



Leidse Hockey Club
ROOMBURG

november 2022

NIEUWSBRIEF

De nieuwsbrief wordt verzorgd door de RoCoCo (Roomburg Communicatie Commissie).

De volgende reguliere nieuwsbrief verschijnt vrijdag 13 januari 2023

Kopij daarvoor kun je t/m zondag 8 januari 2023 sturen naar rococo@roomburg.nl.

LHC Roomburg en Topaz Sport slaan handen ineen voor tophockey in Leiden

We gaan als club samenwerken met [Topaz Sport](#) om de sportieve prestaties verder te verbeteren. De heren- en dameselectie en de hoogste O18- en O16-jeugdteams gaan onder leiding van wereldkampioen karate en fitnesstrainer Babak Goudarzi werken aan hun fysieke fitheid en startsnelheid. De spelers/spelsters krijgen per toerbeurt extra trainingen op maat in de sportschool aan het Betaplein. Ook worden ze in de winterperiode klaargestoomd voor de herstart van het veldseizoen.

De samenwerking is tot stand gebracht door Topsport Leiden en wordt ondersteund met een financiële bijdrage uit het Topsportfonds van de stichting. Topsportcoördinator Reanne van Kleef: "Roomburg is een van onze aspirant-leden en werkt hard om ook topsport een plek in de vereniging te geven. Het is mooi dat wij op deze manier kunnen bijdragen aan hun sportieve ontwikkeling."

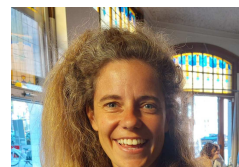
Ook voor andere Roomburg teams is de samenwerking interessant. Zo biedt Topaz Sport clinics aan op het gebied van fitness en vechtsport: Combatfit. Geïnteresseerde teams kunnen informeren naar de mogelijkheden. Daarnaast ontvangen alle Roomburg leden en hun gezinsleden 20% korting op het reguliere aanbod van deze sportschool, zoals onbeperkt fitnessen of groepslessen met max 8-10 deelnemers. Hierover volgt binnenkort meer informatie via nieuwsberichten op app/website.



Merel de Blaey: hoofdcoach van Dames 1

Niet voor de start van de competitie hebben we deze toptrainster bereid gevonden om het enthousiaste Roomburg Dames 1 te coachen. Merel de Blaey speelde zelf jaren in de Hoofdklasse bij o.a. Laren en Den Bosch. Ook speelde ze in de achterhoede voor het Nederlands team waarmee ze goud won op de Olympische Spelen van 2012.

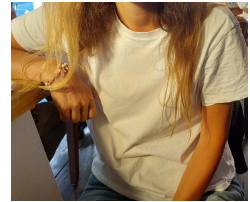
Merel: "Samen met trainster Sonja Thomann (oud hoofdklassecoach HGC en KZ, nu trainster Roomburg Dames 1 en M018-1) hebben we een goede start gemaakt in het neerzetten van de basisstructuur, zowel op technisch als tactisch gebied. Nu iedereen weet waar zij aan



toe is kunnen we thema's als samenwerken en communiceren verder gaan uitbouwen."

Merel neemt naast haar ervaring als speelster ook ervaring mee als assistent-coach bij de Hoofdklasse Damesteams van HGC en HDM. Daarnaast werkt zij als psychotherapeut.

"Nu mijn eerste seizoen als hoofdcoach, een mooie uitdaging! Ik heb verschillende kanten in de sport zelf meegemaakt: omgaan met teleurstelling, hoe kan ik het succes wat ik heb neergezet behouden en wie ben ik als sporter en als mens? Bij de bewustwording van deze aspecten draag ik graag bij! Ik kom uit Weesp gereden om er met de meiden en de staf van Roomburg Dames 1 een leerzaam, gezellig en geweldig seizoen van te maken!"



