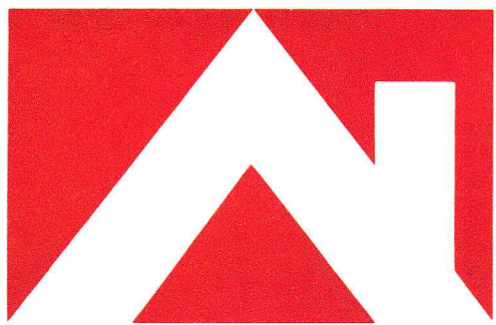
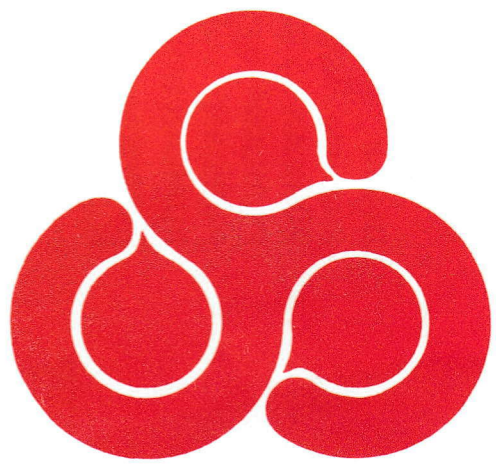


②

82-83



**ubbink
orion**



expres

OKTOBER 1982, NUMMER 2

Redactie: Bas Bloem, tel. 41885
Thelma Kuipers, tel. 32224
Hans Linde, tel. 42283
Eddy Madern, tel. 41635

Typewerk: Alice Aaftink

Verspreiding: diverse jeugdleden

Redactie-adres:
Bas Bloem
Wannedreef 71

Ubbink Orion EXPRES

In dit nummer o.a.:

Sjef Partours
Sportkeuring
Mini-interview
De ziekenboeg
Zomerkamp
Actie DASH
misser v.d. maand
Scheidsrechtercursus

SAMENSTELLING BESTUUR:

Roel Booy, Antillenstraat 34,
tel. 26938, voorzitter.

Henk Penterman, v. Hogendorp-
laan 92, tel. 23069, secretaris.

Jan Bloem, Groen v. Prinsterer-
laan 14, tel. 2461 8, penning-
meester.

Ruud Hofland, Einthovenlaan 17,
tel. 33209

Hennie v. Haarlem, Zuivelweg 89,
tel. 25801

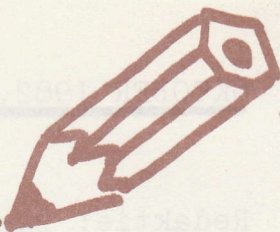
Martin Beyer, Molengaarde 45,
Doesburg, tel. 08334-3712.
Leden.

CORRESPONDENTIE-ADRES:

van Hogendorp laan 92.



Van de redactie.....



Direct na het verschijnen van het eerste nummer plande de verse redactie een serie vergaderingen om het beloofde "nieuwe gezicht" van de Expres gestalte te geven. Na hevig brainstormen kwamen we met zoveel originele ideeën op tafel dat we alle acht nummers van dit seizoen al vol hadden. Maar goed, na onze kritische tweede ronde verdwenen de meeste rubrieken in de prullemand en wat overbleef vind je in dit nummer. Van alle redactieleden kom je enkele bijdragen tegen. Uiteraard kwam ook de bekende stelling: "voor de leden door de leden" ter sprake, maar gezien de ervaringen in het verleden achtten we het beter om (voorlopig?) het blad zelf grotendeels te gaan vullen. Wat niet wegneemt dat alle leden (ook jij) hun inzendingen bij ons kwijt kunnen. Graag zelfs!!

Naast het inhoudelijke gedeelte heeft de redactie zich beziggehouden met het bestellen van de nietjes, blaadjes, kaften, nieuw type-lintje, stift, de advertentieblad zijdes (nu tussen de andere pagina's!) etc. etc.....

Ook willen we de bezorgers voor dit seizoen niet onvermeld laten. We hebben 12 bezorgers gecharterd, die ieder een wijkje voor hun rekening nemen. Alvast bedankt jongens. Langs deze onsympathieke weg vragen we dringend om verhuizingen, aan- en afmeldingen zo spoedig mogelijk bij de secretaris te melden. Als je een keer geen Expres ontvangt zou je er zelf één bij een redactielid kunnen halen of een telefoontje plegen. Voor de leden buiten Doetinchem zoeken we nog een oplossing (via de PTT is in ieder geval te duur). Dan terug naar het volleybal, want daar draait tenslotte alles om. Iedereen is natuurlijk al in prima conditie gebracht door de diverse trainers en voor velen is de eerste wedstrijd al achter de rug. Gewonnen of verloren? In ieder geval allemaal een fijne competitie! Ook onze medespelers van de tegenpartij.

Als laatste wil ik jullie wijzen op de DASH-actie, die in dit nummer staat aangekondigd. Lees dit even heel goed door want voor de jeugd afdelingen ~~xxx~~ is dit een leuke uitdaging om je club te helpen en bovendien een prachtig trainingspak te verdienen. De actie is voor Ubbink/Orion de moeite waard. Aan het werk dus.

Bas Bloem.

Copy inleveren voor
1 november!

Onze vereniging doet mee met de Dash-sportclub spaaractie.

Op iedere draagkoffer Dash (2 kg of 3 kg) bevindt zich een lipje, waarmee u het pak opentrekt, met de tekst „Random opentrekken”, of „Hier helemaal opentrekken – Dash” of „dit lipje helemaal opentrekken.”

Voor onze sportclub zijn deze lipjes nu f 2,- waard! Minimaal moeten we 25 lipjes verzamelen, waarvoor de club f 50,- ontvangt. Maximaal kunnen 5000 lipjes verzameld worden.

De club ontvangt dan maar liefst f 10.000,-. Pas op: Iedereen kan meespelen, maar alléén de sportclub kan de gespaarde lipjes opsturen en moet dat vóór 1 januari 1983 doen.

De lipjes die je voor Ubbink Orion spaart, kun je deponeren in de Dash-spaardoos, bij Sjef in de kantine van de sporthal. Doe de lipjes in een gesloten envelop met daarop je naam. Als wij meer dan 100 lipjes verzamelen, verdienen we een Cruyff-trainingspak. Deze is voor degene die 't meeste spaart. Dus snel naar moeder, oma enz!!

