



NR 11 12 NOVEMBER 2020

## Onze keepers blijven fit

### KIJK MAAR EVEN HOE ZE DAT DOEN!

Ook in deze tijden fit blijven. Juist nu! We kunnen een voorbeeld nemen aan de keepers. Weten jullie dat keepers in hun pak de warming up doen? Ladder, push-ups, planken, rennen!

En om fit te blijven, hierbij wat core stability oefeningen.

<https://youtu.be/JZ2h7I1DDVk>



Familieclub  
met ambitie,  
**samen** sterk!

# Doneer voor KIKA, sponsor Alessandro!

## DRAAG JIJ ALI EN/OF KIKA EEN WARM HART TOE?

Alessandro Piccardo, bij velen van jullie welbekend vanwege zijn diverse activiteiten op Schaerweijde (fanatiek competitie-golfer, oud-speler Senioren, oud-trainer jeugd & trimhockey en voormalig medebeheerder Schaerweijde Facebook) gaat een nieuwe uitdaging aan.

Hij zal op zondag 20 juni 2021 beginnen aan de grootste sportieve uitdaging van zijn leven namelijk deelnemen aan de Ironman 70.3 in Luxemburg. Oftewel 1,9 km zwemmen, 90 km fietsen en 21.1 km (hard)lopen.

En dat doet Alessandro niet voor zichzelf maar voor Stichting Kika, de stichting die zich inzet om de genezingskans van zieke kinderen te vergroten.

Zijn streefbedrag is om 4.750 euro op te halen voor het goede doel. Hij heeft onze hulp hierbij hard nodig. Draag jij Ali en/of Kika een groot hart toe?

Zij zijn blij met iedere (kleine) bijdrage. Doneren kan via onderstaande link. Namens Alessandro hartelijk dank voor jullie support!

Heel veel succes, Alessandro! **You can do it!**

<https://www.kikaextreme.nl/alessandro-piccardo-ironman-703-luxemburg-2021?fbclid=IwAR14M8AL6kdA3I0yL2c2oO0XSJozQqGXJKlekI73jvTNe78PBGG52bAeAPE>



**Schaerweijde Weekly** geeft wekelijks een overzicht van enkele interessante wedstrijden, activiteiten en wetenswaardigheden van Schaerweijde. Iedereen kan input sturen naar [weekly@schaerweijde.nl](mailto:weekly@schaerweijde.nl). Bedankt!

# We missen jullie!

## SENIOREN!

Lege velden, lege kantine, lege busjes en weinig plezier; WE MISSEN JULLIE!

De jeugd heeft gelukkig nog wat mogelijkheden om te sporten op Schaerweijde. Hun Winterprogramma biedt sportief plezier.

Maar voor alle senioren vanaf 18 jaar geldt dat er alleen in groepjes van 4 op 1,5 meter afstand getraind mag worden. Dat is niet zoals hockey bedoeld is en we missen het échte hockey allemaal verschrikkelijk.



Wil je gaan trainen, stuur dan een mailtje naar [ingerborggreven@gmail.com](mailto:ingerborggreven@gmail.com)

Jullie zullen het ook missen. Misschien hebben sommige teams wel iets creatiefs bedacht om met elkaar in contact en/of om fit te blijven. Leuk als je dit wilt delen om andere teams te inspireren: een fotootje met 40 woorden is genoeg: [weekly@schaerweijde.nl](mailto:weekly@schaerweijde.nl). SAMEN STERK, SAMEN FIT!"

Als club werken we er hard aan om voor iedereen een passend aanbod aan sport en plezier te geven en dat gaan we ook voor alle senioren doen! Zodra dit weer mogelijk is zullen we er alles aan doen de verloren tijd weer in te halen.

We gaan er vanuit dat we in januari weer de wei in mogen en zullen de berichtgeving hieromtrent vanuit de Rijksoverheid en Hockey Bond volgen en jullie informeren wanneer er meer duidelijk wordt.

Hou dus nog even vol, blij fit en gezond!

