

# Sportweek Warmenhuizen



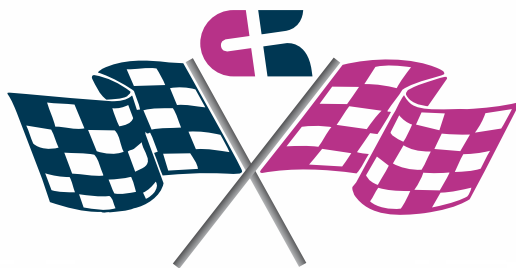
SPORTHAL  
De Doorbraak



♦♦ Wikken en Wegen ♦♦

BOLLETJESCAFE  
DE KLOK

# 2020 editie 42



# DÉ FINISH VOOR UW DRUKWERK

Zakelijk drukwerk  
Digitaal drukwerk  
Familiedrukwerk  
Ontwerp  
Afwerking  
Mailings  
Relatiegeschenken  
Sign  
en meer ...



Grafisch  
vakmanschap  
sinds 1799!

**DRUKKERIJ COSTER&KOK**

Dorpsstraat 60A | 1747 HE Tuitjenhorn  
(0226) 39 38 44 | [info@costerenkok.nl](mailto:info@costerenkok.nl)

# INHOUDSOPGAVE

Voorwoord	2
Algemeen	3
Teamoverzicht 2026	6
Dames	7
Gemengd	9
Heren	11
Wedstrijdprogramma	14
Triatlon	15
Zaalvolleybal	18
Atletiek	22
Tennis	26
Tijdschema Obstacle run	30
Obstacle run	31
Trekker trek	34
QUIZ	36
Uitslagenlijst	37
Opgaveformulier Triatlon	39
Opgaveformulier Zaalvolleybal	41
Opgaveformulier Atletiek	43
Opgaveformulier Tennis	45
Opgaveformulier Obstacle run	47
Opgaveformulier Trekker trek	49
Opgaveformulier Quiz	51
Evaluatieformulier 2026	53
Aantekeningen	55
Aantekeningen	56

# VOORWOORD

Beste sporters, organisatoren, scheidsrechters en belangstellenden,

Op zaterdag 13 juni 2026 gaat de 42e sportweek van start. Dan is het weer tijd om even je gedachten te verzetten. Het is weer een prachtige week om samen te sporten en nieuwe vrienden en vriendinnen te maken. Misschien leer je nieuwe sporten kennen, waarvan je niet wist dat het zo leuk zou zijn. En dat is ook weer het leuke van deze sportweek.

De vrijwilligers wil ik bij voorbaat allemaal bedanken voor al jullie inzet in welke vorm dan ook. Zonder jullie kunnen we niets organiseren in ons mooie dorp.

Wij willen 'de jongens van Schoorl' (DJUS) wederom bedanken voor het gebruik van de sups met de triatlon.

Wees een beetje lief voor elkaar en hou het sportief.

Lees het draaiboek goed door. Het volledige programma staat erin. Locaties, tijden en spelregels. Inzet van de joker en de reserve joker. Hou goed in de gaten of er wijzigingen zijn. Lever op tijd je deelnameformulier in. Te laat inleveren is ook echt een strafpunt!

We wensen iedereen veel plezier, sportiviteit en succes!  
Wij hebben er weer zin in!

Namens het bestuur van stichting Sportweek.  
Nico Jonker

Het bestuur bestaat uit de volgende personen:

Nico Jonker	Voorzitter	06 - 13 41 70 78
Iona Dignum	Contact organisaties	06 - 30 34 58 39
Fleur de Nijs	Penningmeester	06 - 57 57 44 70
Lian Jongejan	Contact teams	06 - 24 59 13 16
John Vader	Draaiboek / Website	06 - 22 76 52 60
Robbert de Nijs	Public relations	06 - 15 17 24 93
Marco Spaansen	Hoofscheidsrechter	06 - 23 22 14 37
David van der Welle	Jeugd sportweek	06 - 37 23 74 87

# ALGEMEEN

## E.H.B.O.

De plaatselijke EHBO zal ook dit jaar weer aanwezig zijn om waar nodig eerste hulp te verlenen bij eventuele blessures. De kans op blessures is altijd aanwezig, zeker bij sporten die men niet gewend is te beoefenen. Zorg altijd voor een goede warming-up en stretchen voor de wedstrijden. Daarmee kun je blessures voor een deel voorkomen.

De EHBO is bij elk onderdeel met twee mensen aanwezig. Zij melden zich uiteraard bij de organisatie. Wij vragen de organiserende verenigingen de spelers op hun aanwezigheid te attenderen. Geef de EHBO'ers s.v.p. een goede centrale plaats zodat iedereen ze direct kan vinden, mochten zij nodig zijn.

## Hoofdscheidsrechters

Bij elk onderdeel zullen twee hoofdscheidsrechters aanwezig zijn. Bij discussie over het toepassen van de regels geldt in eerste instantie het reglement van de organiserende vereniging. Levert dat geen oplossing op of wordt daartegen geprotesteerd dan zullen de hoofdscheidsrechters samen een bindende uitspraak doen.

De hoofdscheidsrechters zijn: Marcel Duineveld, Joost Goudsblom, Joost Oud, Marco Spaansen, Geertje de Groot.

De hoofdscheidsrechters zijn herkenbaar aan de RODE hesjes

## Puntentoekening bij gelijk eindigen

Als er aan het einde van alle wedstrijden een gelijkspel is, dan zullen er een aantal vragen gesteld worden. Met als laatste een benaderingsvraag.

## Diskwalificatie

Bij onregelmatigheden of misdragingen kunnen de twee dienstdoende hoofdscheidsrechters gezamenlijk besluiten tot diskwalificatie voor het betreffende onderdeel. Over een uitsluiting voor de gehele week beslissen alle hoofdscheidsrechters gezamenlijk.

## Tenue

Elk team dient op te geven in welke kleur tenue zij de hele week zullen spelen.

In voorkomende gevallen zal gevraagd worden om een andere kleur te gebruiken (bijv. als er meerdere teams in een blauw tenue bij een onderdeel willen aantreden die slecht van elkaar te onderscheiden zijn).

## Wettelijke regels rondom de aanschaf van alcohol

De organisatie wijst alle deelnemers er op dat de leeftijdsgrens voor het gebruik van alcohol 18 jaar is. De minimumleeftijd om mee te doen aan de Sportweek Warmenhuizen is echter 16 jaar. Wij zullen de organisaties van de diverse onderdelen ook wijzen op deze leeftijdsgrens. Wanneer de deelnemers echter misbruik maken van deze leeftijdsgrens, zal de organisatie volgend jaar genoodzaakt zijn om de minimumleeftijd te verhogen. Wij vertrouwen er op dat dit niet nodig zal zijn en dat iedereen zich aan de (wettelijke) regels zal houden.

## Puntentelling en gebruik van de joker & reserve joker

De ploeg die een onderdeel wint krijgt bij de heren 12 punten, gemengd 8 punten en dames 8 punten. De volgende teams krijgen 1 punt minder, tot de nummer laatst die 1 punt krijgt.

Ieder team krijgt de kans om een joker in te zetten. Het onderdeel waar de joker op ingezet wordt zal dubbel meetellen. Voorbeeld: Team X (herenteam) zet de joker in op atletiek en wordt daar 3<sup>e</sup>; zij krijgen dan 10 punten volgens de normale puntentelling en vervolgens nog 10 punten omdat zij de joker ingezet hebben. Dit jaar is er ook weer de mogelijkheid om een reserve joker in te zetten. Als een onderdeel waarvoor een joker is ingezet door omstandigheden komt te vervallen, wordt automatisch de reserve joker ingezet. LET OP: Bij de opgave voor het eerste onderdeel, Triatlon, moet op het opgaveformulier aangegeven worden op welk onderdeel de joker ingezet wordt. Dit kan tijdens de Sportweek niet meer aangepast worden. **Wordt op het formulier niets ingevuld, dan is de kans op het inzetten van de joker voorbij.**

## Inleveren opgaveformulieren en evaluatieformulier

Voor het onderdeel Triatlon moet het eerste opgaveformulier donderdag 11 juni 2026 **voor 21.00 uur** bij David van der Welle, Wieder 25, 1749 KE Warmenhuizen ingeleverd te worden. **Het formulier voor Volleybal inleveren zaterdag voor 15.00 uur. Atletiek lever je zondag voor 15.00 in. De formulieren van andere onderdelen uiterlijk 20.00 op de voorgaande dag.** Indien het formulier niet op tijd ingeleverd wordt betekent dit 1 punt aftrek voor de betreffende ploeg. Het invullen van het evaluatieformulier is ook weer verplicht, niet invullen betekent ook 1 punt aftrek inleveren voor het einde van de Quiz

## Loting per onderdeel

Bij een aantal onderdelen zal in poules worden gespeeld, omdat het programma anders te lang zal duren. De loting van deze onderdelen is gedaan door de betreffende organisaties. Deze lotingen zijn zo veel mogelijk opgenomen in het draaiboek.

## Reserve spelers

Op het opgaveformulier kan een reservespeler worden vermeld (bij gemengde teams 1 dame en 1 heer). Deze reserve(s) mag invallen bij een blessure van 1 van de 6 spelers tijdens een onderdeel. De coach van het team dient de wedstrijdleiding te informeren over de blessure. De wedstrijdleiding informeert, als zij akkoord gaat met de vervanging, de hoofdscheidsrechters.

## Startnummers

Op de borst bij: Triatlon, Atletiek, Quiz.

Op de rug bij: Tennis, Trekker trek.

**GEEN** nummer bij: Zaalvolleybal, Obstacle run.

## Illegale deelnemers

Uitsluitend de vooraf opgegeven spelers zijn gerechtigd om deel te nemen aan de onderdelen. Wordt er toch een niet-gerechtigde speler gesignaleerd, dan moet dit direct gemeld worden bij de hoofdscheidsrechters. Achteraf is het lastig om hier nog op te handelen; alleen bij directe melding kunnen we actie ondernemen. Overtreding van deze regel leidt tot diskwalificatie van het betreffende team voor die dag. We vertrouwen op ieders sportiviteit en gaan ervan uit dat dit niet zal voorkomen.

## Filmbeelden

Eigen gemaakt film materiaal zal nooit als bewijsmateriaal gebruikt worden.

## Einduitslag

Als 2 ploegen met een gelijk aantal punten eindigen, dan wordt aan de hand van het aantal 1<sup>e</sup> plaatsen respectievelijk 2<sup>e</sup> plaatsen enz. bepaald wie er als winnaar wordt aangewezen.

## Prijsuitreiking

De prijzen zullen dit jaar vrijdagavond, na afloop van de Quiz in "Bolletjescafé de Klok" uitgereikt worden.

## Verdere belangrijke aandachtspunten

- Zorg dat je met je team tijdig bij de diverse onderdelen aanwezig bent
- Bij slechte weersomstandigheden bepaald de organiserende vereniging of er gestopt wordt met spelen. Als er gestopt wordt, vervallen alle punten van deze dag, echter wanneer dit gebeurt en b.v. de dames teams zijn klaar die krijgen dan wel gewoon hun punten.
- Volg de aanwijzingen van de organisatie en scheidsrechters op.
- Zorg voor eenheid van tenue.
- Wees sportief en maak er een leuke en gezellige week van.
- Zorg ervoor dat de rug/borstnummers aangebracht zijn zoals aangegeven in het draaiboek.

## Internet

Verder is de sportweek op internet te volgen onder de adressen:

[www.desportweek.nl](http://www.desportweek.nl)

[facebook.com/desportweek.warmenhuizen](https://facebook.com/desportweek.warmenhuizen)

[www.instagram.com/sportweekwh/](https://www.instagram.com/sportweekwh/)

[@sportweekwh](https://twitter.com/sportweekwh)

Hierop vind je alle uitslagen, standen en foto's.

