

Informatieboekje VIOS



Beste ouders en korfballers,

Voor jullie ligt het informatieboekje van VIOS. Dit boekje is bedoeld voor spelers en ouders maar ook om trainers en bestuur van VIOS een houvast te geven gedurende het seizoen.

In dit boekje vind je informatie over onder andere de training, de wedstrijden en regels. En nog enkele praktische weetjes waar je rekening mee kan houden. Kijk ook op www.vios-ottersum.nl

VIOS

VIOS staat voor Vooruit Is Ons Streven. De korfbalvereniging is opgericht in 1938 en heeft inmiddels 145 leden, zowel jeugd als senioren.

VIOS is een sportieve, prestatieve maar ook gezellige vereniging die als doel heeft om leden van Ottersum en omgeving korfbal te laten spelen, waarbij men zich op diverse niveaus kan ontplooiën, zowel prestatief als recreatief.

Het korfbalveld en het clubhuis zijn sinds 1992 gelegen aan de Goorseweg te Ottersum. Het kunstgrasveld is in 2015 aangelegd.

Sinds juli 2022 werken VIOS en Spes Milsbeek sportief samen. De leden van beide clubs korfballen samen in VIOS/Spes combinatieteams en trainen en spelen in Ottersum en Milsbeek. Lees [hier](#) meer over de samenwerking.

Korfbal

Afhankelijk van de leeftijd wordt gespeeld met vier tegen vier spelers of acht tegen acht.

De F- en E-jeugd spelen in één vak met vier tegen vier. Bij drie doelpunten verschil mag door de partij met de minste punten een superspeler ingezet worden. Dit betekent dat er dan met vijf tegen vier gespeeld wordt totdat het verschil weer teruggebracht is naar twee doelpunten.

Vanaf de D wordt er acht tegen acht gespeeld en wordt er in twee vakken gekorfbald. In het ene vak staat de aanval en in het andere vak de verdediging.

- Korfbal is een behendigheidssport en geen krachtsport.
- Korfbal wordt vanaf de D jeugd gespeeld in 2 vakken; in elk vak staan 4 spelers van je team (4 aanvallers en 4 verdedigers)
- Verdedigd doelen is niet toegestaan; verdedigen is de hand echt boven de bal
- Lopen met de bal is niet toegestaan;
- Vrij lopen, samenspel zijn zeer belangrijk om tot scoren te komen.
- Alle spelregels zijn te vinden op www.knkv.nl
- Geen fysiek contact
- Doelen na snijden is niet toegestaan

Alle spelregels zijn te vinden op www.knkv.nl.

1. Training en wedstrijden

Korfbal is een binnen- en buitensport. Dit betekent dat wij in het voor- en najaar een veldcompetitie spelen en in de wintermaanden een zaalcompetitie. Vóór aanvang van ieder seizoen wordt een rooster opgesteld met trainingdagen, -tijden en –locaties. Houd er rekening mee dat de trainingdagen van het binnen en buiten seizoen verschillend kunnen zijn.

Afhankelijk van het jeugdteam wordt 1 of 2 x per week getraind. De trainingstijden vind je voor elk team aan het begin van de competitie op de website www.vios-ottersum.nl. Ook de teamindeling en de trainers worden op de website gepubliceerd.

De jeugdwedstrijden worden gespeeld op zaterdag. Over het algemeen worden de jeugdwedstrijden van de E&F in de ochtend gespeeld, oudere jeugd volgt daarna. Senioren spelen op zondag of op woensdag (Midweek). Het competitieschema vanaf de F-jeugd vind je op www.korfbal.nl (zoek op VIOS). Of download de app KNKV Sportlink en meld je aan met het emailadres dat bij VIOS bekend is.

Voor ieder team zal de teamouder een schema opstellen waarbij (bij de jeugd door de ouders) om beurten gereden wordt. Als het team minderjarige trainsters heeft, worden de ouders ook ingedeeld om aanwezig te zijn bij de trainingen voor toezicht en uit voorzorg bij eventuele calamiteiten.

Veldcompetitie

Periode: Augustus t/m Oktober en Maart t/m Mei

Tijdens de veldcompetitie wordt er buiten getraind op het kunstgrasveld in Ottersum of in Milsbeek. Ook de thuiswedstrijden vinden op het kunstgrasveld in Ottersum of Milsbeek plaats. De “uit” wedstrijden vinden plaats op het korfbalveld van de tegenstanders.