Samen STERK



# Schaerweijde Winterprogramma

**LET OP: OOK ALS JE JE EERDER VOOR HET ZAALPROGRAMMA HEBT AFGEMELD IS AFMELDEN NODIG**

Dit Corona jaar is er geen zaalprogramma maar organiseren we met vele vrijwilligers een sportief Schaerweijde Winterprogramma.

Vanaf 28 november is er per lijn een divers programma met hockey, rugby, 7ns competitie, hardloopclinics en natuurlijk ook onderlinge wedstrijden.

Vlak voordat (hopelijk) de reguliere competitie wordt hervat is er voor iedereen een 'bootcamp'. Vanaf 30 november gaan de trainingen gewoon door (met een iets lagere frequentie dan tijdens reguliere competiemaanden).

We hanteren een kostendekkende contributie van 50 resp 60 euro. We gaan er vanuit dat iedereen enthousiast is om deze winter sportief bezig te blijven. Mocht het je om één of andere reden niet passen, dan kun je je tot en met 20 november afmelden via [officemanager@schaerweijde.nl](mailto:officemanager@schaerweijde.nl)

Zie het hele bericht en details van het programma hier

<https://schaerweijde.nl/site/default.asp?Option=51&NewsID=2925>



Familieclub  
met ambitie,  
**samen** sterk!

# Even voorstellen...

## PROUD TO BE A PAKI

What do we actually know about Pakistan? Far bigger than the Netherlands, in many ways. More surface, more inhabitants, more cultures. A country with the Islam as the most important religion, between Afghanistan and Iran in the West and India in the East. Two sons of Pakistan are playing in 'The Pit'.

Two players with a lot of routine and technical skills, Schaerweijde can benefit from. So, it's about time to introduce them to the Schaerweijde population. Is it an ordeal to play here, in a country of fog, manure and everlasting rain. Among cheese heads and a potato cuisine? From what region are they coming? And what are their nicknames? We give the floor to Muhammad and Rashid!



Familieclub  
met ambitie,  
**samen** sterk!

1. Former club?
2. Position in the team?
3. Role model in hockey?
4. Person I learned the most of?
5. From what region in Pakistan?

6. Proud to be a Paki because...?
7. Music I listen to before the match?
8. Nice to be in the Netherlands because...?
9. Nickname in the team?



**MUHAMMAD RIZWAN**

1. I started playing my career from Muhammad Ali Club Pirmahal in Pakistan and my former club in the Netherlands Orange Black
2. I'm playing as a left midfielder
3. In hockey Shahbaz senior is my role model
4. I learned most from my father
5. I am from Pirmahal city and Punjab province
6. I feel proud to be Pakistani because people are really hard working, so much talented doing great achievements with limited resources
7. Before a match I'm not listening to music
8. I like tourism in Holland. So many places to visit. People are direct and bold. In the end of course beautiful hockey country
9. Some teammates called me Jutt but mostly called me Rizwan



**RASHID MEHMOOD**

1. I have started playing my career from Tiger Hockey Club Bahawalpur in Pakistan
2. I play in half line as a left defender
3. Waseem Ahmed is my role model in hockey
4. My father is the person I learned the most from
5. I am from Bahawalpur City and Punjab province
6. There are so many things to be proud Pakistani. Here I mention as a hockey player that Pakistan has won 4 Hockey World Cups  
That makes me proud of my country
7. Sure music before a match always helps me to bring the right focus for a game
8. Specially it's a great hockey country with great hockey records
9. I have no nickname teammates called me with first name Rashid

# ‘Van de velden’

## DEZE WEEK MD5

- 1) Wat is het doel van de wedstrijd (plezier, sportiviteit, resultaat)?
- 2) Hoe is erop getraind?
- 3) Wat is de tactiek?
- 4) Wat viel er mee / tegen?
- 5) Wat was het resultaat (plezier, sportiviteit, uitslag)?
- 6) Wat is er geleerd?
- 7) Wie krijgt een compliment?