# TEAMOVERZICHT 2026

## DAMES

1. Winstallatie
2. Turbo (s)tappers
3. De dochters van
4. Coco's vloervegers
5. De Multi Meiden
6. FC SMA's
7. Meiden van Koks
8. Doorbraak in de maak

## GEMENGD

11. Stan's biefstuk brigade
12. De Wilde Grote Noormannen
13. Katerkracht
14. Kornuiten
15. Razend Znel
16. Goaldiggers
17. De Overtreffende Trap
18. FC de Buuren

## HEREN

21. Trekker Cracker
22. Young Boys
23. Karen's Jopen
24. De Chantelaars
25. Katerkampioenen
26. Slakkengang United
27. Sons of TH
28. Men After Midnight
29. De Hufters van KJ.
30. De Beesten
31. Hermanos
32. The allerleste Dance

# DAMES

Categorie: Dames Team 1  
Naam ploeg: Winstallatie  
Contactpersoon: Cris Klijbroek  
Kleur shirt: Wit met rode mouwen  
Kleur broek: Zwart  
Coach: Sanne Kraakman

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Cris Klijbroek	1337
2.	Romy van der Ham	1338
3.	Rian Hof	1339
4.	Lieke Entes	1340
5.	Isabelle Mohr	1341
6.	Denise Kraakman	1342
7.	Jet Zwart	1343
8.	Iris Borst	1344
9.	Eke Hoogland	1345
10.	Jytte Hoogland	1346
11.	Djarna Bijvoet	1347
12.	Nadine Wardenaar	1348

Categorie: Dames Team 2  
Naam ploeg: Turbo (s)tappers  
Contactpersoon: Ilse Ligthart  
Kleur shirt: Donkerblauw  
Kleur broek: Zwart  
Coach: Kiki Luten

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Robin Bouwes	1349
2.	Indy Goemans	1350
3.	Jade Goudsblom	1351
4.	Demi Kos	1352
5.	Iris Kuijs	1353
6.	Sterre Kuijs	1354
7.	Ilse Ligthart	1355
8.	Noëlle Ligthart	1356
9.	Brecht Meijer	1357
10.	Indy Pronk	1358
11.	Fleur Winder	1359
12.	Charlotte van den Berg	1360

Categorie: Dames Team 3  
Naam ploeg: De dochters van  
Contactpersoon: Lian Jongejan  
Kleur shirt: Rood  
Kleur broek: Zwart  
Coach: Lian Jongejan

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Marleen Tesselaar	1361
2.	Josien van der Werff	1362
3.	Lotte Blommaart	1363
4.	Ellemijn de Boer	1364
5.	Claudia Boerdijk	1365
6.	Aniek Schilder	1366
7.	Iris Kruijer	1367
8.	Romy Groenland	1368
9.	Maxime Wijschenk	1369
10.	Hiske Pietersen	1370
11.	Iris Bruin	1371
12.	Lian Jongejan	1372

Categorie: Dames Team 4  
Naam ploeg: Coco's vloervegers  
Contactpersoon: Milan Duineveld  
Kleur shirt: Roze & Groen  
Kleur broek: Zwart  
Coach: Milan Duineveld

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Esmee Quant	1373
2.	Sanne Duijs	1374
3.	Lotte Winder	1375
4.	Sanne Schipper	1376
5.	Jet Strooper	1377
6.	Eline Bakker	1378
7.	Inez Molenaar	1379
8.	Ize Dekker	1380
9.	Ruby Duijs	1381
10.	Carljen Wabeke	1382
11.	Dorien Bak	1383
12.	Simone Koopman	1384

Categorie: Dames Team 5  
Naam ploeg: De Multi Meiden  
Contactpersoon: Stijn Kruijer  
Kleur shirt: Oranje  
Kleur broek: Zwart  
Coach Zus Willemstijn

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Fleur Burger	1385
2.	Pien Karsten	1386
3.	Jamilla Mosch	1387
4.	Lotte de Nijs	1388
5.	Nikki Landman	1389
6.	Gaby Burger	1390
7.	Suze Schipper	1391
8.	Lynn Ooijevaar	1392
9.	Suuz Berkhout	1393
10.	Janthe Opdam	1394
11.	Lois Barsingerhorn	1395
12.	Stijn Kruijer	1396

Categorie: Dames Team 6  
Naam ploeg: FC SMA's  
Contactpersoon: Romy van den Berg  
Kleur shirt: Lichtblauw  
Kleur broek: Zwart  
Coach Romy van den Berg

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Amber Kuijs	1397
2.	Anne Veldman	1398
3.	Zus Poland	1399
4.	Roos Poland	1400
5.	Dionne Gomes	1401
6.	Emma van der Werff	1402
7.	Iris Jongejan	1403
8.	Famke Veenstra	1404
9.	Kelly Burger	1405
10.	Noortje de Geus	1406
11.	Rowan Schaafstra	1407
12.	Melissa Boersen	1408

Categorie: Dames Team 7  
Naam ploeg: Meiden van Koks  
Contactpersoon: Femke Wabeke  
Kleur shirt: licht roze (licht blauw, tweede shirt)  
Kleur broek: zwart  
Coach Pien Kruijer

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Anne Pronk	1409
2.	Anouk Engeringh	1410
3.	Anouk Mooij	1411
4.	Danique Wempe	1412
5.	Femke Wabeke	1413
6.	Gemma Barsingerhorn	1414
7.	Liz Mammen	1415
8.	Roos Burger	1416
9.	Michelle Stam	1417
10.	Norah van der Ven	1418
11.	Megan van der Molen	1419
12.	Rox Pronk	1420

Categorie: Dames Team 8  
Naam ploeg: Doorbraak in de maak  
Contactpersoon: Rosalie Kemper  
Kleur shirt: Roze  
Kleur broek: Zwart  
Coach Rosalie Kemper

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Maud Kruijer	1421
2.	Danique Zoon	1422
3.	Tes Poland	1423
4.	Juna Hellenkamp	1424
5.	Iza Soeters	1425
6.	Rosalie Kemper	1426
7.	Nina Popadic	1427
8.	Senna Admiraal	1428
9.	Jet van Veghel	1429
10.	Kim Ligthart	1430
11.	Wies Ruiter	1431
12.	Lynn Quant	1432

# GEMENGD

Categorie: Gemengd Team 11  
Naam ploeg: Stan's biefstuk brigade  
Contactpersoon: Jet Pronk  
Kleur shirt: Rood  
Kleur broek: Zwart  
Coach Sam Veerman en Jet Pronk

Namen teamleden:	Startnummer
1. Seb Pronk	1433
2. Do Pronk	1434
3. Max Mettes	1435
4. Jordi Pelgrim	1436
5. Rens Goudsblom	1437
6. Stan de Vries	1438
7. Linda Schipper	1439
8. Fleur Stuijt	1440
9. Holly Stammers	1441
10. Fee Kos	1442
11. Kirsten Fraeijhoven	1443
12. Sydney Kalf	1444

Categorie: Gemengd Team 12  
Naam ploeg: De Wilde Grote Noormannen  
Contactpersoon: Hugo Vader  
Kleur shirt: Blauw  
Kleur broek: Zwart  
Coach Hugo Vader

Namen teamleden:	Startnummer
1. Lieke Muller	1445
2. Mara Smit	1446
3. Sara Prins	1447
4. Jolijn Prins	1448
5. Eva Rozendaal	1449
6. Melissa de Boer	1450
7. Luuk Mosch	1451
8. Bram Berkhout	1452
9. Sjoerd Dekker	1453
10. Jesse Smit	1454
11. Hugo Vader	1455
12. Luuk Goudsblom	1456

Categorie: Gemengd Team 13  
Naam ploeg: Katerkracht  
Contactpersoon: Liam Blankendaal  
Kleur shirt: Groen/wit  
Kleur broek: Zwart  
Coach Willem Korver

Namen teamleden:	Startnummer
1. Lianne Jaarsma	1457
2. Florian Hubbelmeijer	1458
3. Lisa Peereboom	1459
4. Daphne Verkamman	1460
5. Kim Jaarsma	1461
6. Pien Bos	1462
7. Enzo Arensman	1463
8. Mike van der Hoek	1464
9. Nick Verblauw	1465
10. Nick Smit	1466
11. Tjerk Hilbolling	1467
12. Liam Blankendaal	1468

Categorie: Gemengd Team 14  
Naam ploeg: Kornuiten  
Contactpersoon: Jard Pronk  
Kleur shirt: Oranje  
Kleur broek: Zwart  
Coach Jard Pronk

Namen teamleden:	Startnummer
1. Jard Pronk	1469
2. Mike Schipper	1470
3. Nick Dekker	1471
4. Lars Nierop	1472
5. Bas Norder	1473
6. Joël Bakker	1474
7. Floor Vollebregt	1475
8. Julia Blommaart	1476
9. Lisa Church	1477
10. Leonie Breeuwer	1478
11. Julia Dijkshoorn	1479
12. Daphne Blom	1480

Categorie: Gemengd Team 15  
Naam ploeg: Razend Znel  
Contactpersoon: Steven de Moel  
Kleur shirt: Geel  
Kleur broek: Zwart  
Coach -

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Teun Beers	1481
2.	Joost Emmaneel	1482
3.	Steven de Moel	1483
4.	Jelle Zuidam	1484
5.	Hidde Zuidam	1485
6.	Tom Hoogeboom	1486
7.	Linda Hurkmans	1487
8.	Meike de Moel	1488
9.	Amber Hurkmans	1489
10.	Marloes Dijkmans	1490
11.	Cylia Brinksma	1491
12.	Lavinia Bijl	1492

Categorie: Gemengd Team 16  
Naam ploeg: Goaldiggers  
Contactpersoon: Robin Kuilboer  
Kleur shirt: Zwart  
Kleur broek: Zwart  
Coach Robin Kuilboer

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Arjan de Geus	1493
2.	Timon Meulemans	1494
3.	Mark Riesebosch	1495
4.	Pim Swager	1496
5.	Aron Klinkien	1497
6.	Jordy Hoorn	1498
7.	Robin Kuilboer	1499
8.	Bo Kalverdijk	1500
9.	Robbin Klos	1501
10.	Anouk Vollebregt	1502
11.	Eva Jonk	1503
12.	Floor Tros	1504

Categorie: Gemengd Team 17  
Naam ploeg: De Overtreffende Trap  
Contactpersoon: Tom Laan  
Kleur shirt: Wit / Goud  
Kleur broek: Wit  
Coach Tom Laan

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Tom Laan	1505
2.	Hill Kleimeer	1506
3.	Thies van der Zon	1507
4.	Tijn van Baar	1508
5.	Ids de Moel	1509
6.	Nick Ligthart	1510
7.	Amy Swan	1511
8.	Emy Broersen	1512
9.	Tessa Boots	1513
10.	Marit Dekker	1514
11.	Nienke Groot	1515
12.	Demi van Baar	1516

Categorie: Gemengd Team 18  
Naam ploeg: FC de Buuren  
Contactpersoon: Sanne Jansen  
Kleur shirt: Blauw  
Kleur broek: Zwart  
Coach Marlon Hof

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	July Entes	1517
2.	Rowan Boekel	1518
3.	Sophie Breed	1519
4.	Anine Wardenaar	1520
5.	Lorin Hof	1521
6.	Sanne Jansen	1522
7.	Sam de Nijs	1523
8.	Tristan Miezeneek	1524
9.	Jan Borst	1525
10.	Rick Schuijt	1526
11.	Sid Hamelink	1527
12.	Fabian Portegies	1528

Categorie: Heren Team 21  
 Naam ploeg: Trekker Cracker  
 Contactpersoon: Arjan Eriks  
 Kleur shirt: Roze / Wit  
 Kleur broek: Wit  
 Coach Arjan Eriks

Namen teamleden:	Startnummer
1. Tijn Eriks	1529
2. Sean Ligthart	1530
3. Kay Ligthart	1531
4. Hidde de Moel	1532
5. Finn Dekker	1533
6. Gido Nolten	1534
7. Nico Hoogland	1535
8. Thijs Pronk	1536
9. Wouter Stoop	1537
10. Owen Zutt	1538
11. Jarno van Eikenhorst	1539
12. Stijn Koenis	1540

