

NIEUWSBRIEF 18/10/2015

Leden UZSC



nieuws@uzsc.nl

In dit nummer:

Uitnodiging Dinnershow Dames 1 – Bericht van meisjes 015 en 017 vanuit Servië deel 1 en deel 2 - Agenda

Uitnodiging Dinnershow Dames 1

De redactie ontving een uitnodiging voor de Dinnershow van Dames 1 op 30 oktober a.s. Dit mag natuurlijk niet worden gemist. Aanmelden kan via uzscdames1@gmail.com

4 gangen menu
40 euro P.P.
inclusief
welkom drankje

aanvang :
18:30

in het clubhuis

UZSC Dames 1
Weg naar Rhijnauwen 3
Utrecht

Utrecht, 5 oktober 2015

Betreft: Uitnodiging Dames 1 presents Dinnershow – 30 oktober 2015

Beste heer/ mevrouw,

Wegens het grote succes en alle geweldige positieve reacties na de Dinnershow van vorig jaar, nodigen wij u graag uit voor de Dinnershow 2015: nog fabuleuzer dan de vorige! We organiseren de Dinnershow op 30 oktober in het clubhuis van UZSC. Om 18:30 uur staat er een welkomstdrankje voor u klaar.

Zoals u misschien al weet zijn onze A- selectie meiden (Leonie, Amarens en Laura) voor een jaartje intern aan het trainen om zich voor te bereiden op de olympische spelen van 2016. En zij niet alleen, namelijk samen met al hun teamgenoten van het Nederlands team. Dit zorgt er voor dat de competitie er dit jaar net iets anders uit ziet maar helemaal in ons voordeel. Om de twee grote prijzen (de KNZB-beker en de landstitel) te pakken zouden we graag in aanloop naar de Play-Offs op trainingsstage gaan.

U bent van harte welkom om alleen, met een partner of met een paar dierbaren die het leuk vinden om ons team wat beter te leren kennen, te genieten van een overheerlijk diner en entertainment! Onze Sonja zal u verrassen met haar prachtige stem als een nachtegaal met nog veel meer entertainment. Coach en- chefkok Rob Bijeman zal met onze hulp een hoogstaand culinair Frans menu verzorgen.

Voor een bedrag van 40 euro geniet u van een vier-gangen menu inclusief welkomstdrankje. Wij, UZSC Dames 1, zullen u bedienen met eten en gezelligheid. Wij zijn enorm blij als u ons wilt sponsoren door gezellig bij ons aan te schuiven.

Meldt u aan via uzscdames1@gmail.com vóór 25 oktober 2015.

Hartelijke groet,
Dames 1 UZSC

Esther, Roxanne, Alies, Sonja, Danique, Liselotte, Marleen, Kiki, Michelle, Laura,
Demi, Anne en Emma





Bericht van meisjes O15 en O17 vanuit Servië (deel 1)

Afgelopen donderdagnacht is voor meisjes O15 en O17 hun trainingsstage naar Servië begonnen. We volgen ze op de voet, hierbij het 1e verslag vanuit Servië. Ze zijn ook te volgen via https://www.facebook.com/UZSCUtrecht?ref=aymt_homepage_panel.

Na een voorspoedige reis en een busrit naar Kikinda, van ongeveer 2 1/2 uur, kwamen we uiteindelijk aan op het geweldige resort Jezero. Dankzij de kamerindeling hebben de meiden hun plekje snel gevonden, de bedden getest en de spullen uitgepakt. Inmiddels uitgehongerd en moe beginnen we aan een verlate warme lunch. De meiden zitten met z'n allen aan een lange tafel en zorgen dat ze genoeg energie naar binnen werken voor de training.

Het zwembad (25m x 33m) bevindt zich op het sportcomplex en we kunnen er lopend naar toe.

Daar zijn inmiddels de servische trainers, Marco en Goran, ook gearriveerd.

Tijdens een 2 uur durende training, geven zij veel technische aanwijzingen. Onze Nederlandse trainers, Peter, Rob en Rene, vertalen deze naar de meiden toe en leggen uit wat de bedoeling is.

Na deze vruchtbare samenwerking is het weer tijd om te eten.

De meiden zijn na een indrukwekkende dag toe aan rust en iedereen gaat naar de kamer waar iedereen nog even napraat over de dag. Het is al snel rustig op het sportzwycomplex. Om de meiden beter te leren kennen, stellen we er elke dag 4 voor.