## MD5 - MD3: 0-1 | MD5 - MD1: 0-0

- 1) Ons doel is om ons spel te verbeteren t.o.v. vorige wedstrijd
- 2) We hebben voor deze wedstrijd getraind op het verdedigen
- 3) Met positiviteit en plezier de wedstrijd over de streep te trekken
- 4) We hebben hard gewerkt wat resulteerde in een goede uitslag
- 5) Helaas 0-1 verloren en 0-0 gelijk gespeeld
- 6) Dat als we positief blijven dat het erg goed gaat
- 7) De keeper die bijna alle ballen er uit heeft gehaald

# Online training voor ouders

## HOE BEGELEID JE JOUW PUBER BIJ SCHOOLWERK

Ook weten hoe je jouw puber kunt begrijpen en begeleiden bij zijn schoolwerk? Ontvang als lid van Schaerweijde 10% korting op de online training voor ouders van Maltha studietoelichting door gebruik te maken van de code SCHAERWEIJDE2020. Deze code is ook te gebruiken door een vriend(in)/ kennis!  
<https://www.malthastudietoelichting.nl/online-diensten/webshop/producten-ouders/>



BIJ AANKOOP VAN EEN VELDHOCKEYSTICK

SPORTSPECIALIST  
**SUNNYCAMP**

DEZE ACTIE IS GELDIG T/M 31 DECEMBER 2020 - ZOLANG DE VOORRAAD STREKT - NIET GELDIG I.C.M. REED5 AFGEPRIJDE ARTIKELLEN

# Even voorstellen...

## LUSTRUM!



Familieclub  
met ambitie,  
**samen** sterk!

Alweer vijf jaar bij Schaerweijde Dames 1! Dat kunnen er niet zoveel zeggen. Alleen Élise, de captain draait langer mee en heeft dan ook de bijnaam Mama El. Wat doet het met je: vijf jaar 'Kuil'? Al een beetje vergroeid met rood-zwart? Wat is dat eigenlijk: het clubgevoel? Of is dat toch meer 'Das rote Pferd', een teamgevoel? We vragen het aan Rixt van de Wal en Frederieke Vis, die dit seizoen samen het lustrum vieren.

Raxt, Raxtanovic en Fred, Vice-Captain Fred, Freddie brandt maar los!

1. Vorige club?
2. Positie in het team?
3. Voorbeeld in hockey?
4. Meest geleerd van?
5. Wat is nou typisch Schaerweijde?

6. Mooiste wedstrijdherinnering bij Schaerweijde?
7. Voor de wedstrijd luister ik naar?
8. Ik denk toch wel eens dat ik oud word als ik.....?
9. Bijnaam in het team?



**RIXT VAN DE WAL**

1. HC Zwolle, ook een van de wijzen uit het verre oosten! : )
2. Centraal achterin
3. Teun de Nooijer
4. Paps en mams
5. De gezellige Super Sundays voor het Corona tijdperk en de TOP-avond natuurlijk!
6. Promotie terug naar de overgangsklasse in 2018 en het behalen van het NK-zaal met MC1 afgelopen jaar
7. Nederlandstalige 'hits' (Kinderen voor Kinderen, beste zangers) van DJ Fred in de auto!
8. Als mijn teamgenoten tijdens de inloop weer beginnen over hun proefwerkweek, en ik maandag na een zware pot mijn bed niet uit kan komen
9. Raxt, Raxtanovic



**FREDERIEKE VIS**

1. MHC Leusden
2. Middenveld
3. Élise Schellekens en Ellen Hoog
4. Papa en mama
5. Typisch Schaerweijde zijn twee dingen; De Super Sundays in de Kuil met daarna ons eigen TD! En natuurlijk de TOP-avond waar wij iedereen altijd nog iets beter leren kennen en wat altijd de start is voor memorabele teamtrips naar het zuiden!
6. Oeh, lastig. Dat zijn er een heleboel! Maar ik kies dan voor toch onze promotiewedstrijden in het jaar dat we promoveerden
7. Nederlandstalige tophits zoals de Pasapas en natuurlijk mogen Das Rote Pferd en POSITIE niet ontbreken
8. Ik ben gelukkig nog geen oma zoals Danique en Élise maar ik heb wel het gevoel dat ik al lang in het team zit als Rixt de vedette is en Aniek zichzelf de pilaar van het team noemt
9. Fred, Vice-Captain Fred, Freddie