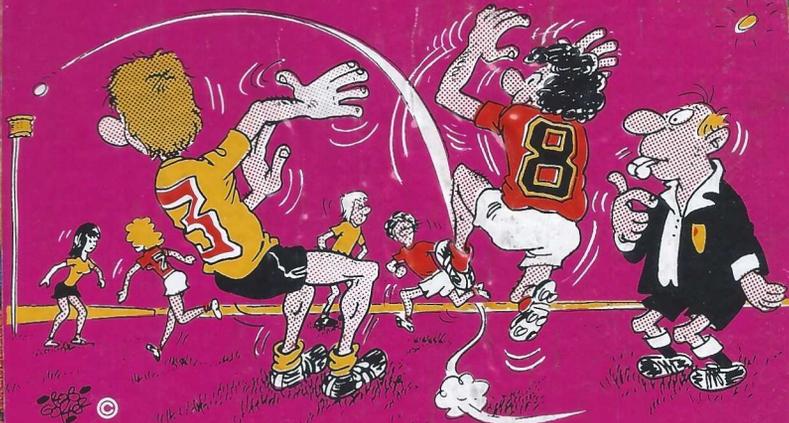


fédération internationale de korfbal
postbus 1000, 3700 BA zeist, holland

"KORFBALL TERRIFIC"



~~76-77~~ VADA 1925 Junioren 3 (microteam)

Heren

Guido
Harry
Ronald
Eddy

Dames

Hetty
Joke
Marijke
Wilma

Anja

VADA 1925 Junioren 2 (veldteam)

Heren:

Guido
Harry
Ronald
Eddy
Menkin
(Wouter)

Dames:

Hetty
Joke
Wilma
Yolanda
Manjo

Trainingstijd tijdens veld

dinsdagavond: 18.30 - 19.30 veld

Trainingstijden tijdens mikro:

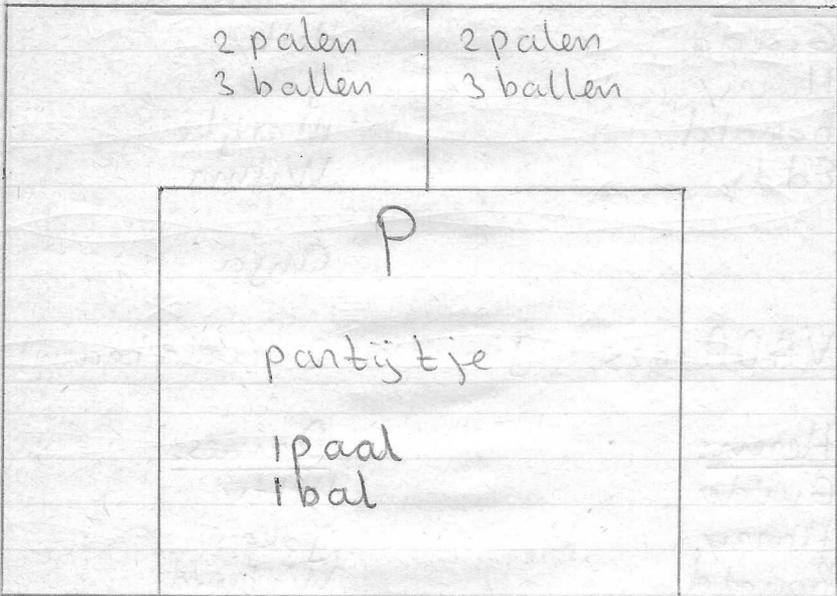
dinsdagavond: 7-8 uur veld

woensdagavond: 7-8 uur sporthal

Trainer: Pieter

Veld: afdeling Gelderland
junioren 2c

Zaalindeling woensdagavond sporthal J1/J2/J3



wisselen na 20 minuten

trainer J1 Bert

J2 Ton

Vervalt niet

TRAININGSOPKOMST

	9-11	10-11	16-11	23-11	30-11	15-12	22-12	5-1	19-1	26-1	2-2	4-2	16-2	23-2
Spelers	di	wo	di	wo	di	wo	di	wo	di	wo	di	wo	di	wo
Harry	X	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Guido	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Eddy	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Ronald	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Joke	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Hetty	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marijke	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Wilma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Anja	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Yolanda	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Marjo	-	-	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

29-12: kerst

13-12: thuis

VERVALZEN → N.S.K. TOEGANG

VERVIEL - - - - -

be-drukt

TRAININGSPROGRAMMA:

9-11 * Schot oefeningen (S.O.)

