

IN DEZE UITGAVE:



Rabobank
Wensenfonds



Nieuwe sponsor
Flamingo Flowers



Recept:
avocadosalade



Uitslagen
competities



Heren- en
damescompetitie



Glow in the dark
toernooi



Overlijden Carel
Oostveen



Agenda



VOORWOORD

Hallo beste badmintonliefhebbers,

Hier weer ons leuke, informatieve clubblad. Met alweer een aantal maanden in het nieuwe jaar hebben 3 teams nog niet zolang geleden de najaarscompetities afgesloten, waarbij team 1 en team 2 op een vierde plaats zijn geëindigd en team 3 een zesde plaats heeft behaald. Ondertussen zijn inmiddels de voorjaarscompetities gestart voor de dames en heren en twee teams in de jeugd. Ook bij de recreanten zijn de wedstrijden nog in volle gang bezig. Veel sterkte teams!



Een ander leuk item was dat Rik een vrienden/collega's toernooi had georganiseerd bij onze vereniging. Tegen een kleine vergoeding waren er twee banen beschikbaar voor Rik en zijn vrienden. Een leuk initiatief om kennis te maken met deze sport en een leuke avond te hebben gehad en.... misschien nog wat nieuwe leden?

Een mooi hoogtepunt was natuurlijk het verrassende bedrag van 1740 Euro die Diane, Jan en Miriam op de avond van de uitreiking van het Rabobank Wensenfonds (waar Diane onze club voor had opgegeven, goeie zet Diane!!) in ontvangst hebben mogen nemen. Het bedrag was bedoeld voor de aanschaf van de nodige lampen en materialen om het "Glow in the Dark" toernooi naar een hoger niveau te tillen, wat de leden onlangs op de baan hebben kunnen ervaren, en tevens een trainingstoestel, een Moonjumper, kon worden aangeschaft.

Natuurlijk bedanken we iedereen die op onze vereniging gestemd heeft!! En Jan en Diane natuurlijk voor het regelen van de aanschaf van alle materialen!

Naar aanloop richting Koningsdag wordt er op 15 April weer een toernooi georganiseerd, maar in plaats van het gebruikelijke Oranje Toernooi zal het deze keer het "Ik hou van Holland" Toernooi gaan heten, met uiteraard leuke oerhollandse prijzen die er te winnen zijn! En tegen wie lekker Hollands uitgedost op de baan wil verschijnen kunnen we alleen maar zeggen; Doe eens lekker gek!

Even nog iets vanuit het bestuur...onze secretaris Miriam Sommeling heeft ons laten weten zo langzamerhand het stokje te gaan willen overdragen aan iemand anders. Dat vinden wij natuurlijk best jammer maar dat betekent ook dat we iemand anders nodig hebben.

DUS...voel jij je geroepen en ben jij enthousiast genoeg om ook wat binnen het bestuur voor onze vereniging te gaan doen, zodat we er met zijn allen voor kunnen zorgen dat we allemaal lekker een shutteltje kunnen blijven slaan, dan horen we graag van je!

En al zijn we nog niet aan het einde van het seizoen wil ik jullie er alvast op attenderen dat we op zaterdagmiddag **6 Juli** het Star Slot Toernooi gaan organiseren, zowel voor de jeugd als de senioren. Met als afsluiting van deze dag: een BBQ waarop we iedereen graag zouden zien.

Zet deze dag alvast in de agenda, en heb je al een andere afspraak dan is er nog genoeg tijd om hem te verzetten ;) Wees erbij!

Mochten er verder nog vragen, ideeën en suggesties zijn dan horen we dat graag van jullie en dan wensen we jullie nog veel speelplezier de komende maanden!

Met een vriendelijke en sportieve groet vanuit het bestuur,
Richard Binnendijk.

