

Kick-off

Het nieuwsblad van Rugbyclub The Smugglers uitgave 6 december 2009



Evenementen

- 11/12/09 Rugby clinic @ training
- 13/12/09 Amstelveense RC 1890 2 uit
- 19/12/09 Wildavond
- 20/12/09 West Friesland thuis
- 03/01/10 Nieuwjaars Borrel
- 10/01/10 LSRG 2 uit
- 17/01/10 ASRV AScrum 3 thuis

Inhoud:

Vroeger en de nieuwe tijden	2
Wildavond 2009	3
The Purple Heart	3
Rugby clinic en Technisch hokje	3
On-line trainen	4
Contributie, barrekening en T-shirts	4
Jeugd update	4
Tackling with the big boys	5

Nieuws van het Bestuur

2009 is bijna voorbij en het is wel een moeilijk seizoen op het veld geweest, maar in veel andere aspecten zijn er alleen pluspunten op te sommen, voornamelijk het feit dat er nog steeds nieuwe leden bijkomen die hun waarde snel laten zien op het veld - chapeau jongens.

Het nieuwe bestuur is ook bezig om plannen te maken. Ronald heeft op 8 december een afspraak met de gemeente om o.a. de mogelijkheid om subsidie geld voor reparaties te krijgen.

Wij zijn van plan om de douche ruimte behoorlijk op te knappen. Egwin en JP hebben allebei hun advies aangeboden; nadat de mogelijkheden voor een subsidie van de

gemeente (en dus de voorwaarden van de geld) meer duidelijk is, zullen wij het werk beginnen.

Wij zijn ook bewust van het feit dat de website was voor een tijdje niet meer up-to-date. Onze excuses hiervoor - wij zijn inmiddels begonnen met het updaten en de website wordt weer een bron van alle informatie over wedstrijden, evenementen en zo voort.

Vanwege de afgelaste wedstrijden is er nu op 20 december een wedstrijd: wij spelen thuis tegen West Friesland. het belooft een mooi afsluiting van het jaar te zijn tegen de altijd gezellige gasten uit Hoorn.

Eigenlijk zal het hele

weekend gezellig zijn, want op de avond van 19 december is onze jaarlijkse Wildavond, georganiseerd door de feest commissie - meer hier over op pagina 3.

Wij wensen ieder lid fijne dagen en het allerbeste voor 2010.

Ronald - voorzitter
Alastair - penningmeester
Luke - secretaris
Tom - barbekeer
Colin - trainer
Wout - bestuurslid

Onze sponsors



Rabobank



DROGISTERIJ VAN ASSEMA

Galle Promenade 14
1991 PR Velsbroek
Telefoon 023 538 79 45

‘Vroeger en de nieuwe tijden’

Vroeger was alles beter.

Vroeger waren de mannen van staal en de schepen van hout, tegenwoordig zijn de schepen van staal en de mannen van hout.

Als je tegenwoordig je oor te luisteren legt hoor je verdacht vaak dat vroeger alles beter was. Mocht je dit horen kunnen er twee dingen aan de hand zijn. Die gene die dat zegt wordt oud of de persoon doet al heel lang hetzelfde en ziet waarschijnlijk geen kans om zich aan de veranderende omstandigheden aan te passen.

Fossielen worden ze ook wel eens genoemd. Hoe komt het toch dat deze mensen haast niet uit te roeien zijn. Blijkbaar zijn ze verknocht aan het spelletje. Thuis kunnen ze hun energie niet kwijt. De ontlading moet toch ergens gebeuren. Op hun werk lopen ze het risico dat ze op het matje moeten komen bij de chef en uitleggen waarom het niet zo lekker gaat. Thuis krijgen ze de wind van voren. Op het rugbyveld zijn er niet veel mensen die wat zeggen als ze lopen te kloten omdat er toch wel veel ervaring in vertegenwoordigt wordt.

Ze zijn veelal grijs.

Ze zijn vaak te zwaar.