Zaalcompetitie

Periode: November t/m Februari

Tijdens het binnenseizoen wordt er door VIOS in sporthal Pica Mare in Gennep getraind en de wedstrijden gespeeld. Soms trainen F-teams ook in de gymzaal op de Brink in Ottersum of in Milsbeek.

2. Jeugd:

De jeugdteams worden elk seizoen opnieuw ingedeeld. Dit gebeurt door de JTC (Jeugd Technische Commissie). Deze indeling wordt gemaakt op volgens de [uitgangspunten](#) voor het technisch beleid. Zo wordt er o.a. gekeken naar leeftijd, sociale aspecten en individuele capaciteiten.

Leeftijdscategorieën:

Kangoeroe Klup: spelvormen voor kinderen van 4 jaar & 5 jaar

F: 5,1 t/m 7 jaar (max. 8 jaar).

E: 7,1 t/m 9 jaar (max. 10 jaar).

D: 9,1 t/m 11 jaar (max. 12 jaar).

C: 11,1 t/m 13 jaar (max. 14 jaar).

B: 13,1 t/m 15 jaar (max. 16 jaar).

A: 15 t/m 18 jaar.

3. Kleding & schoenen

VIOS/Spes-leden spelen tijdens de wedstrijden in een zwart shirt, zwart rokje/broekje en zwarte sportsokken. De wedstrijdshirts worden geleverd door de club. Ieder team heeft een tas met een complete set shirts. Het team regelt onderling wie de shirtjes wast middels een roulatieschema.

De zwarte rokjes/broekjes en zwarte sokken dienen zelf aangeschaft te worden. Waar je deze koopt en welk merk is voor een ieder zelf te kiezen.

De sponsorcommissie heeft met de Sport 2000 Van Neerven in Boxmeer en kledingleverancier Jako afspraken gemaakt over het bestellen en leveren van VIOS-kleding, zoals rokjes, inspeelshirts, trainingspakjes, jassen, tassen of sweaters. Bestel je bij Van Neerven en geef je aan dat je van VIOS bent, dan krijg je 10% korting. Via <https://vios-ottersum.clubwereld.nl/> zie je welke producten Jako aanbiedt en kun je deze bestellen.

Op het kunstgrasveld raden we je aan om te spelen op kunstgrasschoenen of noppenschoenen. Je hebt dan veel betere grip dan met gewone gymschoenen. Op gras hebben noppenschoenen de meeste grip. In de zaal wordt gespeeld met zaalschoenen. Deze mogen niet buiten gedragen worden. Houd er rekening mee dat het in veel sporthallen verboden is om met zwarte zolen te spelen. Sportschoenen dien je zelf aan te schaffen.

4. Activiteiten

Naast sportiviteit speelt gezelligheid ook een belangrijke rol binnen onze vereniging! We vinden het belangrijk dat onze jeugdleden naast de wekelijkse trainingen en wedstrijden ook aan een aantal gezellige activiteiten kunnen deelnemen. Periodiek worden daarom leuke activiteiten georganiseerd speciaal voor de jeugd zoals:

- Een jeugdkamp voor D-E-F
- Een feestelijke kick-off tijdens de start van het seizoen
- Een sinterklaas activiteit
- Klaverblad dorpskorfbal toernooi (vriendjes en vriendinnetjes kunnen dan ook meedoen)
- Teamactiviteiten

5. Inzet van Vrijwilligers

VIOS hecht veel waarde aan de kwaliteit van trainers en coaches. Dit vergt voor hen veel inzet waarbij zij minimaal wekelijks, maar vaak zelfs meerdere dagen per week bezig zijn met de ontwikkeling van onze spelers en de coaching tijdens de wedstrijden. Juist om deze vrijwilligers hiervoor in te kunnen zetten, is het van groot belang dat andere mensen de 'niet-technische' taken binnen onze vereniging op zich nemen.

VIOS vertrouwt daarom op een grote betrokkenheid van de ouders. Er zijn verschillende taken die per team al aan de ouders worden toegewezen. Denk hierbij aan rijden bij uitwedstrijden en shirtjes wassen. Ook worden ouders ingedeeld voor kantinediensten en/of schoonmaak, tenzij ze al een andere functie binnen de vereniging vervullen. Want er zijn bij onze vereniging ook veel andere functies en taken die ingevuld moeten worden. Juist bij een vereniging die groeit en zich ontwikkelt is het van groot belang om in diverse functies de continuïteit van de vereniging te waarborgen.