- doorlopen (dl) : 30
- afstandschot (as) : 15
- uitwijkbal (uwb) : 10
- strafwerpen (sw) : 10

2 palen (20 min)
4 ballen

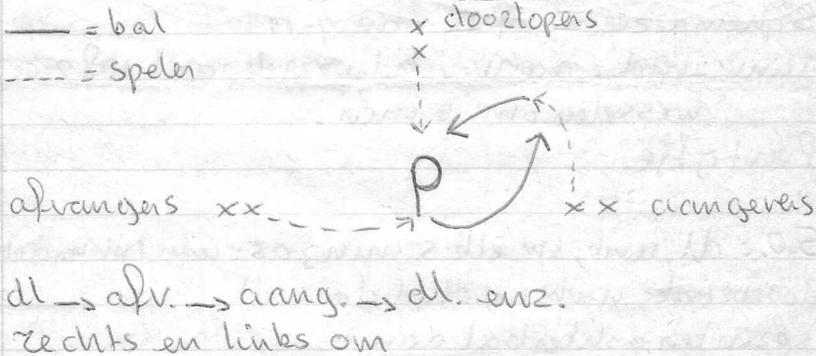
VELD

* Gooi/vang oefening (G.V.O.)

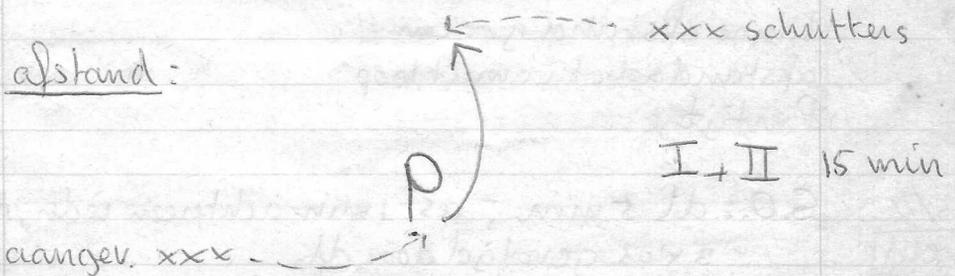
- combineren in 4 tallen
- 2 tallen: één gooit aan ander loopt toe en weg

4 ballen (10 min)

* I Schema (min. 6 man) doorloop:



* II afstand:



* Partijtje 15 min

10/11
zaal

1^e 20 min:

S.O.: dl 5 min wijkbal 5 min wisselen (10)
as 5 min str.w. 5 min wisselen (20)

2^e 20 min:

G.V.O.: een loopt toe en weg daarna regelmatig wisselen (2 à 4 v
~~400~~ Andere 4: 2 aangevers, 1 aanvallen 1 verdedigen - 10 min
Daarna wisselen - 10 min

Bij G.V.O. afwisselen met: sprongnaambal; links/rechts gooien/vangen

3^e 20 min: Partijtje

16/11
veld

S.O.: dl, uwb, as: alles 5 min. met bij as ieder
1 min. achtereen schieten (15)

afvangen: schutten voor de paal, 2 afvangens; om de
2 min. wisselen (25)

Schema: zie I of II van 9-11 (35)

aanv. verd.: aanv. verd. voor de paal 1 of 2 aanging.
wisselen om 2 min. (45)

Partijtje (60)

17/11
zaal

S.O.: dl, uwb, sw elk 5 min; as: ieder 1 min. achtereen (20)

doorbraak: uwb. gevolgd door dl.

sprinten achterbal aan } (40)

lange afstand gooien } (40)

afstandschot vanuit loop } (60)