De 1e is, Saloua Maafi, geboren 9 juli 2001. Zij speelt bij UZSC bij de meisjes onder 15 en valt in bij meisjes onder 17. Sinds januari 2015 is zij ook uitgenodigd om mee te trainen bij jong oranje. Zij is door een medespeelster, Sam Jutte, bij UZSC gekomen. Ze had toen nog niet eens een C diploma en die wilde ze eerst gaan halen. "daar heb ik best lang over gedaan omdat ik waterangst had" zegt ze.

Nu 4 jaar later bestaat haar leven uit school en waterpolo en heeft ze veel steun aan haar moeder die haar overal naar toe brengt.

Saloua speelt graag mid-voor maar vindt dat ze fysiek sterker moet worden. Haar grote voorbeeld is Yasmine Smit (speelster bij oranje).

Nummer 2 (rechts boven) Yoni van Breda, geboren 5 december 2000. Ze is waterpolo gaan spelen omdat haar broer ook op waterpolo zit. En de vader van Yoni heeft vroeger ook gespeeld. Ze speelt in Oss bij meisjes onder 17 en valt in bij dames 1. Bij UZSC is zij dit jaar gastspeelster bij meisjes onder 17. Ze is bij UZSC komen spelen om verder te kunnen komen en hoger te kunnen spelen. Ze wil bij UZSC beter leren schieten en sneller zwemmen.

Ze is zelf tevreden over haar pasen.

Haar grote voorbeeld is Yoep van den Bersselaar, hij komt ook uit Oss Arethusa en ze heeft al eens training gehad van Joep.

Yoni heeft het erg druk om waterpolo, school en reizen te combineren, maar krijgt gelukkig veel medewerking van school.



Nummer 3, Sam Jutte, geboren 21 november 2001. Sam is begonnen bij onder de 11 bij UZSC en speelt nu bij meisjes onder 15. Vanaf haar 13e heeft ze 2 jaar bij Talent Centraal getraind. Sinds januari 2015 zit Sam in jong oranje. De positie van Sam is midachter. Ze wil zich ook graag in de aanval ontwikkelen. Met name het vrijspelen om te kunnen scoren. Ze heeft eerst op hockey gezeten, maar is overgestap op waterpolo. Omdat haar ouders bij UZSC waterpolo spelen, kwam ze regelmatig in het zwembad en ontdekte ze hoe leuk waterpolo is. Ooit hoopt Sam net zo goed te worden als Dagmar Genee, haar grote voorbeeld!

Nummer 4, Renske Zahradnik, geboren 10 februari 2000. Renske is op jonge leeftijd begonnen met turnen maar moest vanwege een blkessure stoppen. Omdat ze goed kon zwemmen en ging ze naar een soort Coole Kikkers bij ZC de Vuursche in Baarn. Daar heeft ze haar eerste ervaring als polospeelster opgedaan bij onder de 11. Omdat ze bij de Vuursche geen meisjes onder de 15 hadden, is ze bij UZSC gaan spelen. Ze heeft ook bij Talent Centraal getraind en heeft daar vooral haar schot verbeterd. Ze zou graag haar druk- of stootbal perfect willen uitvoeren. Bij UZSC speelt Renske bij meisjes onder de 15. Haar favoriete plek is spelen op de vleugel, positie 1 of 2, waar volgens haar de beste speelster van Nederland ook speelt. Nomi Stomphorst.



Bericht van meisjes O15 en O17 vanuit Servië (deel 2)

Het is weer zover, een verslag van de trainingsstage van onze meiden in Servië:

Na een rustige nacht wordt iedereen om half 9 in de ontbijtzaal verwacht.

Na het ontbijt lopen we naar het zwembad voor de 1e training van de dag. Wederom is de Servische trainer Marco aanwezig om de meiden de nodige technische kneepjes te leren. We hebben telkens het hele zwembad tot onze beschikking. Na uitleg te hebben gekregen zoekt iedereen een plekje op om het zelf te proberen. Je hoort soms "he dat doen we bij Johan ook". Verschillende onderdelen komen aan bod, van hoe te verdedigen bij zone of bij pressing tot het verplaatsen met de bal in je hand. Leerzaam en erg leuk vooral omdat Marco tijdens het oefenen in het water ligt. Hij geeft direct aanwijzingen en doet het voor als ze iets niet begrijpen of goed doen.

Na de training gaan we lunchen. Sommige gaan rusten op de kamer en andere voegen zich bij de schrijvende pers in de zaal om hun huiswerk te maken. Een leerzame en gezellige middag.