Taken/functies waarvoor we continu enthousiaste ouders zoeken zijn bijvoorbeeld :

Functie	Tijd per maand
1. Voorzitter (lid van bestuur)	4 uur
2. Communicatie - lid van PR & Sponsorcommissie Website, Facebook, persberichten	2 uur
3. Externe contacten (i.s.m. voorzitter) Gemeente, sportverenigingen, politieke partijen	2 uur
Technische Commissie - coördinator senioren Indelen senioren teams, contact trainers/spelers, TC vergaderingen. Korfbalkennis nodig.	3 uur per maand (piek rond december en april)
Technische Commissie - coördinator A en B Indelen teams, contact trainers/spelers, TC vergadering. Korfbalkennis nodig.	3 uur per maand (piek rond april)
Technische Commissie – lid opleidingen Organiseren van korfbaltrainer en scheidsrechter cursussen via KNKV. GEEN korfbalkennis nodig.	Ca. 6 uur per jaar
Ledenwerving – voorzitter en lid (2 open functies) Organiseren schoolkorfbal training en toernooi, organiseren open/kangoeroe instuif trainingen. GEEN korfbalkennis nodig.	3x per jaar – ca. 6uur per evenement
Kantinecommissie – lid herinrichting kantine Plan voor herinrichting van kantine – gaat niet om indelen kantine diensten of inkoop. GEEN korfbalkennis nodig.	Ca. 10 uur in totaal
Actie commissie – lid (2 open functies) Organiseren/coördineren van acties zoals grote clubactie, bloemenactie, speculaasactie. GEEN korfbalkennis nodig.	2x per jaar – ca. 3uur per evenement

Op de website van VIOS staan onder het kopje VIOS / [Vrijwilligers gezocht](#) alle nog openstaande vacatures.

Teamouder

Daarnaast is er ook bij elk team behoefte aan een ‘teamleider’ die de trainers/coaches ondersteunt door allerlei zaken rondom het team te organiseren. Denk hierbij aan rijschema’s maken, wedstrijdverslagen schrijven, communicatie met de ouders etc. etc.

Ouders, die nog geen andere taken vervullen binnen de vereniging, worden jaarlijks ingedeeld voor een aantal kantine- en/of schoonmaakdiensten en zaalwachten.

Acties: Grote Clubactie, Bloemenactie, Speculaasactie

Van alle leden (of hun ouders) wordt verwacht dat ze deelnemen aan acties om extra financiële middelen te realiseren. Hiermee kunnen we de contributie laag houden. Ieder lid is verplicht om minimaal 3 loten van de Grote Clubactie te (ver)kopen. De vrijdag voor de Ottersumse kermis worden leden vanaf de C-leeftijd ingedeeld om bloemen te verkopen. De zaterdag van de landelijke intocht van Sinterklaas worden door de leden vanaf C-leeftijd speculaaspoppen verkocht. Het kan zijn dat ouders gevraagd wordt om te helpen door bijvoorbeeld te rijden.

5. Lid worden?

Interesse in de korfbalsport? Wij bieden je de mogelijkheid om 3x gratis mee te trainen. Meld je in dat geval aan via leden@vios-ottersum.nl o.v.v. naam, leeftijd en wanneer je graag mee wilt trainen. Meer

informatie vind je op vios-ottersum.nl onder 'lid worden'.

Nieuwe leden kunnen zich aanmelden bij de ledenadministratie door het invullen van de formulieren op die op www.vios-ottersum.nl staan onder 'lid worden'. Daar staan een inschrijfformulier, een machtigingsformulier (voor contributie) en toestemmingsverklaring AVG. Deze formulieren graag invullen en mailen naar info@vios-ottersum.nl.

De contributie

De contributie wordt voor ieder seizoen vastgesteld in de jaarvergadering en is te vinden op de website www.vios-ottersum.nl. De contributie wordt via automatische incasso in 2 termijnen geïncasseerd. De eerste termijn is in september en de tweede termijn in januari. Een korbalseizoen en daarmee ook het lidmaatschap van VIOS loopt van 1 juli tot en met 30 juni. Als je na 1 juli opzegt ben je verplicht voor het hele seizoen contributie te betalen i.v.m. het lidmaatschap van het KNKV.

Vragen over de contributie? Mail de penningmeester via administratie@vios-ottersum.nl.

Naast betaling van de contributie worden is voor (ouders van) korfballende leden ook een jaarlijkse bijdrage in de vorm van kantine diensten en zaalwachten of andere vrijwilligerstaken verplicht.