Partijtje

23/11
veld

S.O.: dl 5 min.; as 1 min. achtereen ieder, daarna
3 x as gevolgd door dl (15)

conditie: steigerings over lengte v.h. veld (4x) (25)

rustig as in paren } (35)

van afstand aanging bij dl. } (50)

sprinten achterbal aan en daarna nog wat as (50)

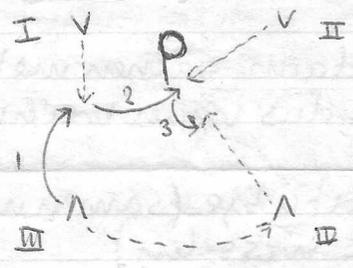
X

4 zondjes zond veld

24-11 dl, as, uwb, sw elk 5 min; wisselen v. paal (20)
 [zaal] oplangestak: afvangen onderpaal (2) terwijl 2 as 10x
 (op breedestak = aanv. + verd. met aangeras (40)
 event. afwisselen met "volgen"
 Partijtje: aanwijzingen - paal opvallen, plaatsen (60)
 afvangen, opbrengen

30-11 zie vorigeweek (23-11)
 [veld]

1-12 1^e 20 min schot oef. = dl. as. str.w. uwb.
 [zaal] 2^e 20 min: Schema (breededeel) (4)

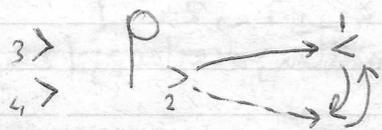


- 1: III gooit bal op toe-komende I en gaat zelf bij III staan
- 2: I plaats bal op II die onder de paal komt
- 3: IV neemt doorloop

doorhaaien: I -> III -> IV -> II -> I
 (langestak): 2tallen - aanv. + verd. tegen elkaar rennen (estafette)

3^e 20 min; Partijtje

15-12 1^e 20 min.: schot oef.: dl. as. uwb. str.w. (20)
 [zaal] 2^e 20 min.: schema: 2 gooit op 1 en loopt uit; 1



- terugnau 2 endere weer op 1 waarna schot. (10)
- Nu 2 aanv. 3 vangt af en steunt 2

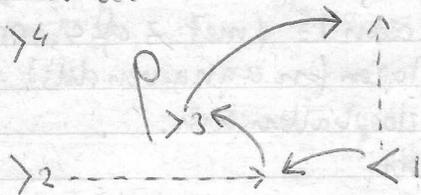
1 onderpaal enz.
~~langestak~~ afwisselen met i.p.v. as. dl.
 langestak: sprinten achterbal aan (2tallen); volgen, afst. gooien (10)
 Partijtje (20)

2-2
Zaal

Half uur pentijtje met J2

Andere halve uur:

- schotoefeningen
- schema:



1 plaats toptoe komen de 2, 2 plaats op 3 welke 1 aangefit die voor de paal komt on schiet. & vangt af

doordraven: 1 → 4 → 3 → 2 → 1

Uitwerken tot wijeballen en doorloop (2x aangeven)
(Groep v. 4 → 1 vak; anderen str.w., sneldoelen, etc.)

9-2
Zaal

Half uur pentijtje met J2

Andere half uur:

- schotoefeningen
- wijebal, waarbij aangeven gaat verdedigen, andere 2 afvang en. Uitswerken tot dt. waarbij 1 aangefit en 1 afvangt (v.d. 2 steunspelers); afwisselen; let op beemeren

16-2
Zaal

Half uur pentijtje met J2 → wijzen op: verdedigenschaaier

Andere halve uur:

- schotoefeningen
 - combineren
 - verdedigen: aanvallen veel v. afst. schieten, verded. erbereupf andere (1 of 2) steunen en vangen af.
 - laatste paar min. even terugkomen op de wedstrijd v. zo.
- VERVIEL DOOR TEKORT AAN MANDEN (2)

23-2
Zaal

Zie vorige week

Door afwezigheid Frans programma met J1 afgewerkt incl. schot af. Memmo, Henk afwezig

2-3 zie vorige week

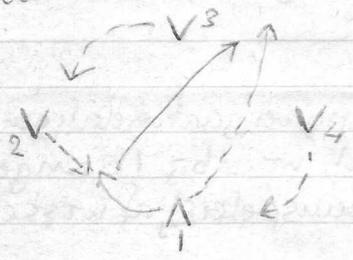
zaal

- 9-3 * Afstandskot → aang. loopt inken schiet → aang. loopt uit en geeft dt. aan aan 1^e (met 3 of 4, 1 paal, 1 bal)
 ↳ links en recht uitlopen en aangiven dus
- * Met 2 in allen 50 doorloopballen erin.
 - * vrede ligen + a vallen
 - * Partijtje.