Bijeenkomsten voor ouders

Er worden veel bijeenkomsten op de club georganiseerd: voor nieuwe leden, trainers, coaches, scheidsrechters en managers... Maar voor het eerst waren er dit seizoen ook twee avonden voor de junioren ouders. Doel was niet alleen kennismaken met onze nieuwe technisch manager Jasper Kokx en breedte-coördinatoren Charlotte Albers en Fleur van Exel, maar ook uitleg geven over het nieuwe jeugdbeleid. Wat vinden we belangrijk voor de jeugd, wat zijn de doelen van de club en hoe willen we deze bereiken? Wat verstaan we onder een gezonde jeugddopleiding en clubomgeving? Wat mogen de leden van de club verwachten, maar ook wat verwachten wij van de kinderen zelf en van hun ouders?

De avond voor de selectie-ouders werd druk bezocht, die voor de breedte-ouders helaas minder. De meeste kinderen brengen veel tijd door op onze club dus voor de ouders die de avond hebben moeten missen zijn de presentaties gelukkig nog online te bekijken:

[Informatieavond selectie-ouders](#)

[Informatieavond breedte-ouders](#)

Sport als instrument

Sport is de mooiste metafoor om kinderen lessen te leren die ze de rest van hun leven meenemen, zoals bijvoorbeeld:

- Afspraak is afspraak
- We winnen en verliezen samen
- Je bent samen verantwoordelijk voor de spullen
- Je bent zo sterk als je zwakste schakel
- niemand is gek of raar, iedereen is anders

We vinden het op Roomburg belangrijk om de kinderen, via de sport, deze lessen mee te geven

Roomburg Heren 1 update

De eerste competitiehelft is bijna gedaan en een blik op de stand leert dat Heren 1 er goed voor staat. Met acht overwinningen en twee gelijke spelen staan ze bovenaan, maar team en staf weten als geen ander... bloemen aan de finish.

Manager Fred Driessen: "De voorbereiding op de competitie begon vroeg en was zeer gedegen. Er staat daardoor een zeer fit en gedreven team dat bereid is voor elkaar door het vuur te gaan. Velen hebben dit zelf kunnen zien tijdens de goed bezochte thuiswedstrijden. Met name de wedstrijden tegen onze burens Forescate en Alecto bleken mooie affiches waar de grote drukte langs de lijn de strijd op het veld nog meer wist aan te wakkeren. Om dan als team het veld af te stappen en in een menigte van blijde gezichten op te gaan, maakt winnen zo fijn en motiveert natuurlijk enorm."

Nog één wedstrijd (Alkmaar – Roomburg) en dan zit de eerste competitiehelft erop. "Net als aan het begin van het seizoen gaan we opnieuw vroeg starten met een stevige voorbereiding om er te staan als we op 5 maart de competitie vervolgen tegen Bennebroek. Tot die tijd rest ons niet anders dan iedereen alvast fijne feestdagen te wensen én van harte uit te nodigen voor het Nieuwjaarsdiner dat Heren 1 op zaterdag 7 januari organiseert. Een perfecte gelegenheid om het nieuwe jaar op een geweldige manier te beginnen en het team te steunen bij de voorbereidingen. Aanmelden kan [hier](#) of bij spelers en staf. Fijne feestdagen!"



Actiefoto's: iMedion | Jeannet Koomans

Skills managers van start met Ontwikkeltrainingen

De O12 en O14 breedtejeugd voortdurend in beeld houden, dat is het belangrijkste doel van Skillsmanagers Stijn van Huijstee, Sjoerd Staal en Jan Wessendorp. Sinds de start van het seizoen hebben zij veel breedte-trainingen en -wedstrijden bekeken en op basis daarvan kinderen uitgenodigd om twee extra ontwikkeltrainingen te volgen. Bij deze trainingen krijgen kinderen tips om je als hockeyer positief te ontwikkelen, het spelplezier te vergroten en mogelijk ook je team te versterken.

Op 11 november was de tweede ontwikkeltraining: 17 enthousiaste en leergierige kinderen namen deel aan deze training van anderhalf uur. Ze leerden o.a. wat een 'linkervoet pass' is, waarom het belangrijk is om je linkerhand stevig in je stick te knijpen en waarom het vaak beter is om te pushen in plaats van te slaan. Stijn: "Het was super leuk om deze training te geven aan deze gemotiveerde kinderen."

