

IN DEZE UITGAVE:



Jeugdcompetitie



Vacature secretaris



Herencompetitie



Damescompetitie



Recept



Badmintonweetjes



Slottoernooi



Barbecue



Agenda overzicht



VOORWOORD

Hallo beste badmintonners,

Ja allemaal, het seizoen gaat nou toch echt snel het einde bereiken en we bereiden ons voor op de zomerstop. Uiteraard is er voor de fanatieke spelers onder ons altijd de mogelijkheid om bij andere verenigingen in de omgeving, die tijdens de zomermaanden open zijn, tegen een vergoeding een avond te kunnen spelen.



Misschien is het jullie opgevallen dat er op bepaalde avonden bij ons ineens wat 'vreemde' spelers op de baan stonden. Op verzoek van een van onze leden hebben wij voor de laatste twee maanden van het seizoen een 5-strippenkaart gemaakt om voor spelers voor buiten onze vereniging de mogelijkheid te bieden gebruik te maken van onze zaal. We vonden het een leuk initiatief om uit te proberen en te kijken of dit bevalt voor de toekomst.

We feliciteren natuurlijk ook ons team in de opstapcompetitie die kampioen zijn geworden. Goed gedaan jongens en meisjes!! Maar dit geldt natuurlijk ook voor ons andere jeugdteam, want die hebben net zo goed hun best gedaan!

Onze heren hebben het zwaar gehad in een moeilijke poule in de voorjaarscompetitie en zijn op een laatste plek geëindigd. De dames hebben in de damescompetitie een mooie derde plaats weten te bemachtigen.

Waar we al eerder de aandacht van jullie hebben gevraagd is het feit dat onze secretaris Miriam wil stoppen met deze functie binnen het bestuur. We zijn nog steeds op zoek naar een enthousiaste vrijwilliger die ons team kan versterken en deze taak op zich wil nemen. Zou je het leuk vinden of wil je een avondje meedraaien of het bevalt, meld je dan bij een van de bestuursleden. Voor eigen initiatieven, nieuwe leden voor de vereniging of andere leuke ideeën kunnen jullie natuurlijk ook bij ons terecht!

Op zaterdag 6 juli wordt er als afsluiting van het seizoen het Star Slottoernooi georganiseerd, wederom voor de jeugd en de senioren. We verwachten jullie allemaal natuurlijk voor deze gezellige middag. Voor de senioren sluiten we deze dag 's avonds af met een gezellig barbecue bij Dianne, georganiseerd door onze feestcommissie Arjan en Peter. Dus check je agenda, geef je op voor het te laat is en wees erbij!

Let op! De laatste speelavond zal zijn op donderdag 11 juli. De kans om nog even de calorieën van de barbecue eraf te spelen ;) Tot slot wensen we jullie vanuit het bestuur een prachtige en een sportieve zomervakantie toe en hopen we jullie allemaal op 2 september weer op de baan te zien.

Met sportieve groeten,

Richard Binnendijk

JEUGDCOMPETITIE

Dit jaar speelden er twee teams mee in de jeugdcompetitie. Wat hebben deze jongens en meisjes het goed gedaan dit jaar. Voor team 1 van de jeugd was het niet de eerste keer. Zij hebben het zwaar gehad dit jaar, maar wat hebben zij hun best gedaan.

Hoekstra Wheels



Voor team 2 van de jeugd was het de eerste keer dat zij meespeelden. Tot de laatste wedstrijd was het heel erg spannend, want zouden ze kampioen worden of niet? Het is ze gelukt! Heel goed gedaan en gefeliciteerd allemaal.

MAARTEN DE MOL 
SCHILDERSBEDRIJF KATWIJK

Badminton is een enorm populaire sport. Niet minder dan 138 landen zijn aangesloten bij de International Badminton Federation (IBF). En er spelen naar schatting zo'n 100 miljoen mensen regelmatig badminton. In Groot-Brittannië spelen er al ruim 5 miljoen mensen badminton. In China is badminton zelfs de meest beoefende sport: ongeveer 13% van de Chinezen neemt regelmatig het racket vast.

