenkotte
Ronald Overbeek
Tapperij Van Ooijen
Tony Overklift-Vaupel Kleyn

M.J.M. Polderdijk
Miriam Pasman
Nick Penninkhof
Peer Tuincentrum



Peerke
Pizzeria Pibia

Eric Robbers
Bennie Reulink
Familie H. Reindsen
Familie Reinders
Jeroen en Kitty van Ree
Karin Reulink
Michel Raddatz
Radmer Advies/Paul Bloem
Rosendaal Schildergroep
W. Rots
Wilhelm de Ruiter

Ben Spaai
Martin Slotman
Restaurant Syrtaki
Sandra Stevering
Administratiekantoor Sibbel
J.P.J. Siegers
S.F. Siegers
Simac
Drukkerij Siebelink
Sloot Pianoservice
Stadscafé Simons
H. Slutter
M. Smeitink
T. Smeitink
Thea Stevering
Tuincentrum Steentjes
Vincent Scholten
SaZa Topsportthal
Seppworks Sports/Events
Service Centrum Doetinchem
Maria Snijder

Helen en Patrick Thijssen
Michel Tieleman
Rik Timmers
Tieleman Bouw
Trefa BV
Wim te Tijken



Ubbink BV

J. Vriezen
Maarten Visser
W.N.M. Visser
De niet Vette Vedette
Erik en Rolien Veenstra
Henky de Vriessien
Jan en Martine Velde
Marloes de Vegt
Onnie Verweij
Opa Veenstra
R. Voltman

Bob Wentink
Bertus Weerdmeester
Eric en Christa Wijkstra
Gerard en Annette Wesselink
Henk/Jan en Elsbeth Wegman
Hetty Woltjer
Martien Wassink
René Wiggers
Twan Wiltenburg
Silke Wijkamp
Wapen van Heeckeren

Lindi Zuijlen
Noa van Zuijlen
Paulien Zoethout
Rieke Zanting



Met de bijdrage van bovenstaande Vrienden en Sponsors ondersteunt Vriendenclub Orion Topteams Dames 1/2, Heren 2/3 en Talenten

TribuneTalk

"Ik hoef het voor niemand meer te doen."

Hij zei het echt, neerlands meest gevierde schaatser; Sven Kramer. In een interview dat ik anderhalve week geleden las gaf hij uitleg. Sven is net papa geworden, is 32 jaar oud en is soms fysiek niet in staat om 's ochtends uit bed te komen en zelf zijn sokken aan te trekken. Iets met rugklachten. Het doel is weer fit worden en dan maar weer zien of hij om de prijzen kan meedoen. Want anders is de lol er snel vanaf natuurlijk.

Het is grappig, die berusting enerzijds. Het; 'ik doe het nog omdat ik het gewoon leuk vind'. Uiteindelijk gaat het daar natuurlijk ook om, ergens moet het leuk zijn. Ik ga nu overigens iets heel brutaals doen, een bruggetje slaan tussen Sven Kramer en mijn eigen ervaring. Man, dat is zo'n verschil dat ik beter even een pagina leeg had kunnen laten, als dat kon. Afijn, ik zeg het ook wel eens: Het hoeft niet meer zo.

Ik speel in een veredeld bier-team, hoorde ik laatst. En dan weet je het, dan heb je dus gewoon opgegeven. Dan weet je, topdivisie of eredivisie gaat het niet meer worden.

Bovendien maar beter ook trouwens, dat we een bier-team zijn, je mag als vereniging namelijk geen twee teams in de eredivisie hebben en ook die topdivisielicentie kost de vereniging weer een bak met geld. Daarnaast zou het ook een redelijke inkomstenderving betekenen voor de kantine uitbater. Zo ziet u maar weer, we zijn meer maatschappelijk bewust naarmate we ouder worden.

De gekheid daargelaten. Ik denk niet, dat je niet meer beter wordt als je toegeeft aan het realisme. Als je erkend dat sommige dromen, dromen blijven. Je wordt stiekem nog wel beter, met name in relativeren.

Maar oh, wat blijft dat verliezen toch akelig kut als je liever wint. Vraag Sven maar.

PP



**Achterhoekse
Volleybal
Academie**
**hét
volleybal
instituut**
voor de regio

Voor meer informatie
neem contact op met
Arend Hordijk
(0610213506)
of mail naar

info@achterhoeksevolleybalacademie.nl

Voorbeschouwing

ORION HEREN 3 - TWENTE '05 HEREN 1

door Alex Stein, trainer/coach Heren 3



Na een uiterst moeizame en wisselvallige wedstrijd, hebben we afgelopen weekend toch drie punten weten bij te schrijven. De overwinning in de bijzonder sfeervolle hal van het universitair sportcentrum betekende wél de eerste uitoverwinning van dit seizoen.

Thuis echter zijn we nog ongeslagen en die status proberen we vandaag uiteraard te behouden. Naar verluidt zal dat zijn tegen een team in een soortgelijke positie. De ploeg uit Enschede heeft net als wij een vrij jonge selectie en heeft tot nu toe tamelijk wisselvallige uitslagen neergezet. Maar drie overwinningen in vijf wedstrijden is, zeker voor een promovendus, een prima start. Het puntentotaal van 16 punten waartoe dat geleid heeft, is slechts 1 punt lager dan dat van ons. Het predicaat tienpuntenwedstrijd lijkt hier dan ook op zijn plaats.