**Spaar allemaal mee,
onze club kan
het geld goed gebruiken!**

contributie (dus tóch nog.....!!)

Alle leden dienen te weten dat op de Alg. Ledenvergadering van 15 sept. j.l. twee voorstellen zijn aangenomen die van belang zijn voor de contributiebetaling.

Op de eerste plaats is vastgesteld de verschuiving van het verenigingsjaar (1 aug.-31 juli) naar het kalenderjaar (1 jan.-31 dec.) Ten tweede is aangenomen 'n verhoging van de contributie met f 1,- per maand welke ingaat op 1 jan. 1983.

Kontributiebedragen voor het kalenderjaar 1983:

a. Senioren geboren voor 1 januari 1965	f160,--
b. Rekreanten	f130,--
c. Jeugdleden geboren in de periode 1 januari 1965 t/m 31 december 1968	f130,--
d. Jeugdleden geboren op of na 1 januari 1969	f102,--

Ingaande 1 januari 1983 dient de betaling van de contributie als volgt te geschieden:

- als men het jaarbedrag in 4 termijnen wenst te betalen dan moet dit gebeuren voor 1 maart, 1 mei, 1 juli, 1 september.
- per half jaar: voor 1 maart en voor 1 september.
- per jaar: voor 1 maart.

Overgangsregeling contributiebetaling voor de maanden augustus t/m. december 1982.

Voor deze periode gelden de bepalingen van het seizoen 1981-'82.

- Senioren geb. voor 1 jan. 1964: $5/12 \times f148,-- = f61,67$
- Rekreanten: $5/12 \times f118,-- = f49,17$
- Jeugdleden geb. 1 jan. 1964 t/m. 31 dec. 1967: $5/12 \times f118,-- = f49,17$
- Jeugdleden geb. op of na 1 jan. *968: $5/12 \times f90,-- = f37,50$

De bedragen die gelden voor de maanden aug. - dec. 1982 dienen afgerekend te worden voor 1 november 1982. Meerdere leden hebben al contributie betaald maar konden geen rekening houden met de besluiten van de Alg. Ledenvergadering. Wij verzoeken U nu om zelf de afrekening tot 1 jan. 1983 zorgvuldig te doen. Daarna loopt het weer zoals U gewend was te betalen, mits U rekening houdt met de verhoging. Wij rekenen op Uw medewerking,

J. Bloem
penningmeester

P.S. U kunt betalen:

Per giro: nr. 3957446 t.n.v. SV Ubbink/Orion

Per bank: nr. 93.60.37.318 t.n.v. SV Ubbink/Orion

Inlichtingen worden U gaarne verstrekt door:

Mevr. I. Booy, Antillenstraat 34, Doetinchem, tel. 08340-26938
of door de penningmeester tel. 08340-24618.

SJEF PARTOURS

Opnieuw is het bestuur van Ubbink/Orion er in geslaagd om een trainer met naam te vinden voor ons eerste herenteam. In het rijtje van Pieter Murphy, Quique Edelstein, Bert Funk misstaat Sjef Partours geenszins. De nieuwe trainer begeleidde niet alleen in Nederland enkele topteams maar was ook succesvol bij onze zuiderburen. Met Turnhout wist hij zelfs eens de Belgische titel te bemachtigen.

Succes

Sjef Partours startte in de hereneredivisie bij Robot VCT, hij bleef daar zelfs 9 jaar lang trainer/coach. Toendertijd was Robot een w van de Nederlandse toppers met een 2e plaats als hoogste uitschieter. Tijdens zijn Robot-tijd had Partours ook nog een dameseredivisieploeg onder zijn hoede, Karanoi. De combinatie van deze twee ploegen duurde 5 jaar en hiervoor had Partours alle medewerking van de competitieleider, want deze plande zijn ploegen zodanig op de zaterdagmiddag dat hij ze beide kon coachen. Het Belgische Turnhout was inmiddels op de hoogte van de kwaliteiten van Partours en lijfde hem in. Niet zonder succes want Turnhout werd landskampioen (1975) en bereikte zelfs de halve finale in het Europa Cup I toernooi. Vervolgens trainde Partours het Limburgse Petrus en Paulus, het Belgische Maaseik, het Bredase Brevok en Herenthals (België).

Vergelijking

Een vergelijking tussen onze eredivisie en de ereklasse ligt dus voor de hand. Sjef Partours: "Het spelniveau in Nederland ligt hoger, hoewel de Belgische topploegen zeker mee kunnen draaien hier. De spelers in Nederland zijn tactisch beter en over het algemeen zijn de serve en de aanvalssnelheid hier gevaarlijker. Daartegenover staat dat de Belgen met meer inzet en enthousiasme spelen. De entourage is groter bij de wedstrijden. Voor een trainer zijn dat ook prettige zaken. Een ander verschil is dat je in België op de training meer tijd moet besteden aan de complexoefeningen.

"Fijne ploeg"

In het blad Volleybal zag Partours de vacature van Ubbink/orion en besloot te solliciteren. Hij kende de ploeg ("fijne ploeg") en de verschillende spelers. Op dat moment was al bekend dat George de Jong vertrok. Nu blijkt dat ook Bob Raterink is afgehaakt en Gaby Saltarelli en Eelco Vollema voorlopig uit de roulatie zijn. Hoe kijkt Partours hiertegenaan? Partours: "Het vertrek van George was ingecalculeerd, dat van Bob, Gaby en Eelco betekende voor de spelers een flinke domper. Het team was teleurgesteld en dat merkte je op de trainingen. De laatste tijd is er meer vertrouwen gekomen, mede doordat Arko erbij kwam. We zijn geen topploeg, ons doel is echter wel om bij de eerste vier tekomen. Hiervoor zullen we vooral thuis spectaculair voor de dag moeten komen.