15-3 Combineren met bal 4 (3) tallen

VELD

- Bal jagen: 1 spelen in driehoek: bal raken - wisselen
- In 2 tallen rustig over gooien afw. beide, links, rechts,
- Middenvak: 1 plaats top toekomende 2



en springt in (voor hem) rechte hoek waar hij deb al van 2 krijgt. 3 en 4 maken een ruitje (3 → 2, 4 → 1, 2 → 4, 1 → 3) afwisselen met links en keuze bij toelopen 2 en 4

- Opzand = schot oef. + partijtje.
- Ging niet door, doordat ik te laat was (dierkunde praktijk)

22-3

veld

zie vorige week

29-3

veld

- Middenvak schema (zie 15-3; doorlage opkomst nog niet gedaan)
- met twee in achter weg rollende bal aan.
- rollende bal oppakken en plaatsen
- springen over breedte veld
- Bovenstaande op gras (laatste halve uur)

Op 2 eind (eerste half uur ongeveer):

- warmlopen m.b.v. doorlopen (15)
 - wijkballen ~~gevolgd door verdedigen erbij~~ (18)
 - afstandschoten (2x aangeren) (15)
 - (3) 4-tallen: aanv. + verded. + aangever(s) tot doelpunt gemaakt (18)
 - Partijtje (30)
- VRAGEN naar belangstelling voor 2x trainen ←
- Afzeggen voor 5-april -> Ambletense

Van af 7 april op donderdagavond half 8

14-4 zie vorige keer

21-4 evenzo

- 28-4
- dlb om optewarmen
 - 2x aangeren afst, dlb (niet van één plaats!)
 - zelfde nu met verdedigers (denk aan aangever)
 - Middernacht oefening zie 15/3
 - Konditie(?): dames 2 ronden heren 3 rond veld
laatste lange eind snelh. opvoeren tot sprint.
 - Direct hierna doorig aan met sneldoelen (max 5 min paal)
 - Tot slot stru.: 10 nemen min 5 raak

VADA 1925 seizoen '78-'79 A1

dames

Jessica
Mannette
Janneke
Genda
Paulien
Ria
Marjon
Jeannet Janet

heren

Martin
Edwin (aanv.)
Henk
Wim
Robbie
Addie
Ernst-Jan

veldcompetitie: op d. Gelderland asp. 20
training: do. av. 18.30 - 19.30

valekan: Martin Ria
Robbie Janneke/Genda
Edwin Paulien
Addie/Ernst-Jan Marjon/Jessica
Wim Mannet/Jessica
Henk Jeannet ~~Genda~~



16/9: Genda, Ria, Addie, Edwin/Jessica, Jeannet, Wim, Henk
Paulien, Marjon, Robbie, Martin

Reservebeurten:

- 2/9 Elko mit Gerda, Jessica
Robbie
- 9/9 SSS thuis ~~Manja~~, Jeannet, Jannoke
Addie
- 16/9 KK mit Jannoke + Mannelke waren er niet (jun. v
Ernst-Jan
- 7/9 Reehorst mit Gerda, Pauline
Henk
- 14/9 SOS mit Ernst-Jan afwezig
Jannoke, Jeannet afwezig
- 24/9 DVD A2 mit Henk afwezig
Ria afwezig, Marion
- 28/9 DVD A3 thuis Wim afwezig
Ria, ~~Robbie~~ Mannelke

wedstg. punten

Elleo - VADA	3-3	1
VADA - SSS	20-0	3
KK - VADA	1-0	5
Reehorst - VADA	4-0	7
SOS - VADA	4-0	9
DVA2 - VADA	1-3	11
VADA - DVA3	4-4	12

voor: 54 tegen: 17

Doelpunten makers:

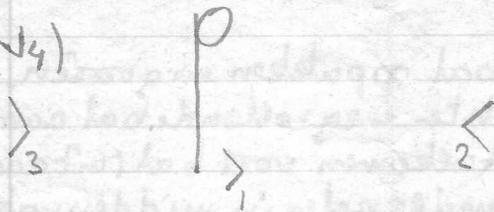
Mamette	2+1=3	Henk	5+1	6
Marjon	2+11=4	Martin	3+1111	8
Pauline	2 2	Edwin	4+111 1111	14
Jessica	11 2	Robbie	2+1111	7
Ria	11 2	Wim	111	3
Janneke	11 2	Addie	1	1
	<u>15</u>			<u>39</u>

Team's	mit	VADIA	KK	DUDIA ₂	Reehorst	DUDIA ₃	SSS	Elleo	SOS
VADIA							20-0		
KK		1-0		1-3					0-8
DUDIA ₂		1-3			4-2			6-3	2-2
Reehorst		4-0	0-3			1-6	17-0	7-3	
DUDIA ₃		4-4	3-0	4-3	8-1		14-0		
SSS			2-2	0-12				2-2	0-10
Elleo		3-3	5-0			3-0			2-2
SOS		4-0			4-3	3-6			

VADIA	1	3	5	7	9	11	12	← 2 ^e	MAZVE
KK	0	0	0	1	1	1	1		
DUDIA ₂	2	3	5	5	7	9	9	← 3 ^e	COMPE
Reehorst	2	4	4	4	4	4	6		
DUDIA ₃	2	4	6	8	9	11	13	← 1 ^e	TITIE !!
SSS	0	0	0	1	2	2	2		
Elleo	1	1	2	2	3	3	5		
SOS	1	2	4	4	4	6	8		

- doorloopballen.
- mitwijkballen doelen van korte afstand.
- afstandschoten.
- plaatsen naar spel onder de paal, afstand steeds vergroten; van flinke afst. dlp.

(V4)



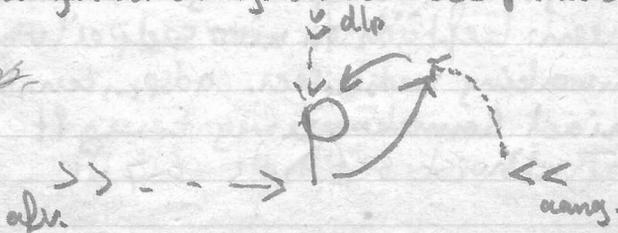
1 plaatst op 3, deze schiet 3 vangt af 1 is schijn mitgelopen en krijgt bal van 3
doordraccien: 1 → 2 → 3 → 1

- i.p.v. afst. schot, mitwijkbal
- (event. met 4 afh. v. opkomsten gelijk met verdediger)
- zelfde, maar met verdediger.
- zelfde, maar nu wijken doorloop.
- met zelfde 4 tal: 2 aangevers, aanv. en verd. 1 mit.
- 2 groepen; bal overbrengen
- toetslot: ~~afst. schot~~ partijtje

~~dlp afst, mitwijk, dlp van elk een, achter elkaar. rustig beginnen laten vallen.~~

- afst + mitwijkbal
- dlp. van opzij aangegeven (3 talen)
- dlp. / aangevers / afvangers (6 tal)
- afv. geven aang. aan deze plaatsen op dlp van opzij

blijbaan te moeilijk ~~is~~



doordraccien
afv → aang →
→ dlp → afv.

let op in beweging blijven!!

- dlp. overnemen, schot v. vrijkomende aanvoer.
- korte afstand doelen (10-en)
- eindigen met zondjes (2) zond veld laatste lange eind sprinten
- eventueel bij grote opkomst:
- baloefeningen op veld
 - combineren
 - aanrollende bal oppakken en gooien
 - met 2 bal achter meegrollende bal aan
 - middenvak: toe komen voor bal (uit aanw.) plaatsen op mede spelers in middenvak, zelf naar hoek sprinten
 - zelfde met verdedigers

- 5/10
- afst. schot
 - dlp
 - wijkbal met verdedigen
 - overnemen: verd. v. aang. gaat aanw. verdedigen; aang. komt tot schot (krijgt de bal v. d. aanw.)
 - partijtje

jeugdnie verg.