6. Enkele regels / aandachtspunten:

- Tijdens schoolvakanties wordt in principe niet getraind, tenzij met de trainers anders wordt afgesproken.
- Aangezien korfbal een teamsport is, wordt er in principe vanuit gegaan dat iemand minimaal tot het einde van het betreffende korbalseizoen deel blijft nemen. Afmeldingen (voor zowel deelname aan het seizoen als voor de wedstrijden) raken een heel team.
- Tijdens de trainingen probeer je zoveel mogelijk aanwezig te zijn. Wanneer het niet lukt om te komen of wanneer je later bent laat je dit vooraf aan je train(st)er weten zodat hier rekening mee gehouden kan worden.
- Neem je eigen drinkbeker mee bij de wedstrijd / training (soms is er een bidonkrat per team).
- Tijdens de training dien je een kwartier voor aanvang aanwezig te zijn, zodat samen opgebouwd kan worden en er op tijd met de training gestart kan worden.
- Na afloop van de training ruim je weer met je hele team alle materialen op, tenzij er een team na komt dat dezelfde materialen nodig heeft.
- Zorg ervoor dat je voorafgaand aan de training naar het toilet gaat zodat niet iedereen tijdens de training hoeft te gaan.
- Wanneer een speler / speelster zich niet aan de regels houdt, zal hij/zij hier door de train(st)er op aangesproken worden. Wanneer zich dit blijft voordoen zal er een gesprek met de ouders / verzorgers plaatsvinden. Indien nodig zal het bestuur erbij worden betrokken.
- Heb je als speler / speelster een probleem met iemand uit je team, meld dit dan meteen aan je train(st)er zodat gezamenlijk naar een oplossing gezocht kan worden en het snel weer gezellig wordt binnen het team.
- Neem geen waardevolle spullen mee naar trainingen en/of wedstrijden. VIOS is niet verantwoordelijk / aansprakelijk voor verlies en/of diefstal van (waardevolle) spullen.
- VIOS verwacht respectvol gedrag naar speelsters, scheidsrechters, coaches en publiek. Dit geldt voor zowel de VIOS-leden als de ouders.
- Er zijn vertrouwenspersonen binnen de vereniging beschikbaar, informeer bij bestuur of JTC.

Waarom we bij VIOS douchen na de training en wedstrijd.

Het lijkt misschien gemakkelijk en beter om je/jullie kind meteen na een training of wedstrijd naar huis te laten fietsen om daar te douchen of om je kind direct in de auto mee naar huis te nemen.

Toch is het beter voor je dochter of zoon, wanneer zij/hij meteen doucht na het sporten.

Hiervoor zijn meerdere goede redenen:

- Het is niet gezond voor een kind om bezweet op een fiets te stappen en sterk af te koelen. Zeker in de koudere maanden verhoogt dit de kans op griep en verkoudheid.
- Ook is het belangrijk om te weten dat juist het oude zweet zorgt voor mogelijke infecties en dat het bovendien stinkt.
- Het is beter voor je spieren als je na het sporten gaat douchen. Met een warme douche voorkom je, dat je spieren te snel afkoelen en dat daardoor, de doorbloeding ervan minder wordt. Die doorbloeding is erg belangrijk, omdat het ervoor zorgt dat de afval producten in het lichaam snel worden weggevoerd uit de spieren. Bovendien kun je hiermee blessures voorkomen.
- Na het sporten is je lichaam warm geworden. Deze warmte moet je weer kwijt. Dit gebeurt vooral via de huid (transpireren). Als je een warme douche neemt, blijven de haarvaten in de huid langer open staan voor vocht afvoer. Een goed functionerende huid is belangrijk voor de sporter, omdat de huid een belangrijke plaats inneemt in het warmte regulatie mechanisme. Een slechte warmte regulatie is nadelig voor de prestatie.
- Het is fijn voor de andere mensen die in de auto zitten, als er teruggereiden wordt van een training of (uit)wedstrijd.
- Jongens kunnen douchen in de scheidsrechtterruimte.

En ook:

- Een team ontstaat niet alleen op het trainingsveld maar juist ook in de kleedkamer. Plezier onder elkaar geeft samenhang, dat zorgt voor een bepaalde teamspirit wat vaak voor prima resultaten zorgt.

Slot

Tot zover de informatie over het korfbal bij VIOS. Overig nieuws, berichtjes, vragen en dergelijke worden gedurende het seizoen per mail verstuurd. Ook op de website en Facebookpagina van VIOS komt gedurende het jaar veel informatie zoals uitslagen van wedstrijden, foto's, leuke weetjes te staan. Houd deze dus in de gaten.

Het bestuur wenst alle VIOS-leden een leuk en sportief seizoen toe!