Categorie: Heren Team 22  
 Naam ploeg: Young Boys  
 Contactpersoon: Anja Boots  
 Kleur shirt: Zwart - Geel  
 Kleur broek: Zwart  
 Coach -

Namen teamleden:	Startnummer
1. Dirk Boots	1541
2. Levi Kamp	1542
3. Thijs Pronk	1543
4. Dylan Zutt	1544
5. Boris Beemsterboer	1545
6. Kai Borst	1546
7. Sem Eriks	1547
8. Thom Meester	1548
9. Tommy Pastoor	1549
10. Kai Pronk	1550
11. Melle Ligthart	1551
12. Krijn Minkema	1552

Categorie: Heren Team 23  
 Naam ploeg: Karen's Jopen  
 Contactpersoon: Karen Glas  
 Kleur shirt: Blauw - Zwart  
 Kleur broek: Zwart  
 Coach Karen Glas

Namen teamleden:	Startnummer
1. Luuk Tesselaar	1553
2. Erik Tesselaar	1554
3. Jan Pronk	1555
4. Wout Blom	1556
5. Jaro Winder	1557
6. Bo van Schagen	1558
7. Flemming Hoekstra	1559
8. Ares Beers	1560
9. Tim Bakker	1561
10. Wout Kleibroek	1562
11. Buck Glas	1563
12. Milan Tijm	1564

Categorie: Heren Team 24  
 Naam ploeg: De Chantelaars  
 Contactpersoon: Bob Dekker  
 Kleur shirt: Rood  
 Kleur broek: Zwart  
 Coach Bob Dekker

Namen teamleden:	Startnummer
1. Bob Dekker	1565
2. Martijn de Nijs	1566
3. Boyan Holla	1567
4. Jochem Jansen	1568
5. Mees van Leeuwen	1569
6. Bram Rohling	1570
7. Jacob Molenaar	1571
8. Maurice Stam	1572
9. Jelle Nieuwpoort	1573
10. Ivo van der Oord	1574
11. Joey Verwer	1575
12. Stan Zutt	1576

Categorie: Heren Team 25  
Naam ploeg: Katerkampioenen  
Contactpersoon: Jens Kamp  
Kleur shirt: Blauw  
Kleur broek: Zwart  
Coach -

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Jens Kamp	1577
2.	Sybren Jaspers	1578
3.	Pieter Stet	1579
4.	Julian van Dolron	1580
5.	Ties Kruijer	1581
6.	Jelle Michielsens	1582
7.	Bas Hekkema	1583
8.	Kris van der Cingel	1584
9.	Koen Bijl	1585
10.	Tijmen Pronk	1586
11.	Jack Duineveld	1587
12.		1588

Categorie: Heren Team 26  
Naam ploeg: Slakkengang United  
Contactpersoon: Youri Dekker  
Kleur shirt: Groen  
Kleur broek: Groen  
Coach Juliën Karsten

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Youri Dekker	1589
2.	Julien Karsten	1590
3.	Cis Kaandorp	1591
4.	Chris Jonker	1592
5.	Jeroen Hoogland	1593
6.	Pieter Dekker	1594
7.	Jens Pronk	1595
8.	Rick Schuit	1596
9.	Rens v/d Zon	1597
10.	Dylan Blankendaal	1598
11.	Ryan Broersen	1599
12.	Jort Castricum	1600

Categorie: Heren Team 27  
Naam ploeg: Sons of TH  
Contactpersoon: Rens Klijbroek  
Kleur shirt: Groen  
Kleur broek: Zwart  
Coach -

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Rens Klijbroek	1601
2.	Wessel Stam	1602
3.	Miel Bakker	1603
4.	Stan Groenland	1604
5.	Joost Meendering	1605
6.	Gijs van Wichem	1606
7.	Rik Molenaar	1607
8.	Nick Kuipers	1608
9.	Nick Burger	1609
10.	Senne Borst	1610
11.	Bart Kruijer	1611
12.	Berend Opdam	1612

Categorie: Heren Team 28  
Naam ploeg: Men After Midnight  
Contactpersoon: Bob Barsingerhorn  
Kleur shirt: Rood/zwart  
Kleur broek: Zwart  
Coach Bob Barsingerhorn

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Boy Gomes	1613
2.	Tim Pronk	1614
3.	Ties de Nijs	1615
4.	Brett Barsingerhorn	1616
5.	Bas Hoogbeem	1617
6.	Nick Burger	1618
7.	Max Barsingerhorn	1619
8.	Justin Broersen	1620
9.	Kjeld Bruin	1621
10.	Vince Boersen	1622
11.	Daan Wester	1623
12.	Cas Pronk	1624

Categorie: Heren Team 29  
Naam ploeg: De Hufters van KJ.  
Contactpersoon: Nick Schipper  
Kleur shirt: Rood/Wit  
Kleur broek: Rood  
Coach Dave en Sjon Pronk

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Nick Schipper	1625
2.	Mats Dekker	1626
3.	Tobias Pronk	1627
4.	Jimmy Ruiten	1628
5.	Bastiaan Schoorstra	1629
6.	Kay Broersen	1630
7.	Jelle Koning	1631
8.	Jason Rutten	1632
9.	Luuk van den Berg	1633
10.	Mitchel Duineveld	1634
11.	Lars Dignum	1635
12.	Berend Nannes	1636

Categorie: Heren Team 30  
Naam ploeg: De Beesten  
Contactpersoon: Lasse Botman  
Kleur shirt: Goud  
Kleur broek: Goud  
Coach Lasse Botman

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Niek Tesselaar	1637
2.	Joey Grandiek	1638
3.	Swen Dekker	1639
4.	Bart Olthof	1640
5.	Lasse Botman	1641
6.	Alex Witte	1642
7.	Sem Broersen	1643
8.	Max van der Oord	1644
9.	Bob Tesselaar	1645
10.	Bram de Boer	1646
11.	Julian Manie	1647
12.	Boris van den Berg	1648

Categorie: Heren Team 31  
Naam ploeg: Hermanos  
Contactpersoon: Tommy Ooijevaar  
Kleur shirt: Blauw  
Kleur broek: Blauw  
Coach Tommy Ooijevaar

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Tommy Ooijevaar	1649
2.	Jens Barsingerhorn	1650
3.	Ramon Rhamdani	1651
4.	Mick Stam	1652
5.	Florian van den Berg	1653
6.	Finn Beemsterboer	1654
7.	Jordy Negic	1655
8.	Luuk Borst	1656
9.	Maarten Smeele	1657
10.	Carlo Zutt	1658
11.	Lance Goudsblom	1659
12.	Daan Schipper	1660

Categorie: Heren Team 32  
Naam ploeg: The allerleste Dance  
Contactpersoon: Rory Burger  
Kleur shirt: Wit  
Kleur broek: Grijs  
Coach Wit

	Namen teamleden:	Startnummer
1.	Erik Mulder	1661
2.	Kick Glas	1662
3.	Björn Duineveld	1663
4.	Daan Duif	1664
5.	Bart Zuurbier	1665
6.	Rory Burger	1666
7.	Jard Blokdijk	1667
8.	Roy Tamis	1668
9.	Jerry Kruijer	1669
10.	Sven Blankendaal	1670
11.	Nick Beers	1671
12.	Per Compas	1672

# WEDSTRIJDPROGRAMMA

Zaterdag 13 Juni                      Triatlon (suppen, hardlopen, fietsen)

Locatie                                    ▶ park Remmerdel

Aanwezig                                ▶ 12.00 -12.50 uur oefenen

Start                                        ▶ 14.00 uur    (13.45 uur aanwezig)

Zondag 14 Juni                        Zaalvolleybal

Locatie                                    ▶ Sporthal 'de Doorbraak'

Aanwezig                                ▶ 12.30 uur

Start                                        ▶ 13.00 uur

Maandag 15 Juni                        Atletiek

Locatie                                    ▶ NOVA Atletiekbaan

Aanwezig                                ▶ 19.00 uur

Start                                        ▶ 19.15 uur

Dinsdag 16Juni                        Tennis

Locatie                                    ▶ Tennisbaan TPW Pastoor Willemsestraat 100

Aanwezig                                ▶ 18.45 uur

Start                                        ▶ 19.00 uur

Woensdag 17Juni                        Obstacle run

Locatie                                    ▶ SIS, Oostwal 29, 1749XK Warmenhuizen

Aanwezig                                ▶ 19.00 uur (parcours verkennen)

Start                                        ▶ 19.30 uur

Donderdag 18 Juni                        Trekker trek

Locatie                                    ▶ PaterBroersen Diepsmeerweg 49

Aanwezig                                ▶ 18.45 uur

Uitleg                                      ▶ 19.00 uur

Start 1<sup>e</sup> wedstijd                        ▶ 19.15 uur

Vrijdag 19Juni                        Quiz

Locatie                                    ▶ Bolletjes Café de Klok

Aanwezig                                ▶ 18.45 uur

Start                                        ▶ 19.00 uur

# TRIATLON

Datum	▶ Zaterdag 13 juni 2026
Organisatie	▶ Sportweek organisatie
Aanvang	▶ 13.45 uur
Start	▶ 14.00 uur
Locatie	▶ Park tussen Debbemeer Noord & Zuid
Contactpersoon	▶ Nico Jonker
Scheidsrechters	▶ Joost Oud, Marco Spaansen
Benodigdheden	▶ 2 fietsen en een valhelm is verplicht!



## Reglement

- 6 deelnemers per ploeg, bij gemengd 3 dames en 3 heren.
- per ploeg moet 2 man/dames lopen, 2 man/dames fietsen en 2 man/dames suppen, bij gemengde ploegen per onderdeel 1 dame en een heer.
- Iedere ploeg moet ten minste in het bezit zijn van 2 fietsen, de fietskeuze staat vrij al is een mountainbike het meest voor de hand liggend omdat het grootste gedeelte van het parcours over onverhard terrein gaat.
- Indien een fietser niet over (maar bijvoorbeeld langs) de hooibalen gaat, leidt dit tot 30 strafseconden
- Bij het fietsen is het dragen van een valhelm verplicht!
- Er mag tijdens het lopen, op de stukken waar je door het water moet gaan, niet gedoken worden! (duiken wordt bestraft met 30 strafseconden)
- De suppers moeten op hun knieën op het bord zitten, bij het niet volgen van deze regel krijgt een team 60 strafseconden.
- De suppers mogen elkaar niet opzettelijk hinderen of raken met peddels.
- Tenue en rugnummers zijn ook verplicht!
- Er wordt in alle categorieën gestart in 2 heats.
- Ieder team dient op tijd bij de start aanwezig te zijn.
- Bij de wisseling van fietsen en lopen, bepaalt de jury wanneer er gestart mag worden.
- Bij de wissel van lopen naar suppen wordt de peddel opgepakt door de loper en aan de supper aangereikt, beslist niet gooien op straffe van 60 strafseconden, de tweede supper ontvangt de peddel van de eerste supper.
- Elke te vroege start krijgt een team 30 strafseconden.
- Klassering op tijd

## Wedstrijdverloop

- Er wordt gestart met de eerste fietser bij punt A op de situatieschets.
- De fietser volgt de aangegeven route op de schets, en fietst 2 rondes. In de tweede ronde gaat de fietser na de laatste brug rechtdoor over het fietspad.
- De tweede fietser gaat klaar staan bij de start van het fietsen, en start als de eerste fietser is gefinisht, dit is wanneer hij geheel over de brug is, en fietst dezelfde route als de eerste fietser dus ook 2 rondes.
- De eerste loper gaat klaar staan bij de start van het lopen op punt B van de schets.
- De eerste loper start als de laatste fietser is gefinisht, dit is ook weer als de fiets geheel over de brug is.
- De eerste loper volgt de route zoals aangegeven. Steekt de sloot over (niet duiken) vervolgd zijn weg over het bruggetje om vervolgens nogmaals het water over te steken.
- De tweede loper gaat klaar staan bij de start van het lopen (B), en start als de eerste loper hem of haar aantikt.
- De tweede loper pakt de peddel op bij punt C en geeft die aan de eerste supper bij punt D. Twee suppers per team liggen al in het water ligt ter hoogte van punt D.
- De tijd stopt zodra de voorste punt van laatste supper onder de brug doorgaat.