Bovendien is badminton een fysiek zware sport. Het is de snelste racketsport ter wereld. Wie goed wil badmintonnen moet kracht, bliksemsnelle reflexen, snelheid, uithoudingsvermogen en een goede hand-oog-coördinatie bezitten. Dat de shuttle topsnelheden haalt van ruim 300 km per uur is hier natuurlijk niet vreemd aan.

Een kleine vergelijking met andere sporten bewijst meteen dat badminton een zeer snelle sport is. De volgende tabel geeft voor enkele sporten de tijd weer die een speler heeft om te reageren. Badminton staat behoorlijk hoog in de tabel en de aangegeven snelheid is redelijk laag ingeschat.



Sport	Snelheid	Afstand	Reactietijd
IJshockey	180 km per uur	10 meter	0,20 seconden
Badminton	200 km per uur	12,7 meter	0,23 seconden
Voetbal	130 km per uur	11 meter	0,31 seconden
Tennis	240 km per uur	23,77 meter	0,35 seconden
Honkbal	160 km per uur	18,45 meter	0,42 seconden

VOORJAARSCOMPETITIE

Herencompetitie

Het seizoen voor de heren zit er weer op.

Zoals in het vorige stukje te lezen was hadden we een plan.

Een ambitieus plan... Dit jaar niet in de recreantencompetitie, maar in de bondscompetitie. En waarom niet? De dames doen het elk jaar ook erg goed in de bondscompetitie.

En dat hebben wij geweten!

Mannencompetitie B-Klasse - Mannen B-Klasse afd 1 ★

[Algemeen](#)[Schema](#)[Wedstrijden](#)[Statistieken](#)[Speler statistieken](#)

Poulestand van Mannencompetitie B-Klasse - Mannen B-Klasse afd 1

	Punten	Gespeeld	Gewonnen	Gelijk	Verloren	Wedstrijden	Games	Punten
1 Orbiton, BC M1	46	8	7	0	1	46 - 18	104 - 44	2891 - 2520
2 Dynamo Sassem, BC M1	46	8	6	0	2	46 - 18	93 - 46	2689 - 2211
3 Zeemeeuwen, BC de M2	35	8	4	0	4	35 - 29	76 - 65	2579 - 2461
4 Drop Shot, BC M1	20	8	2	0	6	20 - 44	46 - 96	2331 - 2755
5 Valken, De M1	13	8	1	0	7	13 - 51	39 - 107	2357 - 2900

Om gelijk maar met de deur in huis te vallen. De uitslag, niet schrikken.

Ja, we zijn laatste geworden, maar zeker niet zonder slag of stoot.

De eerste 6 wedstrijden werden verloren. De sfeer was om te snijden.

Veel boze blikken naar de teamcaptain.

Waarom heb je ons dit aangedaan?!

Waarom niet gewoon de recreantencompetitie?!

Waarom die seicento als onze teamauto?

Waarom spelen ze allemaal met verenshuttles?

Waarom krijgen we van niemand een bittergarnituur terwijl we ze laten winnen?!

Vragen die ik allemaal moeilijk kon beantwoorden.

Maar die frustratie was ergens goed voor...

Wedstrijd 7 tegen Dropshot ging alles anders.

Er werd op het randje gespeeld van ons kunnen. Er werden grenzen overschreden. Er werden vuile overtredingen gemaakt. Er werd op ogen gemikt van de tegenstanders.

De wil om te winnen was helemaal terug. En hoe?!

De uitslag van 7-1 was een schok voor het team. Konden we dan toch beter badmintonnen dan we dachten? Was er hoop?!

Dit bood perspectief voor de laatste wedstrijd tegen Orbiton.

We hadden immers 2 punten gepakt in de uitwedstrijd met verenshuttles.

