



Welkom bij ZAP handbal

Informatie voor nieuwe leden



ZAP handbal
Ceresplein 1
1764HD Breezand
E-mail: zap@handbal.nl
0223-521962

Welkom bij ZAP!

U hebt er voor gekozen om uw dochter of zoon bij sportvereniging ZAP te laten handballen. De jeugdtrainers, coördinatoren en vrijwilligers van ZAP doen hun best om het uw kind zo goed mogelijk naar de zin te maken. Als u al kinderen bij ons op de handbal heeft dan is alles al gewoon voor u. Maar mocht dit uw eerste kennismaking zijn dan brengen wij u graag op de hoogte van een aantal dingen.

ZAP, waar staat dat voor?

De letters ZAP zijn een afkorting voor de naam: Zwaluwen Anna Paulowna. ZAP is een Sportfederatie, waarin ondergebracht zijn: handbal, voetbal en tennis. Het sportcomplex is gelegen aan het Ceresplein in Breezand. Grote trots is de eigen sporthal 'De Zwaluwluchthal'. In de wintermaanden trainen alle handbalteams in deze ruimte.

Het eerste team en hogere jeugdteams van ZAP handbal spelen in de hogere divisies/klassen. Veel selectiepeelsters zijn als jonge jeugdspeler begonnen bij ZAP. De kwaliteit van de jeugdopleiding is daaruit af te leiden.

Website www.zap-handbal.nl

Op de website van ZAP handbal, www.zap-handbal.nl, wordt u naast informatie over de wedstrijden, aanvangstijden en uitslagen ook op de hoogte gehouden van het wel en wee van sportvereniging ZAP.

Handbal heeft een veld- en een zaalcompetitie

In de periode van begin september en gespeeld. Van half oktober tot plaats in de in de zaal. Vanaf half weer buiten. Alle seizoen het Nederlands Handbalverbond:



HandbalNL

tot half oktober wordt er buiten getraind half maart vindt het spelen en trainen maart t/m eind mei spelen en trainen we wedstrijden staan vermeld op de site van www.handbal.nl.

Trainingen

ZAP handbal beschikt over een groep enthousiaste, gediplomeerde trainers. Zij worden bijgestaan door enthousiaste assistenttrainers.

Bij de breedtesport (het tweede, derde team) wordt er twee maal per week een uur getraind, bij de selectieteams is dat ongeveer driemaal anderhalf uur. Iedereen wordt een kwartier voor aanvang op het veld of in de zaal verwacht.

De trainingen starten in de regel als de basisscholen, na de zomervakantie, weer beginnen.

Kleding e.d.

Het dragen van voldoende sportkleding is belangrijk bij aanvang van de training. Het liefst in laagjes zodat er gemakkelijk iets uitgetrokken kan worden. Sieraden moeten af. Oorbellen kunnen bij de jongste jeugd eventueel afgeplakt worden.

Het dragen van knielappen wordt voor de F-, E- en D-jeugd zeer aangeraden, evenals het dragen van een paardenstaart in het haar.

Verhindering bij een training

Voor de training kan er afbericht gedaan worden bij de train(st)er. De contactpersonen en telefoonnummers kunt u lezen op de website.

Douchen

Voor de F-, de E- en D-jeugd geldt dat douchen na de training niet verplicht is.

Wedstrijden

Bij thuiswedstrijden van de F- en E-jeugd geldt een half uur voor de wedstrijd aanwezig zijn. De coaches van

de overige jeugd zullen u informeren over de aanvangstijd.

Bij uitwedstrijden kunt u op de website lezen hoe laat er wordt vertrokken en wie er als ouder aan de beurt is om te rijden. Het vertrekpunt is bij het ZAP-complex op het Ceresplein.

Coaches/teambegeleiders

Alle jeugdteams hebben bij voorkeur 2 coaches of teambegeleiders. Bij de jeugdteams zijn het meestal 2 van de ouders die de rol van coach op zich nemen.

Douchen

Na de wedstrijd is het gebruikelijk dat er wordt gedoucht. Vanwege de kans op wratten/voetschimmels, e.d. adviseren wij badslippers te dragen in de douche- en kleedruimtes.

Verhinderung bij de wedstrijd

Het is verplicht om, in geval van verhindering wegens b.v. ziekte of vakantie, voor een wedstrijd afbericht te doen.

Afmelden kan telefonisch bij de betreffende jeugdcoördinator (F- t/m D-jeugd).

Vanaf de C-jeugd geldt dat afbericht gedaan moet worden bij de coach en naar zapafberichten@mail.com. Zorg ervoor dat er tijdig, bij voorkeur op

donderdagavond, afbericht wordt gedaan zodat er voldoende gelegenheid is om voor vervanging te zorgen. Vakanties etc. moeten uiteraard eerder doorgegeven worden.



Chauffeurs

Bij uitwedstrijden is de regel dat de ouders om beurten rijden. U kunt op de website lezen wanneer u aan de beurt bent en wat de vertrektijd is. Bij verhindering dient u zelf voor een vervanger te zorgen.

Vertrekpunt is het Ceresplein.