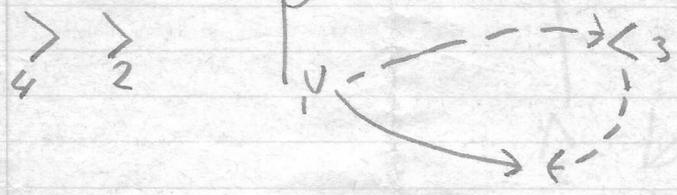
- + wedstr. A₁ redelijke
- + training: komt neer op bezig houden.
- + algemeen: leeftijden en ~~voor~~ spelpeil verschiel te groot
- + samenwerking wedstr. sect. adsp. sen.?
- + materiaal Bennekomseweg terug?!
- mikro: Touthorst 5-6 A₂A₃ 6-7 A₁

26/10

(Edwin werk week)

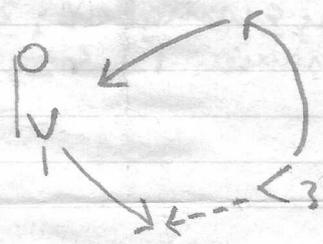
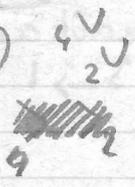
- * doorloopballen
- * met 4-ballen werken:

(A)



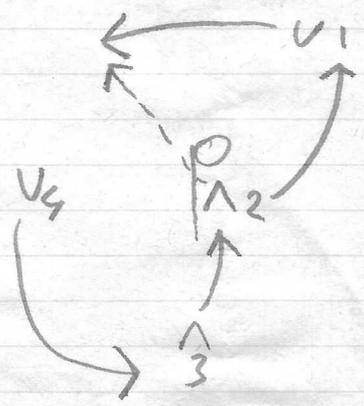
1 plaatst op 3; 1 loopt schuin uit; 1 krijgt bal terug van 3 en schiet; 3 vangt af. Door draaien: 1 → 3 → 4 → 2 → 1

(B)



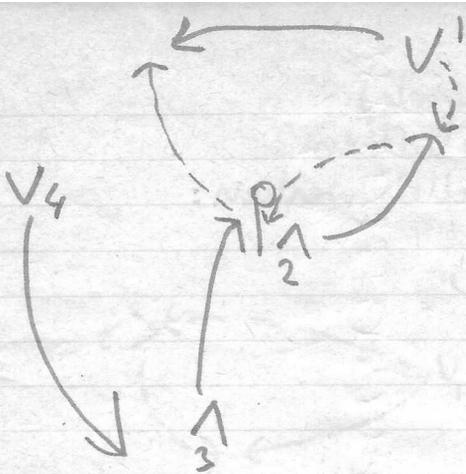
3 plaatst op schuin uitlopende 1; 1 plaatst op 2 die heeft "opgevald"; 3 doorgedraaid en neemt dlp; 2 vangt af door draaien: 1 → 3 → 4 → 2 → 1

(C)



1 loopt voor paal en krijgt bal van 2 en schiet; 3 vangt af 4 draait achter de paal door draaien: 2 → 1 → 4 → 3 → 2

maeilijk ①



1 plaatst op uitlopende 2; 2 plaatst naar 3 onder de paal
3 plaatst op 1 die voor de paal beweegt; 1 schiet
3 loopt uit; 4 vangt op; 2 draait achter de
paal. Doordraaien 1 → 4 → 2 → 3 → 1

Juniores 3

170'-79

Dames

Heren

X	Mien Meurs	A	Edwin Muntjewerff	X
X	Elly Koenders		Henk Vink	X
X	Manette v. d. Ree		Martin Koenders	X
X	Janneke Handhout		Anno Bekens	X
X	Jessica Conqiset		Arno Nieman	X