Maar meer nog dan de punten, is vandaag wederom een uitgelezen kans om de progressie te tonen die tot nu toe geboekt is. Met een jonge tegenstander als Twente '05 zullen we hoogstwaarschijnlijk ook te maken krijgen met het soort volleybal dat daarbij hoort; minder degelijkheid dan veel oudere ploegen, maar ook een

piekniveau dat hoger is dan bij menig ploeg in de regio. Hoogstwaarschijnlijk zal dit zorgen voor attractief spel, maar ook een wedstrijd waarin de ploeg die de minste fouten maakt aan het langste eind zal trekken.

Vandaag zal moeten blijken of wij voldoende degelijkheid in huis hebben om de ongeslagen thuisreeks met tenminste één wedstrijd te kunnen verlengen.



Stand Derde divisie

1 DIOS H1	5 - 21
2 Weghorst WVC Volley H1	6 - 18
3 Orion Volleybal H3	6 - 17
4 Twente '05 H1	5 - 16
5 Volga H1	6 - 16
6 Webton Hengelo H2	5 - 15
7 De Hofnar-Bovo H2	6 - 14
8 Springendal-Set-Up '65 H2	5 - 12
9 Fellini Vips H1	5 - 10
10 Time Out '75 H1	3 - 8
11 Harambee H1	5 - 5
12 Skopein Wivoc H1	5 - 3



Orion Volleybal Heren 3

1 Jelte Stelwagen, 3 Luuk Pasman, 4 Stijn Jansen, 5 Twan Smeitink, 6 Jasper Wijkstra, 7 Saul Geverink, 8 Ruben Siffels, 9 Menno van de Ster, 10 Tim Ruesen, 11 Sven Dassen, 12 Jaap Lowenthal, 17 Rik Reinders. *Trainer/coach: Alex Stein.*

Twente 05 Heren 1 *(Nog geen teamfoto beschikbaar)*

Job Faber, Jean-Paul Fox, Matthijs Hasselerharm, Robin van der Meulen, Jesper Pots, Quinten Snels, Michiel van Staaveren, Thom Veenhof, Geleïn Visscher.
Trainers: Jean-Paul Fox en Henk Goor.



Het Internet Huis

HET ADRES VOOR UW VERBINDING

Iemand een idee?!

EL STIÑO NUMERO 4 & TWAN SMEITINK, HEREN 3

Elk team lid van H3 krijgt ieder jaar de opdracht om een stukje te schrijven in het boekje van de tribune-info. Zoals u misschien al weet staat er vaak wat over de wedstrijd of er wordt weer iemand voorgesteld. Best makkelijk zou u denken, uurtje werk en klaar is kees. Helaas is dat niet zo vanzelfsprekend bij mij. Het begint meestal goed, je weet ruim van tevoren wanneer je het moet inleveren en wat de sancties zijn als je het niet doet. Daarna komen de goeie voornames, ik ga het morgen maken.... Vrijdagavond (1 dag voor het inleveren) ben je nog even dat k*t stukje in elkaar aan het flansen. Want je was het helemaal vergeten. Uiteindelijk als alle ellende voorbij is heb je dan wat op papier geflanst en ben je weer helemaal blij. Ik wens u een prettige wedstrijd en veel plezier.



Aangezien mijn ideeën voor deze stukjes ook al steeds verder op raken zal ik bij deze maar een persoonlijke geschiedenis met u delen. Mijn volleybal carrière begon op ongeveer mijn zesde levensjaar (misschien was het vijfde, maar het kan ook mijn zevende zijn geweest) toen ik mij aansloot bij Orion om in de voetsporen te treden van mijn vader.

Zo doorliep ik alle CMV-niveaus waarna ik in de C speelde met een aantal jongens (Jasper, Menno & Ruben) waarmee ik nu nog steeds mee in een team zit. Als B-junior kreeg ik voor het eerst de middenpositie toebedeeld, het zou wel te maken hebben met mijn lengte I guess. Daar ben ik nooit meer vanaf gekomen, blijkbaar deed ik toch iets goed of was ik niet in staat om op een andere positie te spelen.

Overigens ben ik best tevreden met deze positie, halve wedstrijden aan de kant heeft ook zo z'n charmes ;).

HOE GEZOND ZIJN JOUW OGEN?

Je hebt maar één paar ogen. Dus daar ben je zuinig op. Voor wie een bril of contactlenzen draagt, is dagelijkse zorg voor ogen niets nieuws. Maar hoe is de gezondheid van je ogen aan de buiten- én aan de binnenkant?

Doe Een Dogscan Test



Als je de 45 bent gepasseerd, krijg je vaak te maken met afnemend gezichtsvermogen of oogklachten.

Als oogklachten, zoals glaucoom of macula degeneratie, ook nog eens voorkomen in je familie, dan is een extra controle te adviseren. Hiervoor kun je naar het (oog-)ziekenhuis maar sinds kort kun je ook bij ons professioneel je ogen laten onderzoeken met de EasyScan.

De netvliesscan wordt beoordeeld door onze optometrist en is **100% betrouwbaar**. Bovendien werkt Lindenhovius samen met Oogziekenhuis Zonnestraal en het Slingeland Ziekenhuis.

Dogmeetweken

Meten is weten... Maak daarom tijdens de Dogmeetweken een afspraak voor een GRATIS uitgebreide oogmeting met de EasyScan (normaal € 25,-) of een (basis) optometrisch onderzoek voor slechts € 35,-

*Een afspraak is zo gemaakt op dinsdag t/m zaterdag
tel. **0314 - 341413***



Copyright Seika