Ze zijn meestal te traag.

Ze zijn vooral eigenwijs.

Er is wel een paar “maren”.

Ze zien vaak al ver van te voren wat er gaat gebeuren.

Ze zijn vaak taaier dan de nieuwelingen en piepen niet zo snel.

Ze zijn vaker op de trainingen dan de gemiddelde nieuweling.

Ze kennen de spelregels over het algemeen een stuk beter.

Ze hebben het geluk dat de jonge honden niet naar ze luisteren.

Kortom, we spreken over een vaker genoemd verschijnsel : de generatiekloof.

Vroeger speelde men met een leren knikker. Die oude ballen hadden een rondere vorm dan de ballen van tegenwoordig. Er zat een vetertje in om de

nodige delen bij elkaar te houden en de ingewanden op hun plaats te houden. Als je het geluk had dat het regende tijdens de wedstrijd of tijdens het trainen, dan was de bal gewoon spekglad. Je moest de bal wel met twee handen vangen omdat je anders in 99 van de 100 gevallen gewoon mis greep. Heel anders dan de anti-slip ballen van tegenwoordig die gewoon aan je handen blijven plakken.

Vroeger droeg men geen handschoentjes. Blote handen waar hooguit een beetje modder op gesmeerd werd om de boel een beetje stroever te maken. Vandaag de dag gebruikt men handschoentjes waar de bal aan blijft plakken ook al wil je hem weggoeien. De volgende stap is waarschijnlijk een set handschoentje en een bal met klittenband.

Vroeger speelde men met leren schoenen die wel 5 seizoenen mee gingen. Insputten met anti-zweet spray deed men niet. Schoonmaken was voor mietjes. De schoenen waren de volgende wedstrijd gewoon keihard. Op het veld werden ze vanzelf wel weer zacht. Je speelde gewoon met een paar pijnlijke poten.

Vroeger had men geen bitjes, pipo-mutsen of een tok. Gewoon pech als je een “tikkie” tussen de benen kreeg. De tandarts deed toen nog goede zaken en een oortje meer of minder keek bijna niemand van op. Kreeg je een “beuk” van de tegenstander dan kreeg hij er vanzelf wel weer een terug, niet persé van het slachtoffer.

Vroeger dienden noppen onder schoenen voor twee doeleinden. Ze voorkwamen dat je weggleed op het veld maar waren er vooral voor om eens lekker op je tegenstander te gaan staan. Controleren of ze scherp waren was nooit nodig. Vervangen werden ze alleen als je er een kwijt was.

Vroeger speelde men in een katoenen shirt. Niet in die verschrikkelijk strak om het lichaam zittende synthetische luchtdichte verpakkingen die je bovendien niet vast kunt pakken.

Je kon zo'n katoenen shirt tenminste vast pakken. Je kon er hooguit een vinger mee uit de kom trekken. Een medespeler, of als je geluk had een tegenstander, trok dat meestal wel weer in vorm en kon je verder spelen. Niks ziekenhuis waar er een grote gipsen spalk om gegoten wordt.

Vroeger vormde je een scrum, of er nou 8 mensen klaar stonden of niet. Gewoon inkomen en niet wachten tot de scheidsrechter je via 4 onverstanebare kretes je toestemming geeft om in te komen om je tegenstander pijn te doen. Gewoon douwen met die handel en niet een “ouwe lullen” scrum omdat de tegenstander niet compleet is. Was je niet compleet dan verloor je gewoon de bal. Pech.

Vroeger werden de wedstrijden niet afgelast omdat het veld een beetje wit van de sneeuw was. Spelen tot je er bij neerviel. Alleen bij min heel veel onder nul werd er niet gespeeld. Niet omdat het veld te hard was maar omdat je alle kanten op gleeed omdat de noppen niet in het veld zakten.

Vroeger werden geschillen op het veld uitgevochten. Klappen in het veld werden daarna door een paar biertjes al minder gevoelig. De volgende dag was je gewoon blauw. Vandaag de dag wordt je met de rechter bedreigd als je een beetje te veel enthousiasme vertoont.