Mikrokompetitie op d. Gelderland Jun. 3 E

Training: do. 18.00 - 19.00

Reserve beurtten dames:

11/11	Manette	4/2	—
19/11	Jessica	10/2	Manette zieke
3/12	Janneke	10/2	Manette
17/12	Mien	25/2	Jessica
24/12	Elly afw.	4/3	Janneke
20/1	Elly	11/3	

Doelpuntenmakers

→ 59

Henk	HH HH IIII	14	Elly	HH	5
Edwin	HH HH HH II	17	Janneke	HH II	7
Anno	HH IIII	9	Manette	HH II	7
Anno	HH II	7	Jessica	III	3
Martin	HH HH I	11	Mien	HH II	7
Wim	I	1			29

			doelpunten voor	tegen
VADA J3	-	Ede J2	0-3	3
KK J4	-	VADA J3	2-12	5
VADA J3	-	SOS J2	10-4	9
VADA J3	-	EKCA J4	7-1	10
Ede J2	-	VADA J3	6-4	16
VADA J3	-	Rivalen J2	0-7	23
VADA J3	-	Hazenkamp J1	ns	-
Rivalen J2	-	VADA J3	6-7	29
EKCA J4	-	VADA J3	2-12	31
VADA J3	-	KK J4	10-2	33
Hazenkamp J1	-	VADA J3	3-10	36
SOS J2	-	VADA J3	4-4	40

	VADA	Ede	KK	SOS	EKCA	Riv.	Hazen
VADA J3	X	0-3	10-2	10-4	7-1	0-7	ns
Ede J2	6-4	X	2-4	5-0	6-3	5-0	3-2
KK J4	2-12		X		1-3	5-4	1-4
SOS J2	4-4	5-2	2-3	X	5-4	5-4	7-10
EKCA J4	2-12	4-5	4-6	4-6	X	3-9	1-10
Riv. J2	6-7		11-6	4-4	9-1	X	7-7
Hazen J1	3-10	4-3	3-3	6-11	10-5	ns	X

→ KAMPIOEN

VADA 2 micro seizoen '78-'79

wedstrijden	4	5	6	7	8	9	10	11	12
VADA 2	8	10	12	14	16	18			
Hellas	-	7	7	9					
St. Klooger	-	7	8	8	10				
DVD	-	6	6	7	9	11	13	13	
Rivalen	-	2	4	4	4	4			
Wiko	-	2	2	2	2				
Apollo	-	2	4	4	4				

verliespunten	7	8	9	10	11	12
VADA	0	0	0			
Hellas	5					
St. Klooger	6	6				
DVD	7	7	7	7	9	
Rivalen	10	12	14			
Wiko	12	14				
Apollo	10	12				

3 klassen v.a. 17/10 Febr tot mit nog wedstrijden
 17/10 ECKA - VADA 2-12 8/4 Hazenk. - VADA
 KK - Hazenkamp 1-4 K.K. - SOS
 24/25 Ede - ECKA 6-3 Rivalen - Ede
 za Hazenk. - Rivalen NS 10/11 Hazenk. - ECKA
 VADA - KK 10-2 KK - Ede
 SOS - Hazenk. 7-10 SOS - VADA

KAMPIOENEN

wedstn.p.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	verl.p.
2 VADA J3	2	4	6	8	8	10	12	14	16	18	19	X	-3
3 Ede J2	0	0	0	2	4	6	8	8	10	12			-8
11 KK J4	0	0	1	1	3	5	7	9	9	9			-9
9 SOS J2	2	4	4	4	6	7	9	9	11	11	11		-7
20 EKCA J4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-18
4 Riv. J2	0	2	4	6	4	4	4	5	6	6			-14
6 Hazen J1	2	3	3	3	5	6	8	10	10	12		X	-6

12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
15	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

23 klasse van 1910 jaar tot nu toe wedstrijden
 1/18 EKCA - VADA 2-15
 KK - Hazen 1-1
 Ede - EKCA 2-3
 Hazen - Rivolen 2-2
 VADA - KK 10-5
 202 - VADA 1-10

**korbball
dus**