CLUBINFORMATIE DE VALKEN

Bestuur

Voorzitter	Richard Binnendijk	Tel. 0639007588
Penningmeester	Jan Schenkel	Tel. 0714024053
Jeugd	Diane Lagendijk	Tel. 0714018781
	Erwin de Kuijer	Tel. 0631903321
Secretaris/Ledenadministratie	Miriam Sommeling	Tel. 0714076639

Vrijwilligers

Website	Johan Binnendijk	Tel. 0643902070
	Peter de Haas	Tel. 0653523955
Clubblad	Simone Kramer en	Tel. 0636265743
Competitie	Mirjam Binnendijk-Vogels	Tel. 0652335613
	Peter Boogert	Tel. 0683544646

Vereniging

www.bcdevalken.nl

Banknummer:
NL51 RABO 0147609372
t.n.v. Badmintonver. de Valken

info@bcdevalken.net

Speeltijden en lessen

Maandag:	19.00 – 20.00	Jeugd
	20.00 – 23.00	Senioren
Donderdag:	20.00 – 23.00	Senioren
Training:	Maandag 19.00 – 20.00	Jeugd
	Maandag 20.00 – 21.00	Groep 1
	Maandag 21.00 – 22.00	Groep 2

Sportlocatie

Sporthal 'Het Dorpshuis', Kerkweg 3, Valkenburg. Tel. 071-4014974

Heb jij nog een leuk idee of heb je iets meegemaakt op de badminton wat een leuk verhaal oplevert voor in het clubblad?

Stuur dan jouw inzending naar:
simone.kramer1992@gmail.com



NIEUWE SPONSOR FLAMINGO FLOWERS



Flamingo Flowers B.V. uit Honselersdijk is onderdeel van de in Engeland gevestigde Flamingo Horticulture group die eigen bloemen- en groentekwekerijen in Kenia en Zuid-Afrika heeft. Wij leveren vooral bloemen van Nederlandse kwekers aan de Engelse retailbedrijven en sinds kort richten we ons ook op retailbedrijven in andere delen van Europa waar we bloemen van onze eigen kwekerijen leveren. Wij onderscheiden ons op het gebied van duurzaamheid, traceerbaarheid, Fair Trade en kwaliteit.

Vanwege onze sterke band met leveranciers in de Duin- en Bollenstreek willen wij als maatschappelijk betrokken onderneming graag ons steentje bijdragen aan de leuke en sportieve activiteiten die BC De Valken voor jong en oud organiseert. Wij kijken uit naar een langdurige samenwerking met de club en wensen iedereen veel plezier met deze mooie sport!



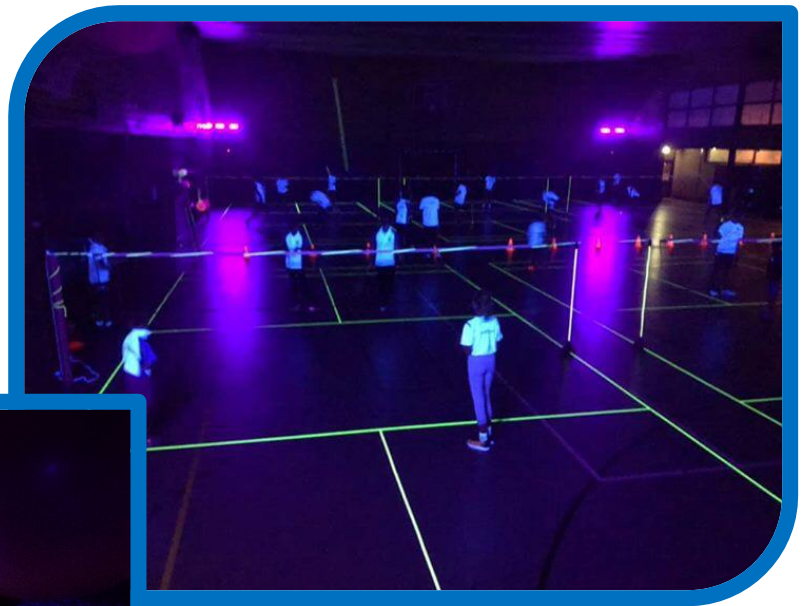
GLOW IN THE DARK TOERNOOI

Op maandag 11 maart organiseerde Badmintonclub de Valken een avond badmintonnen in blacklight. Dit was mogelijk gemaakt door het Rabowensenfonds. Door het bedrag wat de club ontving konden alle materialen aangeschaft worden. Banen werden afgeplakt met reflecterende tape, de netten waren met reflecterend touw gemarkeerd en de blacklight verlichting in alle hoeken van de zaal neergezet. En uiteraard waren er reflecterende shuttles aanwezig.