N.B. de volledige route van het fietsen en van het lopen zal door middel van lint goed zichtbaar zijn, maar kom op tijd, een uur voor de wedstrijd ( $\pm 12.00$ ) zal er gelegenheid zijn om het parcours te verkennen.

## Wedstrijdschema

(tijden zijn een indicatie)

Jeugd sportweek 13.00 uur

Start Dames 1e manche: 14.00 uur

Start Dames 2e manche: 14.20 uur

Start Gemengd 1 e manche: 14.40 uur

Start Gemengd 2 e manche: 15.00 uur

Start Heren 1e manche: 15.20 uur

Start Heren 2e manche: 15.40 uur

### Manche 1 Dames

1	Winstallatie
3	De dochters van
5	De Multi Meiden
7	Meiden van Koks

### Manche 2 Dames

2	Turbo (s)tappers
4	Coco's vloervegers
6	FC SMA's
8	Doorbraak in de maak

### Manche 1 Gemengd

11	Stan's biefstuk brigade
12	De Wilde Grote Noormannen
13	Katerkracht
14	Kornuiten

### Manche 2 Gemengd

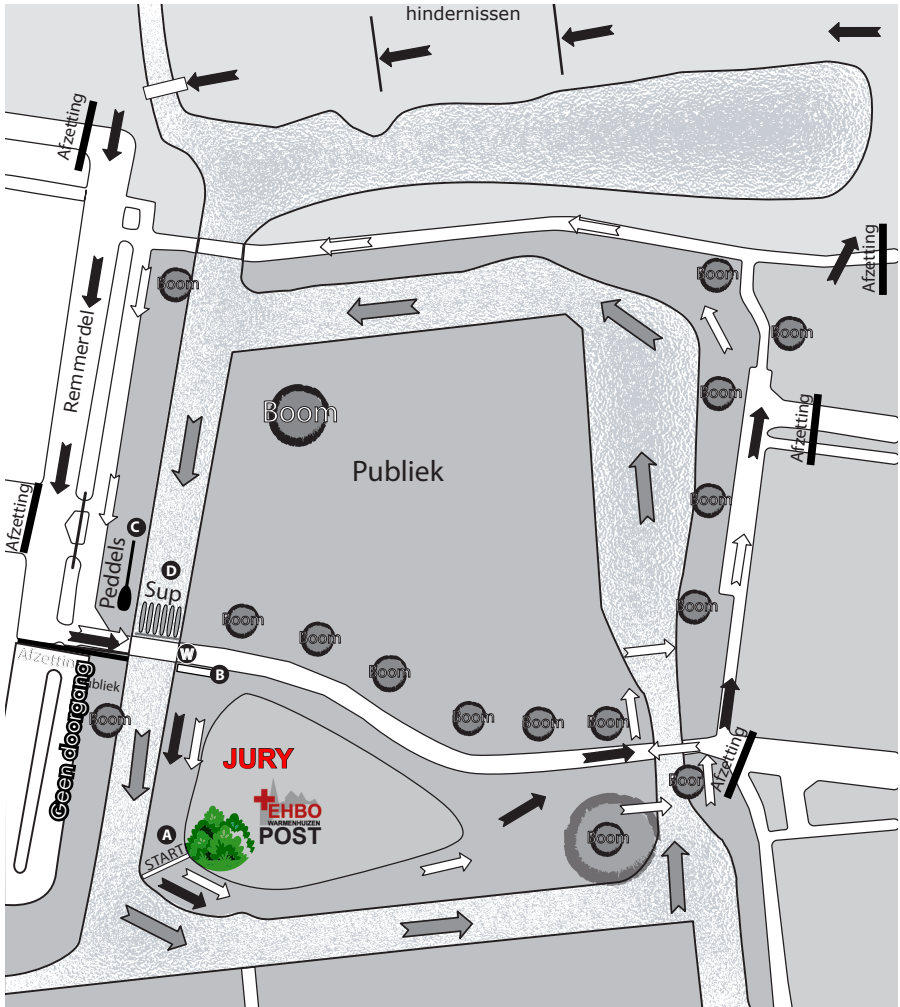
15	Razend Znel
16	Goaldiggers
17	De Overtreffende Trap
18	FC de Buuren

### Manche 1 Heren

21	Trekker Cracker
22	Young Boys
23	Karen's Jopen
27	Sons of TH
28	Men After Midnight
29	De Huffers van KJ.

### Manche 2 Heren

24	De Chantelaars
25	Katerkampioenen
26	Slakkengang United
30	De Beesten
31	Hermanos
32	The allerleste Dance



- A** **Fietsen**
- B** **Lopen**
- D** **Suppen**
- W** **Wisselpunt**

## Let op!

In verband met de veiligheid dienen de regels strikt te worden aangehouden.

Datum	▶ Zondag 14 juni
Organisatie	▶ Sporthal 'de Doorbraak'
Aanwezig	▶ 12.30 uur
Start	▶ 13.00 uur
Locatie	▶ De Doorbraak & Volleybalvereniging Dinto
Contactpersoon	▶ Robin Kemper & Nikki Landman
Telefoon	▶ 06 53561227 & 06 10344576
Scheidsrechters	▶ Marcel Duineveld, Joost Goudsblom

## Wedstrijdreglement

Er wordt gespeeld volgens de regels van de NeVoBo, met uitzondering van enkele hieronder vermelde punten.

- De zaal mag uitsluitend worden betreden met daarvoor geschikte sportschoenen, dus niet met zwarte zolen (dit geldt ook voor coaches, tellers en verzorgers etc.)
- Per wedstrijd spelen we 11 minuten. Het begin en einde van de wedstrijd worden door een centraal signaal aangegeven. Bij het eindsignaal telt de stand die op dat moment is bereikt.
- Een eventueel aan de gang zijnde rally wordt niet uitgespeeld.
- Het besluit van de scheidsrechter is altijd leidend.
- Tussen de wedstrijden is er 1 minuut om te wisselen. Zorg dat je op tijd op het juiste veld klaarstaat. Indien bij het begin van de wedstrijd een team niet speelklaar is heeft de tegenstander de wedstrijd met 5 – 0 gewonnen.
- De eerst vermelde ploeg begint aan de tribunezijde met de opslag en zorgt voor een teller. Dit team is ook verantwoordelijk voor het inleveren van de wedstrijduitslag bij de organisatie na afloop van de wedstrijd.
- Een team bestaat uit 6 spelers met een reserve. De reserve mag slechts in geval van een blessure worden ingezet.
- Bij de gemengde teams dienen altijd 3 dames en 3 heren in het veld te staan.
- Time-outs zijn niet toegestaan.
- De rugnummers mogen niet worden gedragen.

## Competitieopzet

De dames spelen in 2 poules van 4 teams (door loting bepaald), waarna de nrs 1 en 2 van de poules na kruisfinales strijden om de plaatsen 1 t/m 4. De nrs 3 in de poules spelen om de plaatsen 5 en 6, de nrs 4 spelen om de plaatsen 7 en 8.

De gemengde teams spelen in 2 poules van 4 teams (door loting bepaald), waarna de nrs 1 en 2 van de poules na kruisfinales strijden om de plaatsen 1 t/m 4. De nrs 3 in de poules spelen rechtstreeks om de plaatsen 5 en 6 en de nrs. 4 om de plaatsen 7 en 8.

De heren spelen in 3 poules van 4 teams (door loting bepaald). Alle nummers 1 van de poules vormen een nieuwe poule en spelen allemaal nogmaals tegen elkaar om plaats 1, 2 en 3. Dit geldt ook voor de nummers 2 (spelen om plaats 4, 5 en 6), nummers 3 (spelen om plaats 7, 8 en 9) en de nummers 4 (spelen om plaats 10, 11 en 12).

## Puntentelling

Een gewonnen wedstrijd levert 3 punten op. Is de stand op het moment van het eindsignaal gelijk, dan krijgen beide teams 1 punt.

(Poule)winnaar is de ploeg met de meeste wedstrijdpunten. Is dit gelijk, dan beslist het puntensaldo. Is dit ook gelijk, dan beslist de onderlinge wedstrijd. Is ook deze gelijk, dan wint de ploeg met de meest gescoorde punten. Is ook dit gelijk, dan wordt de plaatsing in de poulewedstrijden door loting bepaald.

Bij (kruis) finales wordt er doorgespeeld tot er 1 punt verschil is.

## Poule-indeling

### Dames

#### Poule A

5 – De Multi Meiden

4 – Coco's vloervegers

3 – De dochters van

7 – Meiden van Koks

#### Poule B

1 - Winstallatie

8 – Doorbraak in de maak

2 – Turbo (s)tappers

6 – FC SMA's

### Gemengd

#### Poule C

14 - Kornuiten

12 – De Wilde Grote Noormannen

16 - Goaldiggers

15 – Razend Znel

#### Poule D

13 - Katerkracht

17 – De Overtreffende Trap

18 – FC de Buuren

11 – Stan's biefstuk brigade

### Heren

#### Poule E

24 – De Chantelaars

28 – Men After Midnight

23 – Karen's Jopen

32 – The allerleste Dance

#### Poule F

22 – Young Boys

25 - Katerkampioenen

30 – De Beesten

31 – Hermanos

#### Poule G

21 – Trekker Cracker

26 – Slakkengang United

29 – De Huffters van KJ

27 – Sons of TH

Ronde	Tijd	Veld 1: dames	
Ronde 1	13:00	DA5 - De Multi Meiden	DA4 - Coco's Vloervegers
Ronde 2	13:12	DB1 - Winstallatie	DB8 - Doorbraak in de maak
Ronde 3	13:24	DA3 - De dochters van	DA7 - Meiden van Koks
Ronde 4	13:36	DB2 - Turbo (s)tappers	DB6 - FC SMA's
Ronde 5	13:48	DA4 - Coco's Vloervegers	DA7 - Meiden van Koks
Ronde 6	14:00	DB8 - Doorbraak in de maak	DB6 - FC SMA's
Ronde 7	14:12	DA3 - De dochters van	DA5 - De Multi Meiden
Ronde 8	14:24	DB2 - Turbo (s)tappers	DB1 - Winstallatie
Ronde 9	14:36	DA7 - Meiden van Koks	DA5 - De Multi Meiden
Ronde 10	14:48	DB6 - FC SMA's	DB1 - Winstallatie
Ronde 11	15:00	DA4 - Coco's Vloervegers	DA3 - De dochters van
Ronde 12	15:12	DB8 - Doorbraak in de maak	DB2 - Turbo (s)tappers
Ronde 13	15:24	<b>Damespoule uitrekenen</b>	
Ronde 14	15:36	D7/8: A4-B4	
Ronde 15	15:48	D5/6: A3-B3	
Ronde 16	16:00	KFD: A1 - B2	
Ronde 17	16:12	KFD: A2 - B1	
Ronde 18	16:24	D plek 3/4: Verliezers KFD	
Ronde 19	16:36	D plek 1/2: Winnaars KFD	

Ronde	Tijd	Veld 2: gemengd	
Ronde 1	13:00	GC14 - Kornuiten	GC12 - De Wilde Grote Noormannen
Ronde 2	13:12	GD13 - Katerkracht	GD17 - De Overtreffende Trap
Ronde 3	13:24	GC16 - Goaldiggers	GC15 - Razend Znel
Ronde 4	13:36	GD18 - FC de Buuren	GD11 - Stan's biefstuk brigade
Ronde 5	13:48	GC12 - De Wilde Grote Noormannen	GC15 - Razend Znel
Ronde 6	14:00	GD17 - De Overtreffende Trap	GD11 - Stan's biefstuk brigade
Ronde 7	14:12	GC16 - Goaldiggers	GC14 - Kornuiten
Ronde 8	14:24	GD18 - FC de Buuren	GD13 - Katerkracht
Ronde 9	14:36	GC15 - Razend Znel	GC14 - Kornuiten
Ronde 10	14:48	GD11 - Stan's biefstuk brigade	GD13 - Katerkracht
Ronde 11	15:00	GC12 - De Wilde Grote Noormannen	GC16 - Goaldiggers
Ronde 12	15:12	GD17 - De Overtreffende Trap	GD18 - FC de Buuren
Ronde 13	15:24	<b>Gemengde poules uitrekenen</b>	
Ronde 14	15:36	G7/8: C4-D4	
Ronde 15	15:48	D5/6: C3-D3	
Ronde 16	16:00	KFG: C1 - D2	
Ronde 17	16:12	KFG: C2 - D1	
Ronde 18	16:24	G plek 3/4: Verliezers KFD	
Ronde 19	16:36	G plek 1/2: Winnaars KFD	