EUROPA-CUP

Voor de derde maal neemt Ubbink/Orion deel aan een Europa-Cup toernooi. In december strijdt de ploeg in Athene tegen Olympiakos en veertien dagen later volgt in Doetinchem de return. Sjef Partours over dit gebeuren: "Via het Bonds bureau krijgen we een videoband van Olympiakos van vorig seizoen. De ploeg is ongewijzigd, dus kunnen we op deze manier iets van ze te weten komen. Bovendien vertelde een Duitse trainer het een en ander van de Grieken. Bijvoorbeeld dat ze de scherpste van vorig jaar missen. Wij zullen er onbevungen tegenaan gaan met de absolute wil om ~~zomdax~~ een ronde verder te komen. Het feit dat we eerst uit spelen is voor ons gunstig, we zijn echt niet kansloos."

MEER DURF

Wat probeert de nieuwe trainer van het team te maken? Sjef Partours: "Het team heeft enkele spelers die al veel ervaring bezitten en zijn begenadigd met de nodige tactische en technische kwaliteiten. Toch vind ik dat ze nog meer van zichzelf in het spel moeten leggen, ze spelen nog te terughoudend. Wat meer spontaniteit en meer durf zal de ploeg ten goede komen. Vooral in thuiswedstrijden is dat belangrijk."

SOCIAAL GEDRAG

Welke waarde hecht de Dongense trainer aan volleybal op eredivisie-niveau? "Partours: "Deze spelers hebben bewust voor volleybal gekozen en hechten er veel waarde aan. Ik ook. Dat betekent niet dat volleybal het belangrijkste is. Centraal staat voor iedereen het werk of de studie en familie. Daarna komt de sport. Voor de meesten is het een druk bestaan en is 't soms moeilijk om op te brengen. Het komt voor iemand al moe op de training verschijnt en dat moet je als trainer accepteren. Het sociale gedrag van de groep is hierin zeer belangrijk, geen flauwe smoesjes, dat pikken ze van elkaar niet. In de korte tijd dat ik hier werkzaam ben, heb ik gemerkt dat alleen iemand een training verzuimd als hij een zeer gegronde reden heeft. Dat is geen enkel probleem."

AFSTAND

Een nadeel van de grote afstand tussen Dongen en Doetinchem is voor Sjef Partours dat hij weinig contact heeft met de andere trainers: "Het is belangrijk dat trainers ervaringen uitwisselen en met elkaar praten. Ik zou zelf op het technisch vlak meer in de vereniging willen doen, voorlopig komt 't er nog niet van. Ik zie bijvoorbeeld wel een stuk van de training die Pim Raterink aan de jeugd geeft. Als ik talenten zie of als die bij me gemeld worden zouden ze naast hun eigen training ook eens bij het eerste moeten trainen."

GROTE VERWACHTINGEN

Als het aan Sjef Partours ligt kan het Doetinchemse publiek ook dit seizoen genieten van spectaculair volleybal: "Ik heb grote verwachtingen van deze ploeg. We nemen de uitdaging aan om van iedere

ploeg te willen winnen en als we eens verliezen moeten we kunnen zeggen : sorry, mensen, deze ploeg was beter, wij hebben er alles aan gedaan. Als je met inzet en enthousiasme speelt kun je voor je thuispubliek nooit afgaan, dan komen de toeschouwers zeker terug bij de volgende wedstrijd."

Bas Bloem.

vakantie's

Herfstvakantie:	16 oktober t/m 24 oktober
Kerstvakantie:	24 december t/m 8 januari
Voorjaarsvakantie:	12 februari t/m 20 februari
Paasvakantie:	1 april t/m 10 april
Koninginnedag:	30 april
Bevrijdingsdag:	5 mei
Hemelsvaartsdag:	12 mei (G.S.G.D. + Ruimzicht)
	andere zalen 12 mei t/m 15 mei
Pinkstervakantie:	21 mei t/m 29 mei
Zomervakantie:	8 juli

Voor Sporthal Roozegaarde en Oosseld geldt een andere regeling.
Informeel bij uw trainer.



douchecel geheimen

Enige tijd geleden vernam ik onder de douche het gerucht dat enige figuren uit Heren 4, in een poging om hun twijfelachtige conditie wat op te vijzelen, regelmatig de Kruisberg onveilig maken. Dit geschiedt met de grootst mogelijke onregelmatigheid zo rond de klok van 20.00 uur, als iedereen aan de treurbuis gekluisterd zit.

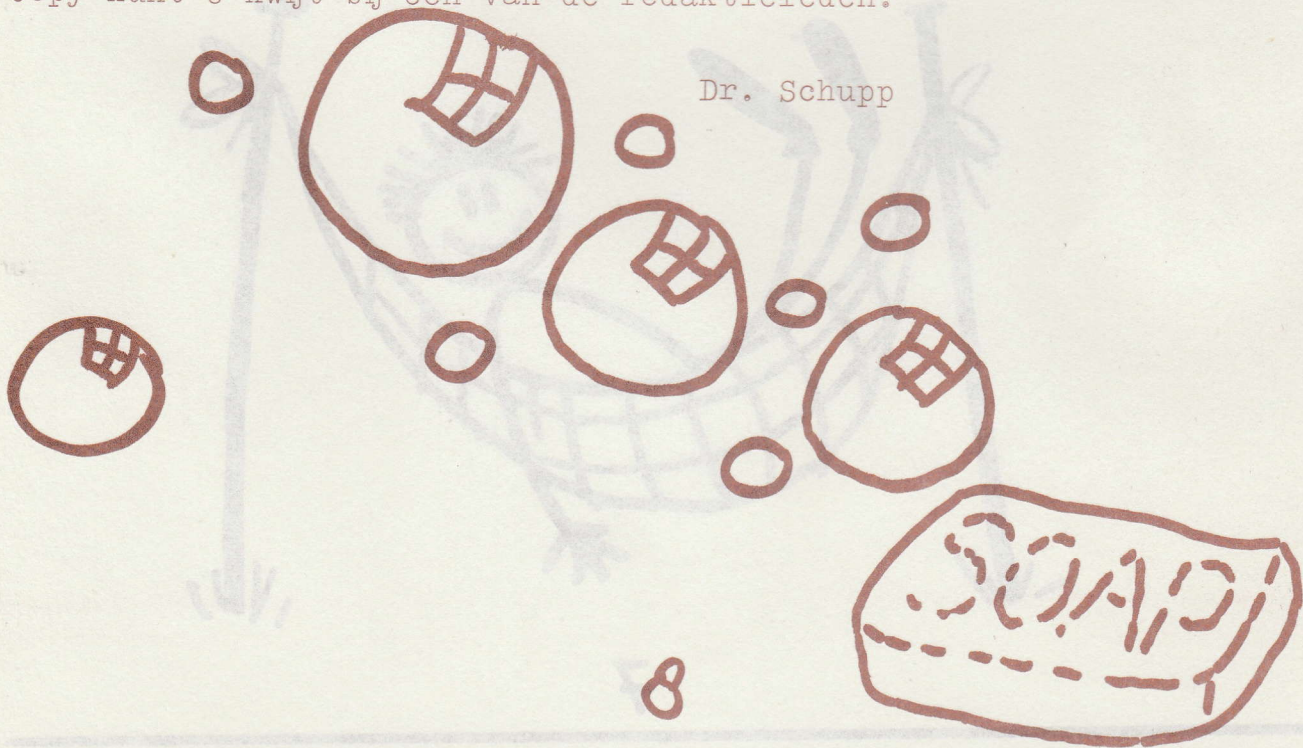
Op een avond werd m'n geduld inderdaad beloond. Een bolide \times van het merk Fiat 127 kwam schommelend aanrijden en stopte aan de voet van de zandhoop. Drie niet nader te beschrijven figuren kroepen eruit en nadat de autosleutel in de meest betrouwbare broekzak verdwenen was, vertrokken ze in galop richting Keppel. Onderweg kwam ik ze af en toe tegen en zag dat de gezichtsuitdrukking van "doen we even", "valt niet mee" naar "hoever nog?" veranderde.