Gedurende de rest van het seizoen blijven de Skillsmanagers deze spelers/spelsters volgen om te kijken hoe ze zich verder ontwikkelen. Maar ook andere kinderen krijgen nog genoeg kansen om met een ontwikkeltraining mee te doen.

Sjoerd: "Er zit genoeg talent in de breedte-teams. Met de juiste motivatie en inzet kunnen deze kinderen nog veel mooie dingen laten zien."



Voor iedereen een veilige en prettige club!



Roomburg JO18-1 op stoom in de Super A!

Vorig seizoen liep JA1 de een-na-hoogste klasse op 1 punt mis, dus trainer-coaches Matthieu en Mees waren extra gebrand om nu wel Super A te halen! De voorbereiding startte daarom al vroeg in juni met een teambuilding op het strand, allerlei partijvormen op de training en veel oefenpotten. Het gelijkspel tegen JO18-1 van hoofdklasse-clubs Bloemendaal en Rotterdam gaf al veel vertrouwen, maar toch moesten ze de voorcompetitie in de landelijke subtop maar wel zien te winnen... Dat lukte meer dan goed! Met een sterke verdediging (ontdekking Jort als laatste man, sterke mannen Julius, Darre en Lev achterin en geweldige keeper Gijs) kwamen er weinig tegengoals en tot op heden is het team ongeslagen.

Ook in de Super A weten de sterke middenvelders (Niek, Stan en Vali) te controleren, verdelen en het tempo van het spel te bepalen. Komt de bal bij Pepijn of Guus, wordt het een mooie show en spannend voor de tegenstander! Floris, Mau, Marnix en Jesse lopen dan een gevaarlijke press of staan in positie (via 1-2'tje) voor een goal.

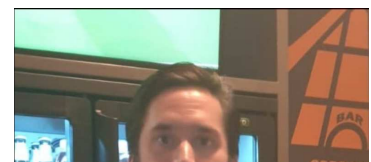
Natuurlijk is er ook weleens een collectieve off-day maar met extra hard werken, zoals afgelopen zaterdag tegen Zoetermeer, kan ook worden gewonnen door dit hechte gretige team. Het intensieve trainen i.c.m. de extra krachttraining bij Topaz Sport betaalt zich uit! Super trots zijn we op onze mannen die blij zijn met alle trouwe fans die hen in weer en wind komen aanmoedigen. Kom ook eens kijken op zaterdag om 14.00!



Welkom Martijn Gijbels!

We zijn blij met de komst van de 35-jarige Martijn Gijbels als barmanager! Met zijn Roomburg verleden vanaf de D-lijn t/m JA1 en Heren 10 kent Martijn de club goed, maar na 2006 heeft hij ons verlaten om Biologie te gaan studeren. Sindsdien is er wel het een en ander veranderd op de club... Behalve natuurlijk dat we nog steeds die gezellige familieclub zijn met het clubhuis en de bar als kloppend hart van de vereniging!

Sinds 1 oktober zet Martijn zijn horeca-ervaring in voor Roomburg. Samen met Lukas van Schaik zorgt hij dat de doordeweekse gang van zaken rondom bar, en meer, in goede banen wordt geleid. Blij dat we een drankje bij onze



barmanagers kunnen halen na het trainen!

Wil jij iets organiseren op de club? Mail dan via bar@roomburg.nl met Martijn en Lukas. Zij bekijken dan samen met jou de mogelijkheden!