Bij de jeugdgroep was het een grote drukte. Alle leden waren aanwezig, waardoor er beurtelings een paar kinderen even op de bank moesten zitten. Helemaal niet erg, zo konden ze mooie filmpjes maken met hun telefoon.

Na 20.00 waren de senioren aan de beurt. Er werden 5 wedstrijden van 15 minuten gespeeld. Ook hierbij was het enthousiasme groot. De clubshirts zijn wit en reflecteerde goed. Echter hadden enkele leden bewust een donker shirt aangetrokken, om juist niet gezien te worden. Rico was bijvoorbeeld alleen te herkennen aan zijn witte sokken! Dit maakte het extra moeilijk om tegen te spelen. Er is veel gelachen en sportief gespeeld. Het was een geslaagde avond, die zeker nog een keer herhaald zal worden.

Kijk voor wat korte filmpjes op onze website om te ervaren hoe dit is geweest.



RECEPT: AVOCADO SALADE

Aantal porties: 2

Dit heb je nodig

- Avocado - 2
- Rucola - 2 kleine handjes
- Ontbijtspek - 6 plakjes
- Geitenkaas - 40 gram
- Olijfolie - 2 Balsamico azijn - 1 eetlepel
- Mosterd - 1 theelepel
- Peper en zout



Zo maak je het:

- 1 Pel de avocado's, snij doormidden en verwijder de pit
- 2 Snij de avocado's in dunne plakjes
- 3 Bak de plakjes ontbijtspek knapperig in een koekenpan
- 4 Verdeel de rucola over twee borden en leg de plakken avocado in een waaier bovenop de rucola
- 5 Meng de olijfolie, Balsamico azijn, mosterd en wat peper en zout in een schaaltje voor de dressing
- 6 Sprengel de dressing over de avocado
- 7 Breek de knapperige spek in stukjes en leg op de salade
- 8 Verkruiemel de geitenkaas daar overheen
- 9 Strooi nog wat peper over de salade



UITSLAGEN COMPETITIETEAMS

Team 1: Arjan, Erwin, Anjo, Peter, Lisette en Ellen

Team 1 heeft een mooie vierde weten te bemachtigen in de najaarscompetitie. Ze hebben dit jaar voor het eerst gespeeld met veren shuttles en dat ging ze best goed af.

Punten	Gespeeld	Gewonnen	Gelijk	Verloren	Wedstrijden			Games			Punten				
1	FLORIANDE BV 2	87	14	12	0	2	87	-	25	183	-	68	4904	-	3956
2	DYNAMO SASSEM 3	82	14	10	3	1	82	-	30	178	-	76	5065	-	4005
3	HILLEGOM BC 8	73	14	10	1	3	73	-	39	160	-	91	4774	-	4219
4	VALKEN DE 1	71	14	8	3	3	71	-	41	158	-	105	4990	-	4633
5	SPACE SHUTTLE BV 2	45	14	4	1	9	45	-	67	97	-	149	4095	-	4498
6	KWAKEL DE BV 3	42	14	6	0	8	42	-	70	106	-	152	4323	-	4868
7	HEEMSKERK BC 4	28	14	1	1	12	28	-	84	70	-	179	3889	-	4906
8	OLYMPIA HAARLEM BV 2	20	14	0	1	13	20	-	92	58	-	190	3904	-	4859

Team 2: Johan, Richard, Rik, Diane en Marjon

Team 2 heeft dit jaar voor het eerst meegespeeld in de 6^e divisie en hebben een mooie vierde plek weten te halen.