Ronde	Tijd	Veld 3: heren	
Ronde 1	13:00	HE24 - De Chantelaars	HE28 - Men After Midnight
Ronde 2	13:12	HF22 - Die Mannschaft	HF25 - Katerkampioenen
Ronde 3	13:24	HG21 - Trekker Cracker	HG26 - Slakkengang United
Ronde 4	13:36	HE28 - Men After Midnight	HE32 - The allerleste Dance
Ronde 5	13:48	HF25 - Katerkampioenen	HF31 - Hermanos
Ronde 6	14:00	HG26 - Slakkengang United	HG27 - Sons of TH
Ronde 7	14:12	HE23 - Karen's Jopen	HE28 - Men After Midnight
Ronde 8	14:24	HF30 - De Beesten	HF25 - Katerkampioenen
Ronde 9	14:36	HG29 - De Huffers van KJ	HG26 - Slakkengang United
Ronde 10	14:48	<b>Herenpoule uitrekenen</b>	
Ronde 11	15:00	HE: nr. 3	HF: nr. 3
Ronde 12	15:12	HF: nr. 3	HG: nr. 3
Ronde 13	15:24	HG: nr. 3	HE: nr. 3
Ronde 14	15:36	HE: nr. 2	HF: nr. 2
Ronde 15	15:48	HF: nr. 2	HG: nr. 2
Ronde 16	16:00	HG: nr. 2	HE: nr. 2
Ronde 17	16:12	HE: nr. 1	HF: nr. 1
Ronde 18	16:24	HF: nr. 1	HG: nr. 1
Ronde 19	16:36	HG: nr. 1	HE: nr. 1

Ronde	Tijd	Veld 4: heren	
Ronde 1	13:00	HE23 - Karen's Jopen	HE32 - The allerleste Dance
Ronde 2	13:12	HF30 - De Beesten	HF31 - Hermanos
Ronde 3	13:24	HG29 - De Huffers van KJ	HG27 - Sons of TH
Ronde 4	13:36	HE24 - De Chantelaars	HE23 - Karen's Jopen
Ronde 5	13:48	HF22 - Die Mannschaft	HF30 - De Beesten
Ronde 6	14:00	HG21 - Trekker Cracker	HG29 - De Huffers van KJ
Ronde 7	14:12	HE32 - The allerleste Dance	HE24 - De Chantelaars
Ronde 8	14:24	HF31 - Hermanos	HF22 - Die Mannschaft
Ronde 9	14:36	HG27 - Sons of TH	HG21 - Trekker Cracker
Ronde 10	14:48	<b>Herenpoule uitrekenen</b>	
Ronde 11	15:00	HE: nr. 4	HF: nr. 4
Ronde 12	15:12	HF: nr. 4	HG: nr. 4
Ronde 13	15:24	HG: nr. 4	HE: nr. 4
Ronde 14	15:36	<b>Veld opruimen</b>	

Datum	▶ Maandag 15 juni 2026
Warming Up	▶ 19.00 uur
Start	▶ 19.15 uur
Locatie	▶ NOVA accommodatie, Oostwal 33, Warmenhuizen
Organisatie	▶ Atletiekvereniging NOVA
Scheidsrechters	▶ Joost Goudsblom, Marco Spaansen
Contactpersoon	▶ Tijs Hofmann
Telefoon	▶ 06-26784253

## Warming-up

**Belangrijk!** Atletiek is een blessuregevoelige sport, een goede warming-up is essentieel. Er wordt vanuit Nova aangeraden om minimaal twee ronden warm te lopen, loopscholing (b.v. knie-heffen) en een aantal versnellingen te doen om de spieren warm te maken en te activeren. Naast het voorkomen van blessures helpt een goede warming-up ook om de prestaties te verbeteren.

## Programma

Kogelstoten:	2 deelnemers per team
Hoogspringen:	2 deelnemers per team
Verspringen:	2 deelnemers per team
Lopen per team:	6 deelnemers per team

*Let op! Dit jaar geen lange afstand (1500m)*

Iedere deelnemer doet één technisch nummer en neemt deel aan de estafette. Bij de gemengde teams wordt voor elk technisch nummer 1 dame en 1 heer ingezet. Bij de estafette is de verdeling 3 dames en 3 heren.

## Technische onderdelen

### Hoogspringen

Er wordt gesprongen op 2 matten.

De aanvangshoogte voor de dames en de gemengde teams is 80cm.

Voor de herenteams is dit 100cm.

Hierbij geldt het afvalstelsel: een weigering of de lat eraf springen betekent een strafpunt, bij 3 strafpunten mag de deelnemer niet meer verder en is dus uit de wedstrijd. De lat mag er totaal niet meer dan 3x afgesprongen worden.

De hoogte van de lat wordt na iedere ronde steeds met 5cm verhoogd. De hoogst behaalde hoogte telt voor de punten. De afzet moet met één been plaatsvinden. De jury beoordeelt of de sprong geldig is.

### Verspringen

Er wordt gesprongen vanaf een witte balk. De sprong is geldig wanneer er met 1 been wordt afgezet en de voet bij het afzetten niet voorbij de balk komt. De sprong is ongeldig als een deel van de voet voorbij de balk is bij het afzetten.

De dichtstbijzijnde afdruk in de zandbak wordt gemeten, ook als dit een hand of rug betreft. De jury beoordeelt of de sprong geldig is.

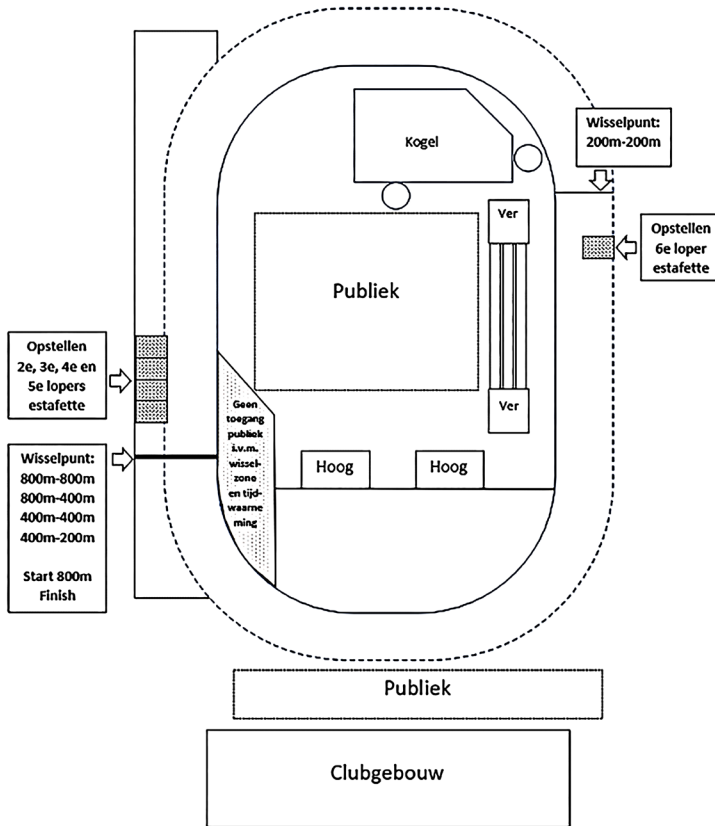
Er mogen 2 pogingen worden gedaan, de eerste poging telt voor de punten.

## Kogelstoten

De heren stoten met een kogel van 6kg, de dames met een kogel van 3kg. Dit geldt ook bij de gemengde teams.

De kogel moet vanuit de nek gestoten worden. Als er bij de worp de witte stootbalk wordt overschreden, is de poging ongeldig. De jury beoordeelt of de worp geldig is.

Er mogen 2 pogingen worden gedaan, de verste poging telt voor de punten.



## Looponderdelen

### Estafette

De estafette bestaat uit een zestal lopers die respectievelijk de 800m - 800m - 400m - 400m - 200m - 200m lopen. Direct na de start mogen de lopers gebruik maken van de binnenste baan.

Bij het lopen van de estafette moet een stokje worden doorgegeven binnen de daarvoor bestemde wisselvakken. De wisselvakken zijn 20m lang en zijn te herkennen aan de geel / blauwe haken op de atletiekbaan (+pionnen). **Let op!** Als er niet wordt gewisseld binnen het wisselvak, volgt een diskwalificatie.

De eerste vier wissels vinden plaats op het wisselpunt nabij de start / finish (bij de caravan). De laatste wissel (200m-200m) vindt plaats aan de overzijde van de baan nabij het kogelstoten.

**Let op! Om ruimte te geven aan de lopers is de zone bij de start / finish / wisselpunt aan de binnenkant van de rondbaan (zoals aangegeven op de situatieschets) niet toegankelijk voor het publiek!**

De 2<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> en 5<sup>e</sup> lopers worden opgesteld in opstelvakken nabij de finish. Voor de 6<sup>e</sup> loper is dit op het 200m punt (nabij het kogelstoten). Zodra zij aan de beurt zijn haalt de jury de lopers uit de opstelvakken. Vervolgens worden ze opgesteld in het wisselvak op basis van de volgorde van de teams gedurende de race. De jury is leidend in de volgorde van opstellen.

Per team worden er dus 6 lopers ingezet, bij de gemengde teams zijn dit respectievelijk 3 dames en 3 heren.

Bij de gemengde teams moet de verplichte volgorde V-M-V-M-V-M worden aangehouden, dat betekent dat op iedere afstand (800-400-200) een vrouw start en daarna een man loopt.

## Aanvangstijden onderdelen

Tijd	Kogel	Hoog	Ver	Estafette
19.15	Gemengd	Dames	Heren	
19.45	Heren	Gemengd	Dames	
20.15	Dames	Heren	Gemengd	
20.45				Dames
21.00				Gemengd
21.15				Heren

De categorieën Gemengd en Dames lopen in één serie de estafette, bij de heren is de indeling als volgt:

Serie 1		Serie 2	
21	Trekker Cracker	27	Sons of TH
22	Young Boys	28	Men After Midnight
23	Karen's Jopen	29	De Huffters van KJ.
24	De Chantelaars	30	De Beesten
25	Katerkampioenen	31	Hermanos
26	Slakkengang United	32	De allerleste Dance

## Puntentelling

Bij alle onderdelen (technisch en estafette) geldt dat er een ranking wordt gemaakt op basis van de prestaties.

Voor de technische onderdelen geldt dat de puntentelling op basis van individuele prestaties wordt gemaakt. De winnaar van een onderdeel 1 punt krijgt, de nummer 2 op het onderdeel 2 punten etc. Dit geldt voor zowel hoogspringen, verspringen en kogelstoten. Beide deelnemers tellen mee voor de punten van het team.

Voorbeeld puntentelling verspringen (8 teams – 16 deelnemers):

Deelnemer	Team	Afstand	Punten
Deelnemer 1	Team 2	3,99m	1
Deelnemer 2	Team 4	3,78m	2
Deelnemer 3	Team 1	3,77m	3
--	--	--	--
Deelnemer 4	Team 3	2,90m	16

b.v. Er nemen 8 teams deel aan de dames categorie, dat betekent 16 deelnemers per technisch onderdeel.

Bij het onderdeel verspringen eindigt de ene deelnemer uit een team op plaats 3 en de andere deelnemer uit hetzelfde team op plaats 16. Totaal krijgt het team voor verspringen in dit geval 19 punten.