Extra trainingen voor junioren starters

Het valt niet altijd mee om zonder hockey-ervaring in te stromen in de O12-, O14- of zelfs O16-lijn. Toch hebben we elk seizoen een aantal dapperen die het aangaan. Om ze goed op weg te helpen hebben onze breedte-coördinatoren Fleur van Exel (li, meisjes) en Charlotte Albers (re, jongens) eigenhandig deze groep een aantal extra trainingen gegeven. Door onze overvolle veldbezetting was dit alleen mogelijk op zondagochtend van 09.00 tot 10.00 uur maar dat hadden de nieuwkomers er graag voor over. @Charlotte en Fleur; bedankt voor jullie tips en tricks op dit vroege tijdstip en jullie overige inzet voor de breedteteams!



TIPS EN TRICKS VOOR STARTERS OP ZONDAG OCHTEND VAN FLEUR EN CHARLOTTE!

Wij willen jullie zien!



MET JOUW TEAM IN DE SPOTLIGHTS VAN LHC ROOMBURG?

LHC Roomburg heeft de leukste, fanatiekste en gezelligste hockeyteams die allerlei successen boeken en van alles ondernemen! En die momenten mogen nog vaker in de spotlights staan. Dat kan op verschillende manieren, via onze social media kanalen (Instagram en Facebook), op onze website, in de app of in de nieuwsbrief.

Wil jij jezelf of jouw team graag terug zien op de LHC Roomburg accounts? Tag ons dan @lhc_roomburg in je foto's, video's, reels of stories! Wij zullen zoveel mogelijk van jullie leuke content delen.

Heeft jouw team bijzonder leuk nieuws om te delen met de andere leden op de club? Bijvoorbeeld voor de website of de nieuwsbrief, stuur ons dan een foto met een tekstje naar rococo@roomburg.nl.

De SAC gooit een balletje op

Met de oprichting van de Senioren Activiteiten Commissie (SAC) heeft het sociale programma onder de Roomburg senioren een flinke boost gekregen! Om het programma goed aan te laten sluiten bij de wensen van alle gelederen van de club, heeft de SAC op 4 november een aanvoerdersavond georganiseerd. Tijdens een aloude bowlingpartij hebben de aanvoerders elkaar én de SAC beter leren kennen en zijn er goede ideeën uitgewisseld.

Voor de tweede seizoenshelft is de SAC alweer volop aan de slag. Senioren, houd de agenda in de gaten!



Agenda voor de komende periode

NOVEMBER

vrijdag 25 november 2022

18:30 - 20:00 : [Trainersbijeenkomst zaal jongste jeugd](#)

zondag 27 november 2022

09:30 - 10:30 : [Pietentraining voor Funkeys](#)

zondag 27 november 2022

12:00 - 17:00 : [Zaalhockey clinics breedte junioren](#)

woensdag 30 november 2022

20:00 - 21:30 : [Trainersbijeenkomst zaal breedte](#)

DECEMBER

donderdag 1 december 2022

20:00 - 21:30 : [Informatieavond Coaches & Managers zaalteams](#)

vrijdag 2 december 2022

16:30 - 18:30 : [Pietentraining voor O9, O8 en Coolkids](#)

zaterdag 3 december 2022

09:00 - 19:00 : [laatste weekend veldcompetitie voor winterstop](#)

zaterdag 10 december 2022

09:00 - 19:00 : [start zaalcompetitie](#)

JANUARI

zaterdag 7 januari 2023

18:00 - 23:00 : [Heren 1 diner](#)

zondag 15 januari 2023

14:45 - 16:30 : [Wedstrijd oud Roomburg H1 - Roomburg H1](#)

zondag 15 januari 2023

16:30 - 19:00 : [Nieuwjaarsborrel](#)

FEBRUARI

maandag 20 februari 2023

19:30 - 21:30 : [Clinics breedteteams junioren + senioren](#)

MAART

vrijdag 10 maart 2023

20:30 - 22:00 : [Dames 1 Silvercup te Roomburg](#)

zaterdag 11 maart 2023

08:00 - 20:00 : [Start veldseizoen \(Jongste\) Jeugd](#)

APRIL

maandag 17 april 2023



Aanpassen hoe je deze nieuwsbrief
ontvangt?

Je kunt je [profiel updaten](#) of
je [uitschrijven](#).



Leidse Hockey Club
ROOMBURG