		Punten	Gespeeld	Gewonnen	Gelijk	Verloren	Wedstrijden			Games			Punten		
1	EVBC VLIETWIJK 2	69	12	10	1	1	69	-	27	148	-	77	4387	-	3773
2	MAASSLUIS BC 4	68	12	10	1	1	68	-	28	145	-	73	4249	-	3606
3	MIX BC 10	62	12	8	1	3	62	-	34	132	-	74	3902	-	3327
4	VALKEN DE 2	49	12	5	1	6	49	-	47	114	-	107	4005	-	4021
5	HILLEGOM BC 9	40	12	2	4	6	40	-	56	95	-	123	3748	-	3943
6	BOOMGAARDSHOEK PBC 5	26	12	0	2	10	26	-	70	63	-	151	3332	-	4200
7	SHUTTLEWOUDE BC 4	22	12	1	2	9	22	-	74	62	-	154	3438	-	4191

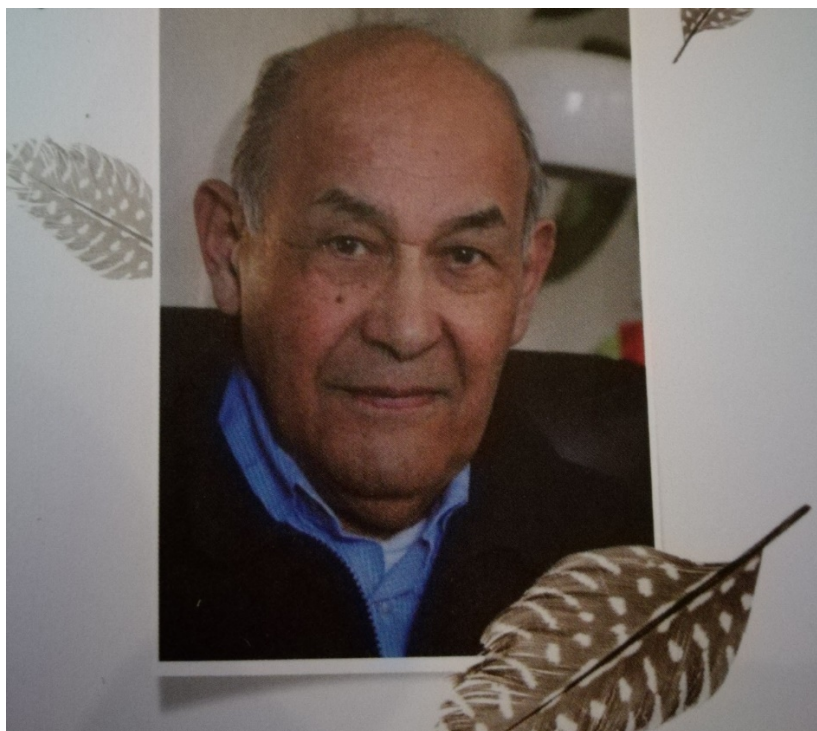
Team 3: Mirjam, Simone, Rients, Martin, Rico, Paul en Marcel

Team 3 heeft voor dit jaar voor het eerst met een grote samenstelling gespeeld. Dit ging met ups en downs maar gezellig was het wel. De potjes vielen helaas niet altijd onze kant op, maar desondanks toch een mooie 6^e plek.

		Punten	Gespeeld	Gewonnen	Gelijk	Verloren	Wedstrijden			Games			Punten		
1	ROAC SV 1	76	12	12	0	0	76	-	20	159	-	57	4217	-	3353
2	DEO BV 9	60	12	6	3	3	60	-	36	135	-	81	4026	-	3459
3	DYNAMO SASSEM 5	56	12	8	1	3	56	-	40	123	-	94	3908	-	3678
4	NOORDWIJKERHOUT BK 3	50	12	4	2	6	50	-	46	115	-	104	3937	-	3807
5	BIOS BC 2	38	12	4	0	8	38	-	58	91	-	131	3765	-	4027
6	VALKEN DE 3	30	12	3	1	8	30	-	66	74	-	142	3454	-	4095
7	KATWIJKSE BC 3	26	12	1	1	10	26	-	70	61	-	149	3138	-	4026



In goede herinnering



Carel Oostveen overleed 22 december 2018 op de leeftijd van 90 jaar. Carel is vlak na de oprichting van de club begonnen als trainer van Badmintonvereniging De Valken. Met veel plezier en passie heeft hij dit jaren voor de club gedaan.