Voor de estafette geldt dat de puntentelling op basis van de teamprestatie wordt gemaakt. Hierbij krijgt het winnende team 1 punt, de nummer 2 op de estafette 2 punten, etc.

b.v. Er nemen 8 teams deel aan de dames categorie. Een team eindigt op plaats 6, dit team krijgt hiervoor 6 punten.

Zowel voor de technische onderdelen als de estafette wordt een aparte ranking gemaakt. Voor de estafette geldt dat de uitslag van de estafette bij de categorieën Gemengd en Dames direct de ranking van het team is. Bij de Heren teams wordt de ranking op basis van tijd gedaan, omdat deze in 2 series worden gelopen.

Bij de technische onderdelen worden de individuele punten (van beide deelnemers) van hoog, ver en kogel bij elkaar opgeteld. Op basis daarvan wordt de ranking opgemaakt. Hierbij krijgt het winnende team 1 punt, de nummer 2 krijgt 2 punten etc.

In het geval van een gelijke prestatie op een technisch onderdeel telt de ranking van de hoogst geëindigde deelnemer. Alle deelnemers die deze prestatie delen, krijgen dit aantal punten.

In het geval van een gelijke stand in de ranking bij de technische onderdelen (de totaalstand na de 3 onderdelen) krijgen deze teams een gelijke ranking, b.v. twee teams op plek 3, het eerstvolgende team daarna krijgt dan de 5e plek toegewezen.

De ranking van beide uitslagen (technisch en estafette) worden bij elkaar opgeteld en daaruit volgt de einduitslag. De winnaar is het team met de minste punten. Let op! De estafette telt dus even zwaar als de technische onderdelen samen, beide bepalen voor 50% de eindranking.

Voorbeeld totaaluitslag (8 teams – 16 deelnemers):

Team	Technische onderdelen – Som Plaatsen	Technische Score (Plaats)	Estafette Plaats	Estafette Score	Totaal punten	Eindplaats
Team 2	53	2	1	1	3	1
Team 3	40	1	2	2	3	2
Team 4	58	3	4	4	7	3
--	--	--	--	--	--	--
Team 1	65	7	8	8	15	8

In het geval dat teams in de eindstand op een gelijk aantal punten eindigen, is de estafette leidend voor de klassering.

- Datum ▶ Dinsdag 16 juni
- Aanwezig ▶ 18.45 uur
- Start ▶ 19.00 uur
- Locatie ▶ Pastoor Willemsstraat 100
- Organisatie ▶ Tennisvereniging TPW
- Scheidsrechters ▶ Marcel Duineveld, Joost Oud
- Contactpersoon ▶ Zie organisatie
- Benodigdheden ▶ racket + sportschoenen met weinig profiel (geen voetbalschoenen!)

## Beste sportweekvrienden,

Op dinsdagavond 16 juni 2026 wordt er getennist op de tennisbaan in Warmenhuizen. Onderstaand treft je de van belang zijnde informatie aan.

## Spelsoort en wedstrijdduur

Er worden dubbels gespeeld (heren, dames en mix).

Per team zijn er zes deelnemers, zodat er per team 3 koppels ontstaan. De koppels wijzigen niet. Bij de gemengde teams bestaan de koppels uit een dame en een heer.

### Let op! Koppels vermelden op het opgaveformulier

Nr 1 en Nr 2 vormen **Koppel 1** - Nr 3 en Nr 4 vormen **Koppel 2** - Nr 5 en Nr 6 vormen **Koppel 3**

Alleen de strijdende teamspelers mogen op/naast de baan staan. De overige teamspelers staan achter het hek.

Een wedstrijd duurt 20 minuten (18 min spelen + 2 min wisseltijd)

Het begin van een wedstrijd wordt aangegeven door een belsignaal. Ieder team speelt met 3 koppels. Ieder koppel speelt 6 minuten van de wedstrijd, waarna 2 minuten overblijven om te wisselen. De wisseling van de koppels wordt aangegeven door een toeter. Na de wisseling van de koppels gaat de telling gewoon door. Aan het einde van iedere wedstrijd klinkt er een belsignaal. De wedstrijd stopt op dat moment, zit je midden in een rally, dan wordt deze ook niet uitgespeeld! De onafgemaakte gamestand wordt het punt wel genoteerd.

Een gewonnen wedstrijd levert drie punten op. Gelijk spel één punt en verlies nul punten. Beide teams controleren de stand bij de scheidsrechter, na afloop van de wedstrijd.

Bij gelijke eindstand (dus de stand aan het einde van de avond) wordt er gekeken naar het onderlinge resultaat. Daarna het aantal gewonnen games. Tijdens alle wedstrijden zijn er scheidsrechters aanwezig. De scheidsrechter toest je er mag beginnen, het besluit van de scheidsrechter is altijd leidend. Kom niet te laat, want dan heb je de wedstrijd verloren (met 5-0) en krijgt de tegenpartij 3 wedstrijdpunten.

## Spelregels tennis

Bij dubbels wordt er gebruik gemaakt van de buitenste lijnen. Alleen tijdens de service (vanaf de achterlijn in het servicevak) wordt gebruik gemaakt van de binnenlijnen. Na de service gelden de buitenste lijnen weer. Er mag twee keer per punt worden geserveerd. Als de eerste

service goed is, vervalt de tweede. Bij 'netservice' en de bal is binnen de lijnen mag je nog een keer serveren. Je serveert diagonaal. Je begint altijd rechts met serveren en wisselt na ieder punt van rechts naar links, vervolgens weer van links naar rechts etc. Na een game gaat de service naar de andere partij. **Er wordt gewisseld van speelhelft bij een oneven aantal games** (de games bij elkaar opgeteld). Bijvoorbeeld bij 1-0, 2-1, 3-2. De bal mag 1 keer stuiten of in 1 keer worden genomen. Tijdens het slaan mag men het net niet raken of er overheen hangen.

Dit is een korte uitleg over de spelregels. Als er vragen zijn kun je terecht bij onze scheidsrechters.

## Puntentelling tennis

Bij tennis wordt een game gewonnen door degene die vier punten wint. Die punten worden geteld met 15, 30, 40, game. Bij het afroepen van de stand wordt eerst de serveerder genoemd. Bijvoorbeeld als A (serveerder) het eerste punt haalt is de stand 15-0. Als B (tegenstander) het tweede punt wint is de stand 15-15 (15 gelijk). Wint B ook het derde punt dan is de stand 15-30. Wint hij ook het vierde punt dan is het 15-40. Als B weer het volgende punt haalt dan is het game voor B.

**Let op! Als de stand 40 gelijk is (deuce) spelen we om het winnende punt. Hierbij beslist de ontvangende partij op wie er geserveerd wordt. Diegene die dat punt wint, wint de game.**

## Organisatie

Wendy Tesselaar, Tel: 06 -10 81 49 09  
Leonie Bruin, Tel: 06 -11 21 50 75  
Esther Kos, Tel: 06 -10 38 34 52

Sietske Groot, Tel: 06 -18 82 49 80  
Annemarie van Beusekom, Tel: 06 -28 83 01 34

### Dames teams

#### Poule DA

- 5 De Multi Meiden
- 6 FC SMA's
- 3 De dochters van
- 1 Winstallatie

#### Poule DB

- 8 Doorbraak in de maak
- 2 Turbo (s)tappers
- 7 Meiden van Koks
- 4 Coco's vloervergers

### Gemengde teams

#### Poule GA

- 15 Razend Znel
- 18 FC de Buuren
- 16 Goaldiggers
- 13 Katerkracht

#### Poule GA

- 17 De Overtreffende Trap
- 12 De Wilde Grote Noormannen
- 11 Stan's biefstuk brigade
- 14 Kornuiten

### Heren teams

#### Poule HA

- 27 Sons of TH
- 32 The allerleste Dance
- 23 Karen's Jopen
- 22 Young Boys
- 21 Trekker Cracker
- 25 Katerkampioenen

#### Poule HB

- 29 De Huffters van KJ
- 28 Men After Midnight
- 24 De Chantelaars
- 31 Hermanos
- 26 Slakkengang United
- 30 De Beesten

**Na afloop van de poulewedstrijden speelt nr 1 tegen de andere nr 1 van de dames (A+B), gemengde (C+D) of herenpoule (E+F).**

Ronde	Aanvang	baan 1		baan 2	
1	19.00	Sons of TH	The allerleste Dance	Karen's Jopen	Young Boys
2	19.20	Sons of TH	Karen's Jopen	The allerleste Dance	Young Boys
3	19.40	Sons of TH	Trekker Cracker		
4	20.00	Karen's Jopen	Katerkampioenen	The allerleste Dance	Trekker Cracker
5	20.20	Karen's Jopen	Trekker Cracker	Sons of TH	Katerkampioenen
6	20.40	Young Boys	Trekker Cracker	The allerleste Dance	Katerkampioenen
7	21.00			Men After Midnight	Slakkengang United

Ronde	Aanvang	baan 3		baan 4	
1	19.00	Trekker Cracker	Katerkampioenen	De Huffers van KJ	Men After Midnight
2	19.20	Slakkengang United	De Beesten	De Huffers van KJ	De Chantelaars
3	19.40	Young Boys	Katerkampioenen	Men After Midnight	Slakkengang United
4	20.00	De Huffers van KJ	Hermanos		
5	20.20	De Huffers van KJ	De Beesten	Men After Midnight	De Chantelaars
6	20.40	Hermanos	De Beesten	De Chantelaars	Slakkengang United
7	21.00	Sons of TH	Young Boys	The allerleste Dance	Karen's Jopen

Ronde	Aanvang	baan 5		baan 6	
1	19.00	De Chantelaars	Hermanos	De Multi Meiden	FC SMA's
2	19.20	Men After Midnight	Hermanos	De dochters van	Winstallatie
3	19.40			De Multi Meiden	De dochters van
4	20.00	De Chantelaars	De Beesten	FC SMA's	Winstallatie
5	20.20	Hermanos	Slakkengang United	De Multi Meiden	Winstallatie
6	20.40			FC SMA's	De dochters van
7	21.00	De Huffers van KJ	Slakkengang United		

Ronde	Aanvang	baan 7		baan 8	
1	19.00	Doorbraak in de maak	Turbo (s)tappers	Razend Znel	FC de Buuren
2	19.20	Meiden van Koks	Coco's vloervegers	Goaldiggers	Katerkracht
3	19.40	Doorbraak in de maak	Meiden van Koks	Razend Znel	Goaldiggers
4	20.00	Turbo (s)tappers	Coco's vloervegers	FC de Buuren	Katerkracht
5	20.20	Doorbraak in de maak	Coco's vloervegers	Razend Znel	Katerkracht
6	20.40	Turbo (s)tappers	Meiden van Koks	FC de Buuren	Goaldiggers

Ronde	Aanvang	baan 9	
1	19.00	De Overtreffende Trap	De Wilde Grote Noormannen
2	19.20	Stan's biefstuk brigade	Kornuiten
3	19.40	De Overtreffende Trap	Stan's biefstuk brigade
4	20.00	De Wilde Grote Noormannen	Kornuiten
5	20.20	De Overtreffende Trap	Kornuiten
6	20.40	De Wilde Grote Noormannen	Stan's biefstuk brigade

## Belangrijke Info:

- *Betaling via muntjes, deze zijn te koop via pin of contact.*
- *Geen drank, fles en glaswerk mee de baan op.*
- *Tot 00:30 kan er besteld worden bij de bar*
- *Om 1.00 uur sluiting.*