Langs allerlei omwegen en zich aan elkaar optrekkend kwamen ze op een gegeven moment de zandberg afstuiven. Voor de argeloze voorbijganger duidelijk aan het eind van de "wandeling". De Fiat werd aan alle kanten omarmd om steun te vinden voor de knikkende knieën.

Nadat hartslag en bloeddruk weer uit de gevarenzone verdwenen waren werd de auto weer bevolkt. Met zwaar beslagen ruiten verdween de Fiat tussen de bomen naar, naar wij aannemen, een welverdiende douche.

Mochten er zich in uw trainingsgroep opvallende, geruchtmakende, schokkende, zich onder de douche afspelende verhalen de ronde doen die het moreel en de moraal van de vereniging niet teveel schaden; deze story's vinden een gemakkelijke weg naar deze rubriek. Copy kunt U kwijt bij een van de redactieleden.

Dr. Schupp



missie v/d maand

Ook zo'n kater overgehouden van het eerste nummer van de Orion Expres? Gelukkig, dan ben ik dus niet de enige.

Want je bent dan wel enthousiast lid van een sportvereniging, maar als je wat ouder wordt, dan kijk je niet alleen maar naar de nieuwe samenstelling & van de trainingsgroepen en de tijden. Nee! Je bent minstens zo nieuwsgierig naar die saaie bladzijde die elk Expresnummer ontsiert.....juist, die bladvuller met "samenstelling bestuur" en de contributieregeling.

Toch een interessante bladzijde, al was het alleen maar om je kinderen met veel gevoel voor dramatiek te kunnen voorrekenen hoeveel het U wel niet kost wanneer ze voor de zoveelste keer menen de training te kunnen overslaan. (korting, bezuiniging, nullijn en de gedaalde koopkracht doen de rest)

Echter, wat schetst Uw en mijn verbazing; "De contributie bedraagt. ... (blz. 16) verderop voorzien van de mededeling dat het gehele bedrag vooraf dient te worden betaald, en wel vóór 1 september. Curieus, niet?

Tot mijn grote opluchting worden we verwezen naar punt 10 van de agenda. Nog opgewekt bladerend valt je oog op het financieel overzicht en constateert dat de post contributie voor het komend seizoen aanzienlijk hoger begroot wordt. Een donkerbruin vermoeden begint gestalte te krijgen.

Voorin de bewuste agenda van de jaarlijkse algemene ledenvergadering: 10. Vaststelling contributie -'82-'83. (zie bijlage) Wel verd.. Op zoek dus naar de bijlage. Hoopvol gestemd sla je de bladzijde om. Inderdaad, een bijlage die nummert van 1t/m 13, maar nummer 10 ontbreekt. Blijkt het bij nader inzien ook nog een bijlage te zijn over een heel ander agendapunt, namelijk punt 3.

Dit wordt te gortig. Woest verder bladerend beland ik op blz. 20: Vet onderstreept de kop Bondscontributie en onder de respectievelijke bedragen de mededeling dat "als geen bondscontributie is ontvangen, zal geen spelerskaart worden aangevraagd!"

Nu meen ik me te herinneren dit bedrag al betaald te hebben aan het eind van het vorige seizoen. Met die spelerskaart zit het dus wel goed; er kan gespeeld worden. Maar hoe zit het nu met die club contributie?

Er zit niets anders op. De Orion Expres zal voor het eerst helemaal en met oog voor detail moeten worden doorgelezen.

Beginnend bij het voorwoord blijkt dat er nog een vernieuwde redactie is ook. Ze melden dat ze in het volgende nummer hun nieuwe gezicht zullen laten zien. (Wanneer U dit leest is mijn artikel tenminste geplaatst)

Verder lezend kom ik terecht bij de bijlage behorend bij agendapunt 3 "Het zal wel leiden tot contributieverhoging, maar het aantrekken van vrijwilligers voor het distriktwerk wordt steeds moeilijker." De logica van het woordje "maar" ontgaat mij ten ene male en tot mijn grote ontzetting blijkt ook nog dat dit citaat betrekking heeft op de notulen van 15 juli 1981. Die contributie is dus allang betaald, inclusief verhoging.

Ik begin nu echt m'n geduld te verliezen en stort me dan ook nijdig op de Toelichting bij het financieel overzicht 1981-1982 en lees:

"De verwachte meerinkomsten zitten in het contributiebedrag." en, een eindje verderop: "Op het tekort komen we in de algemene beschouwing terug."

Tot m'n opluchting inderdaad op de volgende pagina de beloofde beschouwing van de hand van J. Bloem. En ja hoor, het lijkt erop dat nu dan toch het raadsel onthuld kan worden. Naar aanleiding van een geconstateerd groot nadelig verschil in de nieuwe begroting meldt Bloem: "Een gedeelte kan opgeheven worden door een verhoging van het lidmaatschapsgeld. Het bestuursvoorstel is dan ook een verhoging van f1,- per maand(...).