De badmintonclub begon als onderdeel van Sportvereniging De Valken. De vereniging is opgericht in september 1982, waarna op 16 oktober 1982 de eerste badmintonspelavond werd gehouden. Oprichter en voorzitter van het eerste uur is Dhr. Jan Lamboo. Al gauw begon het ledental te groeien en ontstond er behoefte aan trainingslessen. Dhr. Lamboo heeft al gauw Carel benaderd. En Carel heeft dit met veel plezier jaren gedaan. Omdat het op de vereniging erg druk werd, ontstond er een probleem in de bezetting en ruimte op de banen. Dit bracht Carel op het idee om een 'afhangbord' te maken. En nog steeds maken we regelmatig gebruik van dit mooie systeem. Een mooi aandenken aan Carel wanneer we het bord weer klaarzetten voor gebruik.

Na vele jaren besluit Carel te stoppen met de trainingslessen en alleen nog recreatief te blijven spelen. Toch bleef hij heel betrokken. Vaak was hij degene die nieuwe leden opving en hen wat basisregels aanleerde. In 2003 besloot Carel geheel te stoppen met spelen bij BC de Valken. Ondertussen was hij ook al badminton aan het spelen bij Sportplaza 50 Plus in Voorschoten, wat hij tot vlak voor zijn overlijden is blijven doen.

We zullen Carel herinneren als een sportief en zeer betrokken lid van onze club.

Damescompetitie

Inmiddels is de damescompetitie van start gegaan. Met een gezellig team van een aantal dames, te weten: Anjo, Lisette, Ellen, Diane, Mirjam en Simone en reservespeelster Marjon zijn we inmiddels begonnen met de eerste wedstrijden. De eerste wedstrijd is meteen gewonnen met een mooie uitslag van 6-2. Ook wedstrijd twee is in een mooie gelijke stand geëindigd. En de derde wedstrijd is ook alweer binnen met een mooie winst op zak, namelijk 5-3!

Mannencompetitie

De mannen pakken het dit seizoen eens anders aan. Waar we vorige seizoenen meededen met de RCZ competitie: de recreantencompetitie buiten de bond om, waren de plannen voor dit seizoen anders. Dit jaar de bondscompetitie!

Nu hoor ik je denken. Zo... ambitieus hoor. Maar jullie zijn ontzettend goed, dus dat moet lukken. Wij spelen in de B-klasse wat betekend de 7 en 8e divisie van de najaarscompetitie.

Kijkend naar het team, dan moet dat prima lukken.

Het team bestaat uit Johan, Rik, Peter en Cees. 3 mannen spelen mee in bovenstaande klasse dus dat beloofd wat!

Daarnaast heb je nog Cees... Speelt misschien geen competitie, maar vijftig jaar ervaring telt ook. De eerste wedstrijd was 15 maart tegen Sassenheim. Het resultaat was iets minder dan verwacht. Maar ze waren ook erg goed.

Het kwam niet omdat Cees niet kon spelen.

Het kwam niet omdat niemand aanbood om te rijden en daardoor 3 man klem zaten in een Seicento.

Het kwam niet omdat Rik kramp kreeg in de auto omdat hij zijn knieën niet kon buigen.

Het kwam niet omdat Peter zijn korte broek vergeten was.

Het kwam niet omdat Johan zijn korte broek niet even wilde uitlenen voor de single.

Nee, Sassenheim was gewoon beter die vrijdagavond.

Heren 1 werd met 7-1 naar huis gestuurd.

Volgende wedstrijd kan eigenlijk alleen nog maar beter!

Exacte standen en speelschema zijn hier te vinden:

<https://www.toernooi.nl/sport/draw.aspx?id=104A6B40-DA14-44AD-BDFF-1371CCB85E3A&draw=67>

Wie ben je en wat zijn je hobby's?

Ik ben Mary Leenheer en ben gepensioneerd, mijn hobby's uiteraard badminton spelen, tuinieren, wandelen, lezen(detectives) en sport kijken.

Hoe ben je bij de Valken terechtgekomen?

Tja, dat is een lang verhaal, 5 jaar geleden ben ik komen kijken, maar dacht: dat is een vereniging voor jeugd en wedstrijdspelers en niet zozeer voor recreanten en heb het daarbij gelaten. Door een kennis ben ik toen naar Voorschoten gegaan, alleen ouderen, maar op den duur blijf je je fouten maar herhalen en dacht ik wil les hebben. Ben een maand geleden komen kijken of er toch nog een plekje was voor een oudere en ja hoor zei Marjan tuurlijk- en het ijs was gebroken.