Ik durf het niet te zeggen. En daardoor laat ik het zien in een plaatje.

Onderdeel Valken, De M1 (Team-391) - Orbiton, BC M1 (Team-394) Uitslag			
MD1	Rik Schepers Peter Boogert	Bjorn Stokvis Gerard van der Zon	16-21 22-20 18-21
MD2	Cees van den Bosch Arjan Lamboo	Jan ten Cate Ralf vd Ham	12-21 19-21
ME1	Peter Boogert	Ralf vd Ham	14-21 21-16 15-21
ME2	Rik Schepers	Bjorn Stokvis	26-28 20-22
ME3	Arjan Lamboo	Gerard van der Zon	15-21 15-21
ME4	Cees van den Bosch	Jan ten Cate	15-21 18-21
MD3	Peter Boogert Arjan Lamboo	Bjorn Stokvis Ralf vd Ham	21-18 11-21 18-21
MD4	Cees van den Bosch Rik Schepers	Jan ten Cate Gerard van der Zon	19-21 16-21

Al hebben we hier verloren met 0-8., toch was het een mooie wedstrijd en had het zomaar ook 1-7 kunnen worden.

Bedankt mannen voor de inzet!

Damescompetitie

Anders dan de heren, ging het de dames een stuk beter af in de competitie. Zij hebben een mooie derde plaats weten te behalen en wat waren sommige wedstrijden toch spannend! Het waren geen gemakkelijke wedstrijden. Denk maar niet dat we makkelijk wonnen. We moesten er echt voor knokken. Maar al met al hebben we toch maar liefst zeven keer gewonnen en dat is een hele prestatie op zich.



Vrouwencompetitie B-Klasse - Vrouwen B-Klasse afd 2									
	Punten	Gespeeld	Gewonnen	Gelijk	Verloren	Wedstrijden	Games	Punten	
1 Zeemeeuwen, BC de V2	70	10	9	0	1	70 - 10	146 - 28	3513	- 2544
2 Mix. BC V2	53	10	6	1	3	53 - 27	113 - 68	3443	- 2994
3 Valken, De VT	48	10	7	1	2	48 - 32	105 - 76	3309	- 3103
4 EVBC Vlerbeek, BV VT	36	10	4	2	4	36 - 44	84 - 99	3103	- 3257
5 DECI, BV VT	24	10	2	0	8	24 - 56	59 - 118	2856	- 3278
6 Blue Sky, BC VT	9	10	0	0	10	9 - 71	29 - 147	2562	- 3610

We hebben alles gegeven, we hebben gestreden, maar vooral ook veel lol gehad met elkaar.

De tegenstanders snapten ons soms niet helemaal...

We hadden maar rare shuttles... spelen met plastic, dat doe je toch niet?

Speelden wij uit, dan ging alles natuurlijk perfect! Soms was het veld wat te klein, het net wat te hoog, de lampen te fel of de lijnen gewoon hartstikke onduidelijk. We hadden dan ook even een dip toen we uit speelden tegen de Zeemeeuwen, helaas we verloren dan ook met 8-0.

Dit was alleen niet de strategie die we voor ogen hadden... We deden er dan ook alles aan om thuis te zorgen dat we zouden winnen. En dat is gelukt, 5-3 winst met de thuiswedstrijd. Die zit toch mooi op zak!

Daarna hoefden we nog maar 1 wedstrijd. Eerste worden kon helaas niet meer, maar derde worden dat kon nog lukken. Zoveel mogelijk punten binnenslepen, dat is wat we moesten doen! Wat waren we gedreven die vrijdagavond. De mussen vielen van het dak zo warm, maar wij gingen er voor. Met resultaat! Die avond sloten wij het seizoen af met 1-7 winst en een derde plek in de bondscompetitie!

Dames goed gedaan! Volgend jaar gaan we er met elkaar weer voor!