Van 5 tot 7 volgt training nummer 2 van die dag. Even inzwemmen en Marco legt weer de nodige technieken uit. We eindigen met een wedstrijdje onderling. Daarin wordt er vooral gekeken of ze de dingen die geleerd zijn al toepassen. Rob fluit en kan samen met Peter en Rene aanwijzingen geven.

Na de training lopen we met z'n allen weer terug en beginnen we aan het diner.

Rene, Peter, Jeanette, Sybrina en Mirjam worden door Goran uitgenodigd om in het centrum een hapje en een drankje te nuttigen. Rob blijft bij de meiden, dat heeft hij geweten ook. Op een kamer was een waterleiding in de badkamer gesprongen. Gevolgen regen in de douche en een kletsnatte Rob tot hij uiteindelijk de hoofdkraan kon vinden en deze dicht kon draaien. Daarna was het rustig of althans dat denken we.

De vorige avond zijn René, Rob en Peter ook door Goran uitgenodigd om samen met Marco een hapje en drankje te nuttigen om na te praten over de training en alles wat met waterpolo te maken heeft. De vele jaren van ervaring van alle mannen zorgt ervoor dat het een boeiende conversatie wordt. Marco Basic is de assistent trainer/coach van Partizan Belgrado. De club waar Luuk Gielen van UZSC al 2 jaar speelt. We stellen weer 4 meisjes aan jullie voor.

Quirine Hoekstra, geboren 20 februari 2000, Ze speelt nu bij UZSC onder de 17. Op haar 8e is ze begonnen bij goswim in houten omdat ze zwemmen leuk vindt. Het beste komt ze tot haar recht in de verdediging. Het maakt niet uit waar. Wat ze graag beter zou willen leren is

eer kunnen in de aanval. Naast waterpolo speelt ze ook nog piano. Ze is fan van Dagmar Genee. Die vindt ze erg goed.

Floor van Doorne, geboren 11 december 2002. Ze speelt bij UZSC bij meisjes onder 15. Ze heeft hiervoor bij goswim gespeeld en is daar al op haar 5e begonnen. Dat komt mede omdat haar vader, opa en tante allemaal waterpolo spelen. Vanaf haar 13e is ze ook gaan wedstrijdzwemmen en is ze bij Talent Centraal gaan trainen. Sinds vorig seizoen is ze bij UZSC gekomen omdat ze op een hoger niveau haar talent verder wil ontwikkelen. Dat resulteerde in een uitnodiging begin van het jaar bij jong oranje. Floor speelt in dienst van het team en het maakt haar niet uit welke positie ze ligt. Ze zou wel de mid-voor positie beter willen leren. Floor is erg onder de indruk van Maud Megens.

Jedidja van de Perk, geboren 6 februari 2001. Ze speelt bij UZSC onder de 15. Toen ze 7 was is ze begonnen met poloën omdat ze een goede voor waterpolo is. Ze is de hekkensluiter of wel de keeper. Ze wil graag sterkere benen om beter de boogballen tegen te kunnen houden en langer hoog te blijven als er gedreigd wordt. Ze hoort hij het jong oranje team en hoopt in 2017 mee te kunnen doen met het EJK. Naast waterpolo heeft een geen andere hobby's. Haar voorbeelden zijn Ilse van der Meijden en Jordi Stil.





Eline Timmerman, Geboren 5 januari 1999. Ze speelt bij meisjes onder 17 en dames 5. Toen ze een baby was ging haar moeder met haar babyzwemmen en heeft ze alle diploma's gehaald die er zijn met zwemmen. Toen ze 10 was is ze bij Brandenburg gaan spelen bij gemengd onder de 11. Vanaf meisjes onder 15 is ze naar UZSC gekomen omdat er geen team niet meer was bij Brandenburg. Ze speelt graag op de vleugels en zou haar positie op mid-achter graag willen verbeteren. Nina is een bezig bijtje. Ze doet ook aan mountainbike en gaat naar de sportschool en ze zit in haar examenklas havo. Ze heeft als ambitie om bij de landmacht te gaan werken als verpleegkundige. Ze heeft geen idool of voorbeeld.

Agenda

Voor overzicht wedstrijden [klik](#) hier.

Medio oktober	Rekening contributie is verzonden, betaling binnen twee weken.
30-10-2015	Dinnershow Dames 1
09-11-2015	Algemene Leden Vergadering (locatie Zwembad De Krommerijn)
27-11-2015	Bedrijventoernooi 2015 (informatie volgt)

Kijk ook op: www.uzsc.nl