Padelbanen
Baan 7
Baan 6
Baan 5

Baan 4
Baan 3
Baan 2
Baan 1

Baan 8
Baan 9

## TPW KANTINE

Ronde	Aanvang	baan 1	baan 2	baan 3	baan 4	baan 5	baan 6	baan 7	baan 8	baan 9
1	19.00	HA 27-32	HA 23-22	HA 21-25	HB 29-28	HB 24-31	DA 5-6	DB 8-2	GA 15-18	GB 17-12
2	19.20	HA 27-23	HA 32-22	HB 26-30	HB 29-24	HB 28-31	DA 3-1	DB 7-4	GA 16-13	GB 11-14
3	19.40	HA 27-21		HA 22-25	HB 28-26		DA 5-3	DB 8-7	GA 15-16	GB 17-11
4	20.00	HA 23-25	HA 32-21	HB 29-31		HB 24-30	DA 6-1	DB 2-4	GA 18-13	GB 12-14
5	20.20	HA 23-21	HA 27-25	HB 29-30	HB 28-24	HB 31-26	DA 5-1	DB 8-4	GA 15-13	GB 17-14
6	20.40	HA 22-21	HA 32-25	HB 31-30	HB 24-26		DA 6-3	DB 2-7	GA 18-16	GB 12-11
7	21.00		HB 28-30	HA 27-22	HA 32-23	HB 29-26				
PAUZE DAMES EN GEMENGD 20 MIN.										
8	21.20	dames 1pa-1pb	gemengd 1pa-1pb	dames 2pa-2pb	gemengd 2pa-2pb	dames 3pa-3pb	gemengd 3pa-3pb	dames 4pa-4pb	gemengd 4pa-4pb	
9	21.40	heren 1pa-1pb	heren: 2pa-2pb	heren 3pa-3pb	heren 4pa-4pb	heren 5pa-5pb	heren 6pa-6pb			
	22.00	einde wedstrijden								
	22:15	uitslag								



# TIJDSHEMA OBSTACLE RUN



Start	Programma	Gemengd
19.30	De Wilde Grote Noormannen	De Overtreffende Trap
19.40	FC de Buren	Razend Znel
19.50	Katerkracht	Goaldiggers
20.00	Kornuiten	Stan's biefstuk brigade

Start	Programma	Dames
20.10	De dochters van	Winstallatie
20.20	FC SMA's	Turbo (s)tappers
20.30	Doorbraak in de maak	De Multi Meiden
20.40	Coco's vloervegers	Meiden van Koks

Start	Programma	Heren
20.50	Men After Midnight	Hermanos
21.00	De Hufters van KJ -	Trekker Cracker
21.10	De Beesten	The allerleste Dance
21.20	De Chantelaars	Katerkampioenen
21.30	Sans of TH	Karen's Jopen
21.40	Slakkengang United	Young Boys

# OBSTACLE RUN



- Datum ▶ Woensdag 17 juni
- Aanwezig ▶ 19.00 uur parcours verkennen
- Start ▶ 19.30 uur
- Locatie ▶ Schaats- en skeelerbaan SIS, Oostwal 29, Warmenhuizen
- Organisatie ▶ IJscub SIS
- Scheidsrechters ▶ Joost Goudsblom, Geertje de Groot
- Contactpersoon ▶ Anne-Marie te Buck (ijsclubsis@gmail.com of 06-51213314)

Elk team bestaat uit 6 personen en alle 6 teamleden staan tegelijk aan de start. Er staan steeds 2 teams aan de start (als het aantal teams in de categorie oneven is, zal de laatste manche maar 1 team zijn). De start en finish zijn op dezelfde plek. Een paar obstakels doe je met 1 of meer teamgenoten tegelijk (stappen met 3 personen, zaklopen met 2 personen en skilopen met alle 6 personen).

Het is toegestaan elkaar te helpen bij de individuele obstakels zoals de muur.

Als een obstakel niet, half of niet juist wordt genomen, kost dat 30 strafseconden per overtreding per persoon. We vertrouwen hierbij op de sportiviteit van alle deelnemers, hun teamleden en de toeschouwers.

Teams en teamleden die op dat moment niet mee doen en ander publiek, dient achter de hekken te blijven en het middenterrein vrij te houden voor de deelnemers die op dat moment over het parcours gaan.

## Uitval tijdens de manche door blessure

De hoofdscheidsrechters bepalen of iemand dusdanig geblesseerd is dat een reserve nodig is. Deze reserve kan dan vanaf de start het veld inrennen, zonder eerst over de obstakels te hoeven.

## De start

Er staan 5 teamleden bij de startlijn en 1 teamlid gaat bij het spijkerslaan-houtblok staan (naast de start). Als het startsein wordt gegeven gaat 1 teamlid starten met spijkerslaan, de andere 5 teamleden moeten wachten totdat de spijker helemaal in het blok geslagen is, dan pas gaat het hele team van start op weg naar de houten muur. De jury zal aangeven wanneer het team mag gaan rennen.

Hier een korte uitleg van de obstakels die je in deze volgorde gaat tegenkomen op het parcours:

### 1. Spijkerslaan

5 teamleden staan aan de startlijn, de 6e staat bij het spijkerblok. Die gaat zo snel mogelijk de spijker in het blok slaan. Pas als dat gedaan is, gaat het hele team van start op het parcours. Bij het spijker slaan moet de spijker er recht



in geslagen worden en helemaal. De scheidrechter bij het blok zal het sein geven waarbij het team mag gaan lopen.

Als de spijker krom geslagen wordt, betekent dit dat de hindernis niet goed genomen is, dus 30 strafseconden extra. Een spijker die al krom geslagen is en toch helemaal in het blok geslagen wordt, blijft 30 strafseconden. 30 seconden extra bij de tijd.

## 2. Muur

Houten muur waar je alle zes over heen moet klimmen. Je mag hierbij geholpen worden door je teamgenoten.

## 3. Kuubkisten

Er staat een aantal keer een kuubkist op het parcours waar je alle zes over heen moet.

## 4. Autoped voor 3 personen

Er staan per team 2 autopeds klaar voor 3 personen.

Beide stepjes zijn voorzien van steuntjes, Zie afbeelding!



Op elke autoped moeten 3 personen plaatsnemen. Je rijdt een heel rondje over de skeelerbaan. Alle teamleden moeten dit onderdeel doen. Steppen met minder dan 3 personen kost 30 strafseconden per persoon.

## 5. Zaklopen in tweetallen

Het zaklopen moet in tweetallen. Het kan dus zijn dat je moet wachten tot dat een teamlid klaar is met het rondje met de autoped. Per tweetal doet de ene persoon het linkerbeen en de ander het rechterbeen in dezelfde zak.

Zo loop je naar de andere kant van het gras. Alle teamleden moeten zaklopen. Als je alleen zakken loopt, kost dat 30 strafseconden.

## 6. Trekkerband trekken

De trekkerband over het gras over de aangegeven afstand heen en terug trekken d.m.v. een spanband. Als de band helemaal over de aangegeven lijn is, mag je aan de terugweg beginnen. De trekkerband moet helemaal over de finishlijn getrokken zijn. Bij dit onderdeel mag jezelf bepalen met hoeveel teamleden je dit trekwerk wilt doen, je hoeft niet te wachten tot het team compleet is om van start te gaan. Achterblijvende teamleden kunnen al met het volgende obstakel beginnen.

## 7. Schotten

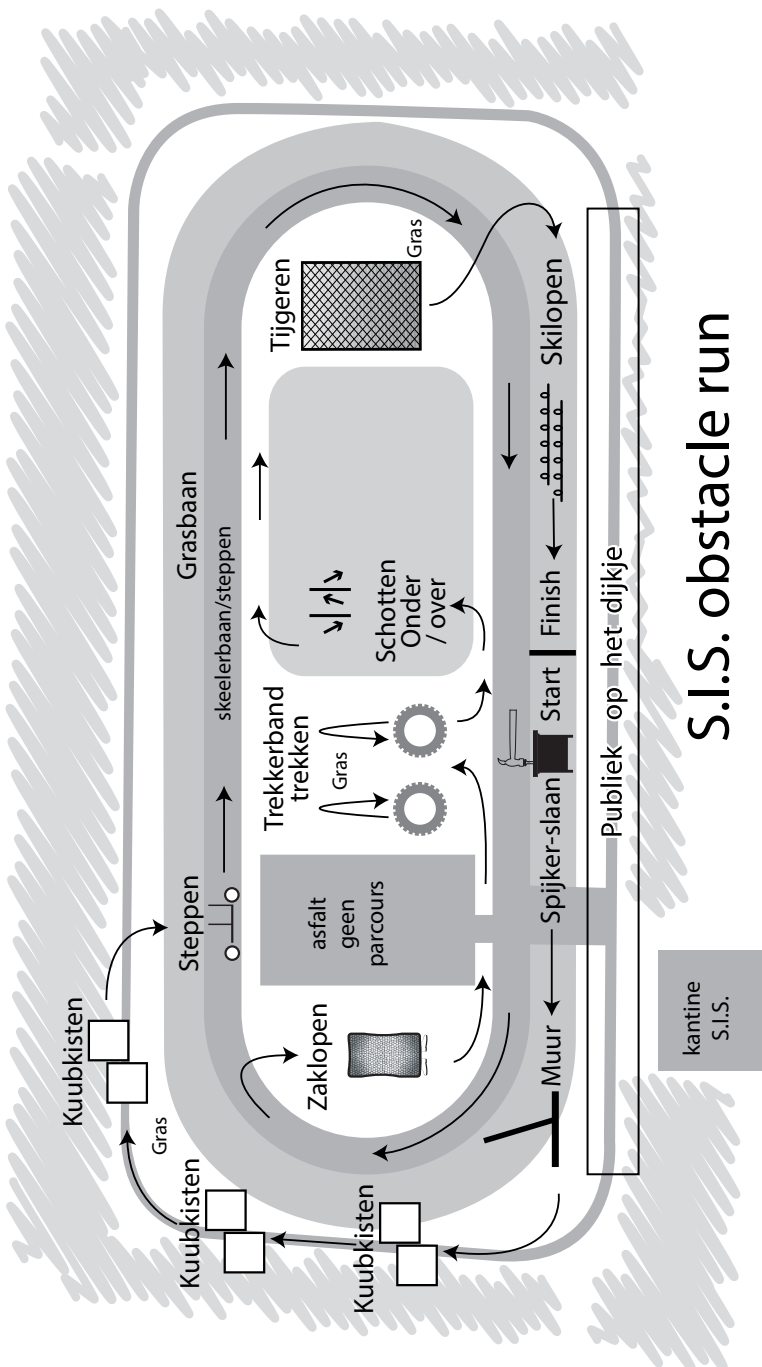
Alle zes teamleden moeten onder de schotten door kruipen en over de schotten heen klimmen.

## 8. Tijgeren

Alle zes teamleden moeten over het gras onder het net door kruipen naar het einde van het obstakel.

## 9. Ski lopen

Het laatste obstakel is ski lopen met ski's voor 6 personen. Alle 6 teamleden moeten hier tegelijk van start gaan. Als het team niet compleet is, moet je wachten tot alle 6 mensen er zijn. Het is niet toegestaan met minder dan 6 mensen aan het ski onderdeel te beginnen. Gebeurt dit wel, dan wordt er 30 strafseconden gerekend per ontbrekend teamlid. Als het team eenmaal van start is gegaan, kan er geen teamlid meer aansluiten. Dit betekent dat je wacht tot je compleet bent, of je accepteert de strafseconden. Als de laatste ski van het team over de finish is, wordt de tijd stil gezet.



# S.I.S. obstacle run

# TREKKER TREK

**pater  
broersen**  
your quality farmer



Datum	▶ Donderdag 18 juni
Aanvangstijd	▶ 18.45 uur
Uitleg	▶ 19.00 uur
Start 1 <sup>e</sup> wedstrijd	▶ 19.15 uur
Locatie	▶ Pater Broersen, Diepsmeerweg 49, Warmenhuizen
Organisatie	▶ Coco Bar
Scheidsrechters	▶ Marcel Duineveld,, Marco Spaansen

- *Kom het liefst op de fiets.*
- *Volg de instructies van de verkeersbegeleiders op voor het parkeren van je fiets en/of auto. Dit in verband met de veiligheid op en rondom het erf.*
- *Tijdens het Trekker trekken zal de snackwagen van Bello vanaf 18.00 op het terrein staan.*

## Trekker trekken

We starten met vaten sjuouwen. Met het gehele team moet je ervoor zorgen dat er 3 volle vaten (Heren 3x 50 Litervat, Dames 3x 20 Litervat, Gemengd 2x 50 Litervat en 1x 20 Litervat) over het aangegeven parcours zijn geweest en teruggezet worden op de pallet. Je mag elkaar hierbij helpen en de gewichten verdelen zoals je zelf wilt. Zodra het startsein wordt gegeven door de scheidsrechter, mag het team (teamlid) op de startknop drukken en begint de tijd te lopen. Het team van zes personen kan dan beginnen met het sjuouwen van de vaten. Als alle vaten weer terug staan op de pallet, rent het hele team naar het touw, dat voor de trekker klaarligt, en mogen zij direct starten met trekken. Wanneer de trekker over de lijn is getrokken geeft de scheidsrechter een sein, en mag het team (teamlid) op de knop drukken om de tijd te stoppen.