RECEPT

Couscoussalade met avocado en tomaat

Ingrediënten voor 4 personen

250 gram couscous

3 eetlepels pijnboompitten

4 tomaten

3 bosuien

75 gram rucola

1 avocado

4 eetlepels olijfolie

1 citroen

Bereidingswijze:

Bereid de couscous volgens de aanwijzingen op de verpakking. Roer de couscous los met een vork en laat tot lauw afkoelen. Rooster ondertussen in een droge koekenpan de pijnboompitten goudbruin. Schep ze in een schaal. Halveer de tomaten, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes. Snijd de bosuitjes in dunne ringen en scheur de rucola in grove stukken. Snijd de avocado overlangs doormidden. Verwijder de pit en schep het vruchtvlees met een lepel uit de schil. Snijd het in blokjes. Meng de olie, pijnboompitten, tomaten, avocado, bosui en rucola door de couscous. Breng de salade op smaak met sap van de citroen, zout en peper.

Bereidingstip:

Deze salade is het aller lekkerst als je de smaken een uurtje kunt laten intrekken. Avocado verkleurt echter snel, dus meng de blokjes avocado dan pas vlak voor het serveren erdoor.



VACATURE SECRETARIS



Secretaris



Beste leden,

*Na 5 jaar met veel plezier de secretaris-scepter
gezwaaid te hebben, wil ik deze per komende
ALV weer gaan doorgeven!*

Wie o wie pakt hem aan?

*Als secretaris van BC de Valken maak je deel
uit van het bestuur, dat zorg draagt voor het
goede reilen en zeilen
van de vereniging.*

*Je verzorgt de mail, notuleert, administreert,
denkt en helpt mee met allerlei voorkomende
activiteiten.*

*Een leuke job voor wie een steentje wil
bijdragen als vrijwilliger!*

Iets voor jou?

Laat het ons weten!

Voor al je vragen, kom naar me toe!

Miriam



VOORUITZICHT SLOTTOERNOOI EN BARBECUE

Op zaterdag 6 juli organiseert de vereniging een gezellig toernooi om een gezellig seizoen af te sluiten. Het Star Slottoernooi wordt gesponsord door onze hoofdsponsor Star Bloemengroothandel BV. Het wordt weer een grabbelton-toernooi met leuke prijzen om te winnen!

We spelen van 14.00 – 16.00 uur in het Dorphuis.

Na deze sportieve inspanningen kan iedereen zich opfrissen en verkleden voor de BBQ.

De BBQ staat weer klaar bij Diane Lagendijk, Hoofdstraat 155 in Valkenburg.

Iedereen is welkom vanaf 18:00 uur, rond 19:00 uur gaat het vuur eronder. We eindigen de avond rond 24:00 uur.

De kosten voor deze BBQ zijn 15 euro per persoon, graag op de avond voldoen bij Peter de Haas.

De drankjes zijn weer voor rekening van de vereniging, maar donaties zijn natuurlijk van harte welkom.

De bekende doos zal er weer staan, waar iedereen een bijdrage naar wens in kan doen.

Kom jij ook?



Keurslagerij Timmers

Broekweg 2 - 2235 BJ Valkenburg Z.H. - Tel. 071 4075951
www.timmers.keurslager.nl - info@timmers.keurslager.nl

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
Clubblad	Simone Kramer en Mirjam Binnendijk	Tel. 0636265743 Tel. 0652335613
Competitie	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 20.00 – 23.00	Jeugd Senioren
Donderdag:	20.00 – 23.00	Senioren
Training:	Maandag 19.00 – 20.00 Maandag 20.00 – 21.00 Maandag 21.00 – 22.00	Jeugd Groep 1 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



AGENDAOVERZICHT

Datum	Omschrijving
6 juli	Star Slottoernooi en een BBQ
8 juli	Laatste speelavond jeugd
11 juli	Laatste speelavond senioren
2 september	Start nieuwe seizoen