Wat zijn jouw badminton-specialiteiten?

Daar ben ik nog niet van bewust of ik die wel hebt.

Wat doe je naast badminton?

Tuinieren, we hebben een stuk grond gekocht in Duyfrak en daar genieten we (Johan) mijn man en ik iedere dag van. Ik loop ook met een groepje wandelaars (15 pers.) elke week samen een 5/6 kilometer, hier in Valkenburg en omstreken.

Waarom is B C de Valken zo leuk?

Uiteraard omdat er op Maandag een fijne training is en de saamhorigheid, laatst speelde ik met de beste spelers mee, dat was voor hen geen probleem, ik bedoel maar, erg sociaal!

Wat is je ambitie de komende tijd?

Mijn ambitie is natuurlijk om beter te kunnen spelen en jammer genoeg nog geen leuke anekdote. alleen als badminton in je bloed zit kom je er nooit meer vanaf.

JEUGDCOMPETITIE

Op zaterdag 9 maart zijn onze jeugdteams begonnen met de competitie.

Ja, je leest het goed: dit jaar hebben we twee teams enthousiaste kinderen! Team 1 speelt in de U15 en team 2 in de opstapcompetitie U12. De start was voor beide teams op eigen terrein. Leuk, want zo konden ze bij elkaars wedstrijden meekijken.

Team 1

Team 1 bestaat dit jaar weer uit Rik, Joris, Lynn, Rowena en Julia. Zij kregen gelijk een pittige tegenstander: Dropshot uit Den Haag. Dat was helemaal niet makkelijk, om na een luie voorjaarsvakantie en een trainingspauze van 2 weken (vanwege de sluiting van de zaal) op te boksen tegen deze sterke shuttelaars. Joris wist er met zijn heren single nog een punt uit te slepen. De andere punten gaan we beslist scoren tijdens de uitwedstrijd tegen dit team!

De 2^e wedstrijd was het geluk ook niet aan onze zijde. Ondanks de 3 driesetters werd het opnieuw 1-7.



Team 2



Team 2 bestaat uit Sietse, Elin, Sanne, Max, Chris en Rahimu als reservespeler. Zij hadden het opstapteam van Dropshot als tegenstander. Hier en daar was er natuurlijk wat spanning te bespeuren, want hoe gaat dat precies, zo'n competitie? Maar ze hebben het allemaal heel erg goed gedaan! De eindstand was 6-2, een geweldige eerste wedstrijd!

De 2^e wedstrijd eindigde na heel wat spannende sets met 4-4. Goed gedaan, team 2!

De thuiswedstrijden van onze teams worden bijna allemaal tegelijkertijd gespeeld.

Jeugdleden die niet in een team zitten, zijn van harte welkom om te komen kijken en de teams aan te moedigen! Als er nog een baan vrij is, mag je ook rustig zelf een shuttle slaan.

De wedstrijden die onze teams (zoals nu bekend) nog gaan spelen, zie je hieronder:

Team 1:

Za 9/3 **13.00** Thuis tegen BC Dropshot

Za 16/3 10.00 Thuis tegen Dynamo Sassem

Zo 24/3 11.00 Uit tegen Gouweslag (De Zebra, Gouda)

Za 30/3 10.00 Thuis tegen Spotvogels

Za 6/4 10.00 Thuis tegen Delft

Za 13/4 12.15 Uit tegen Dropshot (Sportcentrum Mariahoeve, Den Haag)

Za 11/5 9.00 Uit tegen Dynamo Sassem (Sporthal De Tulp, Voorhout)

Za 18/5 10.00 Thuis tegen Gouweslag

Zo 26/5 9.30 Uit tegen Spotvogels (De Bloemerd, Leiderdorp)

Zo 2/6 11.15 Uit tegen Delft (Sportcentrum Delfland, Delft)

Team 2:

Za 9/3 **13.00** Thuis tegen BC Dropshot

Za 16/3 10.00 Thuis tegen BC Onder Ons

Za 23/3 9.00 Uit tegen BC Vlietwijk (De Vliethorst, Voorschoten)