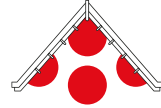
- In totaal gaat elk team 2x trekker trekken.
- Elk team heeft 1x op baan 1 en 1x op baan 2 een wedstrijd.
- De tijden van beide wedstrijden worden bij elkaar opgeteld.
- Het team met de snelste totale tijd wint.
- Elke baan heeft een eigen scheidsrechter.
- Een team bestaat uit 6 personen (gemengd: 3 vrouwen + 3 mannen).
- In beide tractoren zit een trekker chauffeur i.v.m. de veiligheid.
- Touwtrekken mag op je eigen manier (evt. om de middel).
- Handschoenen aan mag, het gebruik van hars is niet toegestaan.
- Toeschouwers blijven achter het lint/hekken.

## Wedstrijdschema

<b>Trekker Trekken</b>	<b>Baan 1</b>	<b>Baan 2</b>	<b>Team</b>
19.15	Winstallatie	De Dochters van	Dames
19.20	Turbo (s)tappers	Coco's Vloervegers	Dames
19.25	De Multimeiden	Meiden van Koks	Dames
19.30	FC SMA's	Doorbraak in de maak	Dames
19.35	Stan's biefstuk brigade	Razend Znel	Gemengd
19.40	DeWilde Grote Noormannen	Goaldiggers	Gemengd
19.45	Katerkracht	De Overtreffende Trap	Gemengd
19.50	Kornuiten	FC de Buuren	Gemengd
19.55	Trekker Cracker	Sons of TH	Heren
20.00	Young Boys	Men After Midnight	Heren
20.05	Karen's Jopen	De Huffers van KJ	Heren
20.10	De Chantelaars	De Beesten	Heren
20.15	Katerkampioenen	Hermanos	Heren
20.20	Slakkengang United	The allerleste Dance	Heren
20.25	De Meiden van Koks	FC SMA's	Dames
20.30	Doorbraak in de maak	De Multimeiden	Dames
20.35	De dochters van	Turbo (s)tappers	Dames
20.40	Coco's Vloerenvegers	Winstallatie	Dames
20.45	De overtreffende trap	Kornuiten	Gemengd
20.50	FC de Buuren	Katerkracht	Gemengd
20.55	Razend Znel	De Wilde Grote Noormannen	Gemengd
21.00	Goaldiggers	Stan's biefstuk brigade	Gemengd
21.05	Hermanos	Slakkengang United	Heren
21.10	The allerleste Dance	Katerkampioenen	Heren
21.15	De Huffers van KJ	De Chantelaars	Heren
21.20	De Beesten	Karen's Jopen	Heren
21.25	Sons of TH	Young Boys	Heren
21.30	Men After Midnight	Trekker Cracker	Heren

# QUIZ

▲ **Wikken en Wegen** ▼



**BOLLETJESCAFÉ  
DE KLOK**

- Datum ▶ Vrijdag 19 juni
- Aanwezig ▶ 19.15 uur
- Start ▶ 19.30 uur
- Locatie ▶ Bolletjescafé de Klok
- Organisatie ▶ Bridgeclub Wikken en Wegen
- Scheidsrechters ▶ Geertje de Groot / Joost Goudsblom
- Contactpersoon ▶ Judith Mosch / Kiki Klaver
- Telefoon ▶ 06 57 76 13 86 / 06 21 64 70 74
- Aantal deelnemers: ▶ 6 deelnemers per team

De quiz zal bestaan uit 10 multiple-choice vragen per ronde, waarbij drie keuzemogelijkheden gegeven zullen worden. Deelnemers kunnen door middel van een score kastje hun gekozen antwoord intoetsen. Het eerste gegeven antwoord wordt genoteerd door de jury.

De avond zal worden opgedeeld in een zestal rondes per deelnemende categorie (heren, dames, gemengd). In totaal zullen er dan ook 18 rondes gespeeld worden.

Voor de eerste vijf rondes ontvangt men voor elk goed antwoord één punt. De laatste ronde geldt als de Superronde. In deze laatste Superronde ontvangt men twee punten voor elke goede vraag. Het team met de meeste punten is de winnaar.

De organisatie zal de volgorde van deelnemers hanteren zoals deze op het opgaveformulier staat vermeld. Dat wil dus zeggen dat de nummer 6 van het opgaveformulier de Superronde zal spelen.

Een jury zal toezien op een eerlijk en goed verloop van de quiz. De jury heeft de bevoegdheid om strafpunten te geven wanneer de gegeven instructies niet goed worden opgevolgd. Uitspraken van de jury zijn bindend.

Zoals bij de sportweek geldt, is het dragen van het sporttenu met rugnummer (vastgespeld op de borst) eveneens deze avond verplicht.

Om deelname zo eerlijk mogelijk te maken worden alle deelnemers gevraagd hun smartwatches en mobiele telefoons achter te laten bij hun teamleden. We gaan uit van een sportieve deelname van alle teams. Mocht er toch vals gespeeld worden, dan volgt er direct diskwalificatie van het desbetreffende team voor de quiz.

Aan het begin van de avond zullen nadere instructies worden gegeven aan alle deelnemers met een verdere uitleg over de avond. Het is dus zaak tijdig aanwezig te zijn.

## Ronde nummer

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Heren	X			X			X			X			X			X		
Dames		X			X			X			X			X				X
Gemengd			X			X			X			X			X			X

# UITSLAGENLIJST

## SPORTWEEK



## WARMENHUIZEN

### Dames teams

1	Winstallatie																			
2	Turbo (s)tappers																			
3	Maak me fet!																			
4	Coco's vloervegers																			
5	De Multi Meiden																			
6	FC SMA's																			
7	Meiden van Koks																			
8	Doorbraak in de maak																			

### Gemengde teams:

11	Stan's biefstuk brigade																			
12	De Wilde Grote Noormannen																			
13	Katerkracht																			
14	Kornuiten																			
15	Razend Znel																			
16	Goaldiggers																			
17	De Overtreffende Trap																			
18	FC de Buuren																			

### Heren teams:

21	Trekker Cracker																			
22	Young Boys																			
23	Karen's Jopen																			
24	De Chantelaars																			
25	Katerkampioenen																			
26	Slakkengang United																			
27	Sons of TH																			
28	Men After Midnight																			
29	De Huffers van KJ.																			
30	De Beesten																			
31	Hermanos																			
32	The allerleste Dance																			



# OPGAVEFORMULIER TRIATLON

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Activiteit	Naam	Startnummer
Fietser 1		
Fietser 2		
Loper 3		
Loper 4		
Supper 5		
Supper 6		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

De joker wordt ingezet op het volgende onderdeel .....

Reserve joker wordt ingezet op het volgende onderdeel .....

**Let op!** lees in algemene regels "Punten telling en gebruik van een Joker"

Uiterlijke inleverdatum: Donderdag 11 juni (Voor 21.00 uur)  
David van der Welle  
Wieder 25  
1749 KE Warmenhuizen

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam



# OPGAVEFORMULIER ZAALVOLLEYBAL

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Deelnemer	Naam	Startnummer
1		
2		
3		
4		
5		
6		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Zaterdag 13 juni (Voor 15.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"



# OPGAVEFORMULIER ATLETIEK

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Activiteit	Naam	Startnummer
1 kogelstoten		
2 kogelstoten		
3 Hoogspringen		
4 Hoogspringen		
5 verspringen		
6 Verspringen		
Estafette 800 m		
” 800 m		
” 400 m		
” 400 m		
” 200 m		
” 200 m		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Zondag 14 juni (Voor 15.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"

Hierlangs afknippen



# OPGAVEFORMULIER TENNIS

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Deelnemer	Naam	Startnummer
<b>Koppel 1</b>	1	
	2	
<b>Koppel 2</b>	3	
	4	
<b>Koppel 3</b>	5	
	6	
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Maandag 15 juni (Voor 20.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"



# OPGAVEFORMULIER OBSTACLE RUN

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Deelnemer	Naam	Startnummer
1		
2		
3		
4		
5		
6		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Dinsdag 16 juni (Voor 20.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"



# OPGAVEFORMULIER TREKKER TREK

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Deelnemer	Naam	Startnummer
1		
2		
3		
4		
5		
6		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Woensdag 17 juni (Voor 20.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"



# OPGAVEFORMULIER QUIZ

Team Nr.

Naam Team ▶ .....

Coach ▶ .....

Adres Coach ▶ .....

Telefoon coach ▶ .....

Bij gemengde teams één dame en één heer opgeven als reserve.

Deelnemer	Naam	Startnummer
1		
2		
3		
4		
5		
6		
Reserve Dame		
Reserve Heer		

Uiterlijke inleverdatum: Donderdag 18 juni (Voor 20.00 uur)

Aankruisen wat van toepassing is:  Gemengd team  
 Damesteam  
 Herenteam

**Let op!** lees in algemene regels "Puntentelling en gebruik van een Joker"



# EVALUATIEFORMULIER 2026

Team Nr. \_\_\_\_\_

Op dit formulier willen wij als organisatie graag van jullie (deelnemers, coaches en andere belangstellenden) weten wat jullie van de sportweek vinden. Graag willen wij horen wat er eventueel te verbeteren of te veranderen is. We staan open voor iedere kritiek of eventuele andere/nieuwe onderdelen.

Hierlangs afknippen

	Onderdeel				Organisatie			
	uitstekend	goed	matig	liever niet	uitstekend	goed	matig	niet zo goed
<b>Triatlon</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Zaalvolleybal</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Atletiek</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Tennis</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Obstacle Run</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Trekker Trek</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Quiz</b> opmerking.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Algemene op- of aanmerkingen:

.....

.....

.....

Dit formulier graag inleveren bij één van de leden van het bestuur of hoofdscheidsrechter  
 Het invullen van het evaluatieformulier is ook weer verplicht, **niet invullen betekent ook 1 punt aftrek**  
**inleveren voor het einde van de Quiz**





# AANTEKENINGEN

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

# AANTEKENINGEN

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

## Zullen wij ook een TEAM vormen?

Samen bouwen aan een website



### Hoe ziet onze samenwerking eruit?

- 1 Wij maken een offerte voor jou en jouw klant.
- 2 Jij levert het ontwerp en wij starten met bouwen.
- 3 Wij zorgen ervoor dat jouw klant een compleet eindproduct krijgt.

We helpen je graag verder met:

- ✓ E-mail
- ✓ Hosting
- ✓ Domeinregistratie
- ✓ Onderhoud
- ✓ Monitoring
- ✓ SEO webteksten
- ✓ Fotografie
- ✓ Pagina's vullen met content

Wij vullen jouw dienstverlening aan en zorgen dat jij in één klap toegang hebt tot alle know-how die je mist.

Zo regel je alles voor jouw klant onder één dak en kun jij je lekker bezig houden met ontwerpen.

#### Let's DO it together!

Wil je (GRATIS) partner van ons worden? Neem contact met ons op!

dodo.nl



Studiovivo

**DE JONGENS  
UIT SCHOORL**



# **Beach adventure Camperduin**

**De Jongens uit Schoorl  
Heereweg 411 • 1871 GL Schoorl  
072 509 2773  
[www.djus.nl](http://www.djus.nl) • [info@djus.nl](mailto:info@djus.nl)**