Eindelijk. Tenminste, als je nog weet wat je het vorig jaar betaald hebt.

Ik geef het op. U ook? Er lijkt maar één oplossing voor de hand te liggen: rustig wachten op de acceptgirokaart, die U eind maart 1983 kunt verwachten. Voor nadere informatie: zie elders

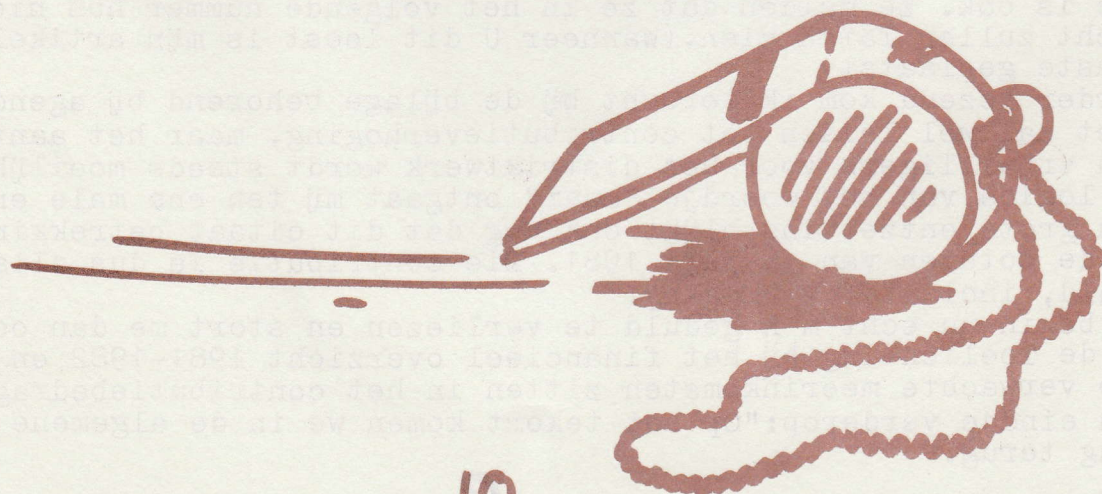
KLEUN

Scheidsrechterscursus:

Aan alle leden,

het distrikt Oost-Gelderland organiseert eind oktober/begin(~~deceember~~) november twee scheidsrechterskursussen, op maandagavond te Doetinchem en op dinsdagavond te Eibergen. Het is ook voor onze vereniging van belang dat er voldoende scheidsrechters worden geleverd want als er te weinig zijn, kunnen er teams uit de competitie worden teruggetrokken en dat zou jammer zijn. De cursus duurt een paar avonden en bestaat uit een theoretisch en een praktisch gedeelte. Als je de cursus wilt volgen, moet je minstens 16 jaar oud zijn.

Voor meer inlichtingen kun je terecht bij Hans Olthuis, Tulpenstraat 88, telefoon 40367. Geef je in ieder geval snel op (vóór 13 oktober 1982).



SPORTKEURING: dag des oordeels ??!

Natuurlijk was ik zenuwachtig voor de sportkeuring. Ik was zó zenuwachtig dat m'n knieschijven tegen elkaar klepperden als ik liep en ik me al af begon te vragen of ik ook dáárop afgekeurd zou kunnen worden. Het was duidelijk vooral aanstellerij, want ik had zelfs de slapste vaatdoek nog goedgekeurd horen worden, en "je moet echt wel in een rolstoel binnenkomen en ter plekke een hartaanval krijgen wil je afgekeurd worden" vertelde men mij. Maar je zou net zien, dat ze bij mij een of andere idiote afwijking ontdekten, zoals een zigzaggende ruggegraat of ratelende schoudergewrichten.

Het zou bovendien mijn verdiende loon zijn. Want toen ik, na vier jaar op turnen te hebben gezeten, (door een goedbedoelende moeder naar toe gestuurd) eindelijk de borstwaarts-om op de brug ongelijk beheerste, stopte ik er onmiddellijk mee en zwoer de sport hartgrondig af. In de jaren die volgden deed het me alleen nog maar denken aan al die "Ajax!" en "PSV!" brullende klasgenoten, die op gymschoenen in de les verschenen, maar zelf alleen zondags langs de lijn stonden te kijken.

Tot ik dit jaar op een heuglijke dag een trainingszaal binnendwaalde aangetrokken door het huiselijke gedreun van vallen op de vloer. Vanaf dat moment was ik volkomen verkocht, verliefd op het soepele leer van de volleybal, dromend van oogverblindende smashes.

En als je er eenmaal zo aan toe bent, is het niet verwonderlijk dat je zenuwachtig bent voor de sportkeuring; je zult maar afgekeurd worden. Nóóit meer volleybal.

Na op een formulier te hebben ingevuld dat er in mijn familie geen geestesziekten, horrelvoeten of scheurbuiken voorkomen, begaf ik me gewapend met een literfles klotsende urine op weg naar de keuring. Het vieze goedje kon ik gelukkig meteen afgeven, en na een tijdje te hebben gewacht werd ik naar een geheimzinnig kamertje geroepen waar allerlei handelingen met me werden uitgevoerd die ik passief onderging. Polsslag opnemen, 10 diepe kniebuigingen maken (terwijl ik hijgend en piepend de zware taak volbracht keek men mij bewonderend aan met zo'n blik van "ze doet het nog leuk voor een oudje"), weer polsslag opnemen, wegen, meten, polsslag opnemen, 30 sec. adem inhouden (ik had al verscheidende blauwpaarse lijkjes naar buiten gedragen zien worden), polsslag opnemen en in een pijpje blazen.