Is er dan helemaal niets beter geworden.

JA...

De veiligheid is door de veranderingen wel beter geworden. Ja mag niet meer inkomen bij een scrum voor de scheidsrechter vind dat dit veilig kan.

Bij een line-out mag je een springende tegenstander niet eens meer aanraken voor hij weer op moedertje aarde land.

Bij een ruck moet je weggrollen.

Je kan niet meer gnepig je handjes gebruiken zodat de tegenstander er op kan gaan staan en een paar afdrucken van een paar veel te scherpe noppen op je handen of armen achterlaat.

Scherpe noppen komen nu niet vaak meer voor.

De scheidsrechter weet tegenwoordig meestal iets van spelregels af. Hij moet toch voor het goede toch wel een soort van spelregelcursus gevolgd hebben wil hij de fluit ter hand nemen. In het verleden was gewoon een speler die niet mee mocht doen of vrijwillig-verplicht was aangewezen scheids..

Zijn er dan ook nog dingen onveranderd in deze wereld.

Jazekers. Ook vroeger had men het probleem dat er op de trainingen vaak geen mens te bekennen was. Ook toen waren er mensen die rond het einde de zweetuurtjes kwamen om de club een warm hart toe te dragen door het spekken van de barinkomsten. Van alle tijden dus. Ook van alle tijden is de regel dat er minstens een persoon per wedstrijd moet zijn die zich afmeldt op de tijd dat er een bijna compleet team staat te wachten op voltalligheid om te kunnen vertrekken.

Ook vroeger moesten we omrijden om mensen op te halen die eigenlijk niet zouden moeten spelen omdat de vloeistof door de aderen eigenlijk niet uit witte en rode bloedlichaampjes bestond.

De derde helft is onveranderd gebleven. Innemen en doorgaan. Gezellig, zeker als de tegenstander het vroeg op moest geven.

Maandags met een loden gevoel naar het werk.

Wat ook van alle tijden is binnen de klup:

Dat de meesten toch voor elkaar klaar staan.

Blijf vooral zo doorgaan en blijf plezier in het spel houden.

Groeten van Tante Gré.

Wildavond 2010

Op zaterdag 19 december organiseert de feestcommissie wederom de wildavond. De eerste vergadering is belegd. Dit jaar krijgt de wildavond een thema. Het thema is religie. Iedereen is vrij om hier al dan niet iets mee te doen. Feit is dat de

feestcommissie voor vele mooie prijzen en een boel gezelligheid zal zorgen. Je bent met partner, introducee of alleen van harte welkom vanaf 20.00 uur.

The Purple Heart

"the Purple Heart is awarded in the name of the President of the United States to any member of the Armed Forces of the United States who, while serving under competent authority in any capacity with one of the U.S. Armed Services after April 5, 1917, has been wounded or killed, or who has died after being wounded". Dit seizoen hebben wij een bijzonder hoeveelheid blessures meegemaakt, met name mensen die moeten

weken lang zich laten herstellen. Dus het doet mij aan de Purple Heart denken.

Rugbyclub The Smugglers bewijst hulde aan haar gevallen leden...

- Sander (schouder)
- Rens (vinger, twee keer...)
- Ron (schouder)
- Alex (botsing met DIOK fullback)
- Vincent (knie, enkel)

- Joey (schouder)
- Ronald (rib)
- Richard (luchtafweergeschut boven Dresden)

Rugby clinic en het technisch Hokje

Bovenop het kast onder de oude TV in het clubhuis komen er binnenkort een paar mappen tevoorschijn. Binnen deze vindt men een verzameling van technische literatuur en informatie over rugby.