Za 30/3 10.00 Thuis tegen BC Randstad

Za 6/4 9.00 Uit tegen BC Raptim (De Oosterblik, Gorichem)

Za 13/4 12.15 Uit tegen BC Dropshot (Sportcentrum Mariahoeve, Den Haag)

Za 20/4 14.00 Uit tegen BC Onder Ons (Sporthal Loosduinen, Den Haag)

Za 18/5 10.00 Thuis tegen BC Vlietwijk

Za 25/5 9.30 Uit tegen BC Randstad (De Schilp, Rijswijk)

Za 1/6 10.00 Thuis tegen BC Raptim

We wensen beide teams nog heel veel speelplezier en succes!

BADMINTON QUIZVRAGEN

1. Wanneer is het voor de tegenspeler uit?

- Als de shuttle binnen de lijn op de grond komt
- Als de shuttle op de lijn op de grond komt
- Als de shuttle buiten de lijn op de grond komt

2. Met hoeveel tegen hoeveel spelers kun je spelen?

- Alleen met één tegen één persoon.
- Alleen met twee tegen twee personen.
- Met één tegen één persoon en met twee tegen twee personen.
- Met geen van deze antwoorden en/of ook op andere manieren

3. Welk van deze merken is GEEN echt merk badmintonracket?

- Yonex
- Kennex
- Carlton
- Victor
- Tyger

4. Uit welk land komt het badminton oorspronkelijk?

- Duitsland
- België
- Frankrijk
- Engeland
- Nederland

5. Wanneer is het NIET uit?

- Als de shuttle het plafond raakt en daarna in het veld van de tegenspeler komt
- Als de shuttle het net raakt maar in het veld van de tegenspeler komt
- Als de shuttle tegen de muur komt
- Als de shuttle onder het net door gaat

6. Wat is een backhand?

- Dat de bovenkant van je hand naar voren wijst en dat je dan slaat
- Dat de onderkant van je hand (je handpalm) naar voren wijst en dat je dan slaat

WIST JE DAT.....

- ❖ je tijdens een wedstrijdje Badminton wel 800 meter loopt?
- ❖ je de shuttle gemiddeld in een wedstrijd wel 133 keer slaat?
- ❖ sinds 1992 Badminton een Olympische sport is?
- ❖ en sinds toen Aziatische badmintonners wel 42 van de 46 Olympische medailles hebben gewonnen?
- ❖ bij badmintonwedstrijden in Azië is een publiek van 15000 mensen heel normaal is?
- ❖ de grootste shuttle ter wereld in de V.S. staat? Hij is wel 48 keer groter dan een echte shuttle en weegt wel 2267 kilo!
- ❖ meer dan 138 landen lid zijn van de Internationale Badminton Federatie?
- ❖ de snelste slag wel 421 km/uur ging? Om te vergelijken: als je uit een vliegtuig springt, ga je ongeveer 300 km/uur!
- ❖ Badminton ongeveer even zwaar is al waterpolo en boksen?
- ❖ het in China en Indonesië even belangrijk is als voetbal hier?

Rabobank wensenfonds schenkt BC de Valken 1740 euro!

Tijdens de avonds van Katwijk op dinsdag 29 januari werden de winnaars van het Rabobank Wensenfonds bekendgemaakt. Boven verwachting ontvingen we deze avond een bedrag van 1740 euro!

Hier zullen we trainingsmateriaal en materiaal voor een 'glow in the dark' toernooi van aanschaffen.

Alle mensen die op onze badmintonclub gestemd hebben, willen we dan ook hartelijk bedanken!



AGENDAOVERZICHT

Datum	Omschrijving
15-04-2019	Ik hou van Holland toernooi
22-04-2019	Geen badminton i.v.m. Pasen
29-04-2019	April/meivakantie maar wel jeugdtraining
30-05-2019	Geen badminton i.v.m. Hemelvaart
10-06-2019	Geen badminton i.v.m. Pinksteren

Hoekstra Wheels

MAARTEN DE MOL 
SCHILDERSBEDRIJF KATWIJK