Toen wilde ik zo langzamerhand wel eens weten wat dat gedoe voor zin had en nog nahijgend stelde ik een der aanwezige dames, mevrouw Bosman, die brandende vraag. Enigszins verwonderd over zoveel onbenul van mijn kant ~~kxxx~~ legde ze geduldig uit dat dat was om blessures te voorkomen. Veel pubers gaan nooit naar de dokter, en worden vanaf het moment dat de keuring van de schoolarts stopt niet meer onderzocht. Dan is een sportkeuring geen overbodige luxe. Maar ook voor de "veteranen" in de sport is het van belang, want met net verstrijken der jaren wil er nogal eens wat slijtage optreden, wat dan sneller tot blessures kan leiden. En in de tussenliggende leeftijdsklassen vallen natuurlijk eveneens kwalen te constateren (zoekt en gij zult vinden).

Toch lijkt het allemaal meer om de symbolische waarde van de keuring te gaan, want hoewel er wekelijks 52 mensen worden gekeurd, zijn er jaarlijks niet meer dan 10 gevallen waarbij moet worden gead-

viseerd te stoppen met sporten. Vaak zijn dat oudere mensen, mensen met een hartkwaal, een hoge bloeddruk, maar ook "opgeschoten jongelui" (zoals mevr. Bosman zich uitdrukte) tussen de 20 en 30 jaar. Een ramp is dat meestal niet, omdat ze over het algemeen alleen afgekeurd voor een bepaalde tak van sport worden. Het artsenteam probeert in zo'n geval een andere sport te vinden die zonder risico beoefend kan worden. Voor iemand met een hartkwaal wordt dat natuurlijk moeilijker, maar zo'n situatie komt niet vaak voor omdat iemand die zich niet goed voelt niet zo gauw aan sporten zal toekomen. Dat verklaart ook het kleine aantal afgekeurden. Nadat ik uit het kamertje had weten te ontsnappen, kwam ik voor het volgende onderzoek terecht in een hokje waar ik mij bijna geheel moest ontkleden. Na de sexuele revolutie hoort dit voor jonge meisjes geen probleem meer te zijn, maar ik moest het doen voor dokter Verberg, die ik óók moest interviewen. En zodoende werd ik Doetinchems' eerste TOPLESS reporter (dat werden dus een paar snelle korte vraagjes).

Dhr. Verberg vertelde dat bij volleyballers speciaal op de rug en de enkels wordt gelet. De rug, omdat dit lichaamsdeel als gevolg van hun vaak lange, smalle lichaamsbouw vrij zwak is, en volleybal nu niet bepaald een rug-vriendelijke sport genoemd kan worden. Dat laatste geldt met nadruk ook voor de enkels; verzwikkingen en gescheurde enkelbanden zullen de meesten niet onbekend zijn. Ze zijn er ook meestal de oorzaak van dat het volleyballers wordt ontraden door te spelen. Verder wordt ook aan de kuitspieren extra aandacht besteed, omdat ze tijdens het springen een enorme inspanning moeten leveren, en aan de achillespezen en knieën. Bij heel actieve sporters is ook contrôle op de schouders van belang (smash). Als ze worden afgekeurd hebben spelers op lager niveau (beuh) daar meestal niet zoveel moeite mee, ze gaan gewoon een andere sport spelen. Maar voor actievere is het vaak heel moeilijk te aangaan. Hun laatste hoop is in dat geval fysiotherapeutische behandeling of het S.M.A. (Sport Medisch Adviesbureau). Ook kan er in sommige gevallen operatief worden ingegrepen. Na dit, qua kostumering, nogal lachwekkende interview werd ook ik op eventuele afwijkingen gecontroleerd. Veel hield dat niet in, er werd een beetje in je kuiten geknepen en aan je schouders gebogen en voor je het wist stond je je al weer aan te kleden. Alles was prima, de gevreesde zigzaggende ruggegraat en ratelende schoudergewrichten bleek ik niet te bezitten, en schaamtevol moest ik toegeven dat ik me weer eens had aangesteld om niets. Je mag inderdaad wel in je rolstoel komen binnenrijden wil je worden afgekeurd.

Thelma Kuipers

COPY inleveren
voor 1 november !!

Vanuit de ZIEKENBOEG:

Een nieuw seizoen staat weer voor de deur. Verwachtingen, voorname om het beter te doen dan vorig jaar, spanning en sensatie; we zullen er de komende tijd weer volop ons hart aan op kunnen halen, maar daartussen door loopt de rode draad van een sportieve bijkomstigheid: de blessure.

Onder het motto staalt de nieren en kraakt de spieren is deze rubriek ontstaan.

Het regelement dat opgesteld is om deze rubriek te vullen luidt als volgt: RAAK GEBLESSEERD!!!! En wel zodanig dat volleybal gedurende langere tijd niet mogelijk is. Meldt dit aan de redactie en deze stuurt een onpartijdige deskundige om mogelijke simulanten uit te sluiten

Als eerste is Eelco Vollema aan de beurt:

Eelco Vollema, 18 jaar oud, is regelmatig aan de Kleyweg te vinden waar hij de Havo-top van de P.A. (=Pedagogische Academie, red.) bezoekt. Zijn ideaal is na kortere of langere tijd als onderwijzer werkzaam te zijn.

Op de vraag hoe het ging kwam meteen het antwoord: "Prima" (in het gips!).

De aanleiding van dit vraaggesprek speelde zich zo'n vier weken geleden af tijdens een conditietraining, waar zigzaggend over een kastpartij gesprongen moest worden.

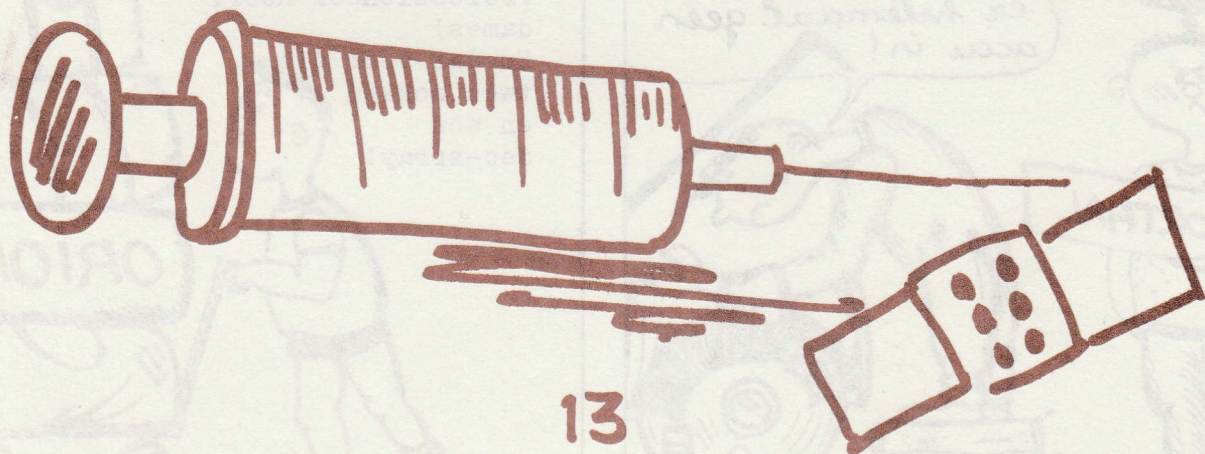
Een en ander ging niet zoals gedacht, een dramatische verlies van evenwicht, ziekenhuis, foto's, gips.