Iedereen kan dan deze bron van informatie op elk moment raadplegen. Helaas kunnen wij de informatie niet op de website plaatsen vanwege auteursrecht dus je moet het in de ouderwets manier doen

Op 11 december krijgen wij een rugby clinic aangeboden door de Nederlandse vertegenwoordigers van Samuri. Dus op tijd komen: verzamelen om 19:30, op het veld om 20:00



"In my time, I've had my knee out, broken my collarbone, had my nose smashed, a rib broken, lost a few teeth, and ricked my back; but as soon as I get a bit of bad luck I'm going to quit the game."



On-line trainen

Er is vak discussie geweest over de training en hoe wij kunnen het verbeteren of het meer doelgericht maken. Belangrijk ook is dat iedereen weet de doelen van een oefening.

Hier kunnen wij gebruik maken van de website www.sportplan.net. Men kan hier inloggen en tientallen verschillende oefening bekijken, maar sterker nog kunnen een groep mensen hun eigen

netwerk maken en oefening delen en bespreken.

Waarom zou dit voor ons handig kunnen zijn? In het meest eenvoudig manier kan iedereen de oefening zelf bekijken en wat leren. Als wij samen een netwerk zouden kunnen maken dan kunnen wij samen dezelfde oefening bestuderen voor de training zodat op een dinsdag en vrijdag

avond weet iedereen de doelen van de oefening maar ook de rol van elk spelen. Daardoor versterken wij ons speelwijze door beter communicatie en organisatie.

Dus, ga naar de site, maak je eigen profiel (het is gratis) en laat het aan ons weten op bestuur@thesmugglers.nl.

M1
DESCRIPTION

Miss pass from 10 (fly half) to 13 (second centre)

COACHING POINTS

12 stands deep and positively accelerates and calls for the ball. Pass goes from 10 directly to 13

Contributie, barrekeningen en t-shirts...

Dames en heren, 2009 is bijna voorbij en wij willen het jaar afsluiten met een gezond saldo op onze rekening. Dus graag je contributie snel betalen en als je in het bezit bent van een van de vintage T-shirts dan

dit ook voldoen.

Als bestuur hebben wij het vaak over de barrekeningen. Het is wel handig dat je kan af en toe wat biertjes opschrijven echter de totaal bedrag van de openstaan rekeningen

neemt behoorlijk toe. Daarom het verzoek om je barrekening te betalen, liever voor het jaar eind.

Denk ook over de Trip - over drie maanden zitten wij in Parijs dus begin met het sparen...

Jeugd Update

Maarten en Alex zijn alweer drie maanden bezig met het geven van lessen aan de jeugd. Inmiddels hebben we 6 officiële jeugdleden die ingeschreven staan bij de bond. Voor deze leden zijn we druk bezig om met Haarlem een combinatie te vinden, wat erin geresulteert heeft dat een aantal kinderen al heeft meegetraind. Daarnaast spelen Anton en Bart in een Cubs combinatie team met Alkmaar en Castricum.

Rugbyclub The Smugglers

Veld/clubhuis

Sportpark Hofgeest
Broeklanden 3
1991 AP Velsersbroek

Post

Postbox 81
1971 AB IJmuiden



www.thesmugglers.nl
bestuur@thesmugglers.nl



TACKLING WITH THE BIG BOYS



bron: Getty Images

- schouder tegen zijn dijen/heupen
- armen vast rond de knieën
- drijven met de benen
- pas op voor je hoofd - probeer het



bron: www2.newpaltz.edu/~walterme/violence/playersport.html

Boven zie je een perfect voorbeeld van hoe iemand die klein is kan iemand veel grotere tackelen. Hoofd rond de dijen/heupen, de benen vastgepakt en blijven duwen met de benen.

Probeer ook je hoofd achter de speler te plaatsen bv. als je gaat iemand tackelen die loopt van links naar rechts dan zet je hoofd links zodat als je om valt, je kop wordt niet verpletterd tussen de speler en het veld.

en... "practice makes perfect". Hoe meer je dit tijdens de training doet, hoe makkelijker het wordt.



DROGISTERIJ VAN ASSEMA

Galle Promenade 14
1991 PR Velsersbroek
Telefoon 023 538 79 45