Zijn eerste bewuste gedachte na het voorval was: "Nou, daar gaan een paar weken!" Dat klopt, want vijf oktober wordt het gips eraf gebeiteld, gevolgd door twee weken fysiotherapie.

Hij hoopt dan ook weer de trainingen te gaan volgen maar spelen is er helaas nog niet bij; tot eind November als het aan de dokter ligt. Maar van die tijd wil Eelco nog wat afknabbelen.

Met de kreet "volgende keer beter" namen we afscheid van Eelco en overhandigden hem als premie het traditionele x rolletje verbandgaas.

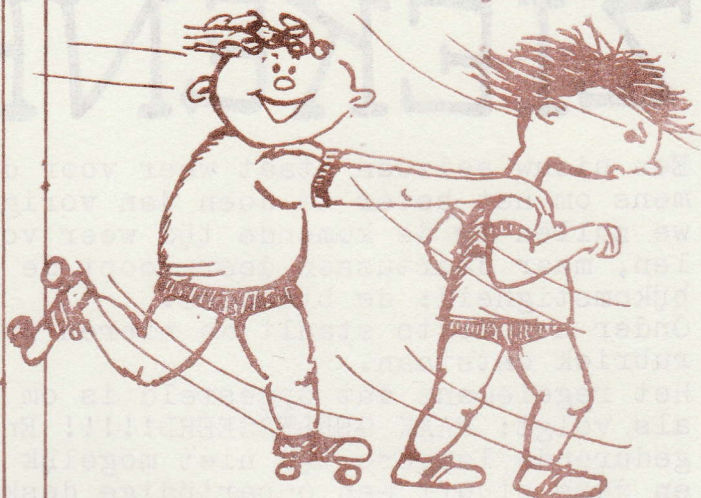
Is getekend,
Pleegzuster Bloedpijn



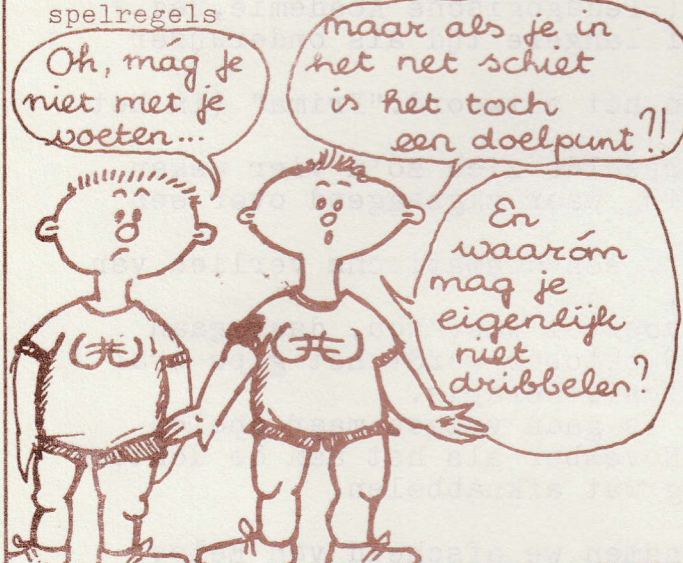
met DAMES 13 naar de TOP

Iedereen die het dit jaar opgerichte team Dames 13 ziet spelen, moet toegeven dat het de meest gemotiveerde ploeg is die de vereniging kent. Het team is vastbesloten in een recordtijd tot de absolute volleybal-top te gaan behoren, en lijkt daarin bijzonder succesvol. Daarom nu een kort verslag van de verrichtingen van dit ambitieuze team.

De eerste stap op weg naar de top is een goede training. Dat hebben de dames altijd terdege beseft.



De tweede barrière die overwonnen moest worden, waren de ingewikkelde spelregels



Een derde vereiste was een geschikte coach.

(Na de komst van Disco Dirk gingen er bij de dames steeds luider stemmen op voor de aanschaf van shirts met een diepe V-hals)



Tenslotte schaften ze zich een snel autootje aan, dat hen probleemloos van de ene wedstrijd naar de andere zou brengen



Met een beetje geluk kwamen ze toch nog aan en begonnen dan met het naar binnen rijden der sporttassen.

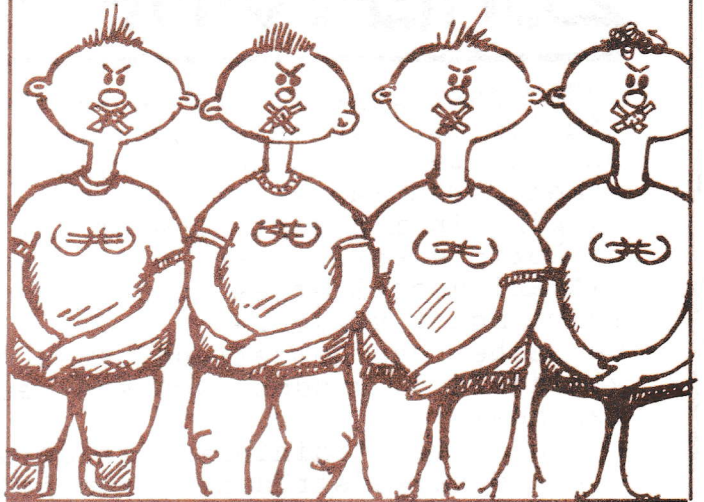
Professioneel hoor, dames! En dat voor die twee sokken en een deo-spray!



In de kleedkamer proberen de dames elkaar in de juiste gevechtsstemming te brengen, en werken met behulp van diepte-psychologie aan een onverwoestbaar moreel.



Als de dames zijn ingezwachteld en afgetaped, gaan ze de zaal in waar de coach de laatste (noodzakelijke) bandages aanbrengt



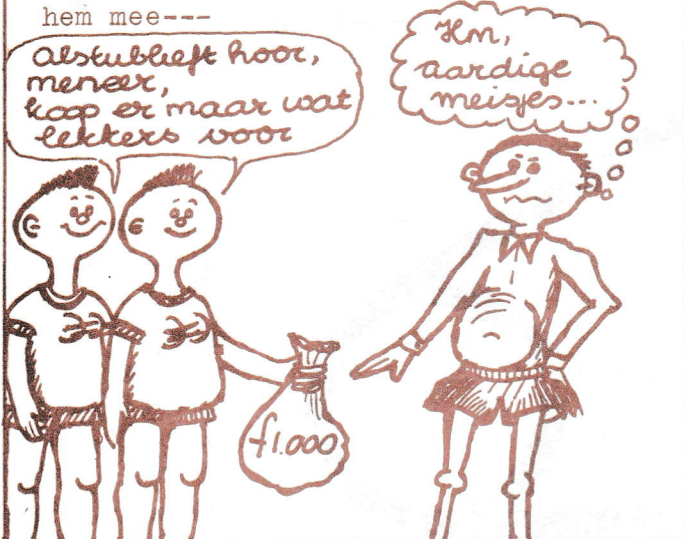
Aan het begin van de wedstrijd brengen ze hun belangrijkste stelregel in praktijk: hoe goed de conditie, de techniek en de tactiek ook mogen zijn zonder een goede intimidatie is een volleybalteam nergens.... (zelfs Dames 13 niet)



En Fredje de maskotte, bijgenaamd "het Ballenbijtertje", is natuurlijk onmisbaar bij het onderdeel "tijdrekken"



Maar vanzelfsprekend blijven de dames altijd uiterst beleefd en vriendelijk tegen de scheidsrechter. Ze nemen zelfs altijd een kleine attentie voor hem mee---



En als het dan nog niet lukt, zetten ze gewoon een reservespeelster achter het scorebord...



ZOMERKAMP OP PAPENDAL *

Ieder jaar organiseert de Nevobo een aantal zomerkampen voor mini's, aspiranten en junioren. Dat wist ik via een Orion-Expres aan het begin van het jaar, en heb me voor een juniorenkamp aangemeld. Dat was een tentenkamp op Papendal.

Ik ging in m'n eentje, maar dat was geen bezwaar, want binnen de kortste keren leer je iedereen kennen, o.a. doormiddel van kennismakingsspelletjes en door namen die iedereen op z'n oude T-shirt moest verven.

We hebben een ontzettend leuke en ondanks de warmte (de hele week gemiddeld 30 graden), actieve week gehad met allerlei leuke dingen zoals:

- een aantal trainingen (in de open lucht).
- volleybalwedstrijden tussen leiding en deelnemers.
- een Hike (puzzeltocht van ongeveer 40 k.m. met overnachten in de open lucht bij een kampvuur, en als onderdeel een middag zwemmen in een natuurbad).
- iedere avond feest (disco) tot diep in de nacht voor wie dat wou.
- een nachtspel in het bos.
- een achtkamp (door de grote warmte was water natuurlijk een geliefd onderwerp).
- een barbecue-avond
- een bonte avond als afscheidsavond (we zijn met een heel stel die nacht helemaal niet naar bed geweest omdat we dan nog wat langer hadden om te genieten van het kamp).

en nog veel meer.

Iedereen heeft een zalige week gehad en volgens mij had niemand spijt. Het afscheid was zo droevig dat er nu mensen bezig zijn met het organiseren van een reüni.

Ik ben vast van plan om volgend jaar weer te gaan. Misschien gaan er dan nog wat meer van Orion, want het moet wel gek lopen als je daar spijt van krijgt.

Irma Scholtens

Een nieuwe aanwinst?!

Geboren 21-8-1982

Patricia

Hugo en Loes Slutter,
Deilhorst 52
7009 CG Doetinchem

MINI-INTERVIEW

1. Naam:	Marian Weerdmeester	Lucas Swennen
2. Leeftijd:	14	18 Lenten
3. Hoeveel jaar al bij Ubbink/Orion?	5 jaar	Leeftijd min 14
4. Actief bij Ubbink/Orion als...	speelster	Spelverdeler
5. Waarom houd je je bezig met volleybal?	Moet me toch ergens op afreageren?!	Lekker overdekt spelen.
6. Favoriete team bij Ubbink/Orion?	Heren 1	Aspiranten G van vorig jaar.
7. De reden van antwoord 6	Lijkt het meest op meisjes c	Ze groeten mij altijd zo vriendelijk op school.
8. Favoriete speler/speelster?	Gabi Saltarelli	Arthur Vreeke.
9. Omdat hij/zij...	wel eens goed speelt.	een mooie stijl heeft
10. Sterkste punt van jezelf?	Volleyballen.	Tegenstander motiveren.
11. Lastigste tegenstander?	Scheidsrechter.	DOS/Schoonhoven.
12. Beste trainer?	Hanneke Lovink.	Quique/George.
13. Sterkste coach?	Misschien in de toekomst???	Quique/George.
14. Grootste gemis van de vereniging?	Eigen clubhuis.	George, Loekie en Bob.
15. Sterkste punt van de vereniging?	Soms uitdelen van consumptiebonnen.	De kantinegeluiden.
16. Wens voor de vereniging?	Zie antwoord 14.	Veel promoties vooral van Heren2
17. Grootste teleurstelling bij volleybal?	Het verlies van Grady Veldhoen.	8e plaats bij NK voor districtsteams.
18. Voorbereiding voor belangrijk duel?	Drinken vast opmaken.	Moed indrinken.
19. Welke kleur sokken bij de wedstrijd?	Maakt niet uit, zelfs zonder sokken winnen we.	Witte Reus wit.
20. Favoriete yell bij de wedstrijd?	zoef-zoef	prrrrrrr-tjop.

BLA BLA
BLA BLA
BLA