Het is niet wenselijk om familieleden en/of vriendinnetjes mee te nemen, aangezien het aantal chauffeurs wordt ingedeeld op basis van teamgrootte. Tevens gaan wij er van uit dat alle chauffeurs een inzittendenverzekering hebben.

Let op: kinderen uit de F-, E- en D-jeugd worden na een uitwedstrijd thuis gebracht door de chauffeurs.

Verzorgingsteam ZAP handbal

Onze vereniging beschikt over een zeer deskundig team om onze speelsters goed te begeleiden en te verzorgen. Het team bestaat uit Robin de Jong, Yannicke Dekker, Marieke van der Heide en Martine Dekker.

Het team is niet alleen beschikbaar voor de begeleiding en verzorging van Dames 1, maar ook voor onze jeugdspeelsters. Als je klachten hebt, kun je een afspraak maken met één van hen. Graag ruim van tevoren bellen of een berichtje via sms/whatsapp. Ook bij beginnende klachten is het belangrijk om een afspraak te maken. Zij kunnen je ook adviseren ten aanzien van een mogelijke vervolgbehandeling (bijv. fysiotherapie).

Robin de Jong: 06-22227576, Marieke van der Heide: 06-18953685, Yannicke Dekker: 06-57680674

Op maandag is Yannicke aanwezig. Op dinsdag Marieke en op donderdag Robin. Op de dag van behandeling willen de fysio's voor 12.00 uur weten of een speelster behandeld moet worden. Daarna geven zij s' middags een planning.

Elke speelster tot en met de B-jeugd krijgen i.v.m. de AVG wet een schriftje met daarin de bevindingen van de fysio. Dit schriftje moet bij elke behandeling meegenomen worden en kan ook aan een trainer getoond worden, zodat herstel zo spoedig mogelijk verloopt.

Robin, Marieke en Yannicke kunnen speelsters doorverwijzen naar gespecialiseerde fysio's. ZAP gaat daar afspraken meemaken zodat een speelster niet te lang op verdere behandeling hoeft te wachten. Dit is niet bindend, alleen adviserend.

Als een jeugdspeelster wordt behandeld wordt dit teruggekoppeld naar de trainer, evt. middels een

notitieboekje waarin wordt vermeld wat de speelster wel/niet mee kan doen tijdens een training.

Contributie

Voor nieuwe jeugdleden (C, D, E of F jeugd) bestaat er de mogelijkheid om 2 maanden gratis lid te worden, dit wordt met de contributie verrekend. De contributie wordt in principe per automatische incasso voldaan. Voor vragen hierover kunt u terecht bij de penningmeester. De jaarlijkse contributie wordt vastgesteld in de ledenvergadering van oktober.

Aanmeldingsformulier

Uw kind mag een aantal keren meetrainen om te kijken of hij/zij handbal echt leuk vindt. Als hij/zij daarna lid wil worden, moet u het aanmeldingsformulier invullen. Het formulier kunt u downloaden vanaf de website www.zap-handbal.nl.

Vrijwilligers

Via het aanmeldingsformulier wordt u gevraagd om een vrijwillige taak op u te nemen. Zoals bij iedere vereniging zijn er bij ZAP een groot aantal vrijwilligers die er voor zorgen dat de jeugd lekker kan handballen. Coaches, scheidsrechters, bestuurders etc. Kortom vrijwilligers zijn onmisbaar.

De vrijwillige taken waar u zich voor op kunt geven zijn de zaal op- en afbouw, gastheer/-vrouw en de schoonmaak. We danken u hartelijk voor uw inzet!

**WAAROM
MOEILIK DOEN
ALS
HET SAMEN KAN**



Bal

Handballen voor de F-jeugd zijn in het bezit van ZAP. Vanaf het moment dat uw in de E-jeugd gaat spelen, dan wordt verwacht dat de kinderen een eigen bal meenemen naar de training. De F-jeugd speelt met een zachte bal, maat 0, de E-jeugd speelt met een harde bal, maat 0 en de D-jeugd met een harde bal, maat 1.

De kleding

Het tenue van ZAP is u wellicht bekend: zwarte broek, wit shirt en rode sokken. Alle jeugdteams hebben shirtsponsors. Het shirt hoeft u dus niet zelf aan te schaffen. Wel willen wij u vragen een broekje en sokken te kopen. Bij voorkeur vanuit de kledinglijn van ZAP. De kledinglijn en contactgegevens zijn te bekijken op de website www.zap-handbal.nl onder het kopje 'vereniging'.

Om het zoekraken van de kleding te voorkomen vragen wij u deze te voorzien van naam en/of adres. Dit voorkomt een hoop narigheid! Achter gebleven kleding is terug te vinden in de kast 'gevonden voorwerpen' in de gang tegenover kleedkamer 4.

Andere handbalactiviteiten

Gedurende het seizoen worden er door ZAP handbal een aantal activiteiten georganiseerd:

- 4 tegen 4 toernooi: tijdens een schoolvakantie t/m de E-jeugd in de ZAP-hal.
- Vermaire handbaltoernooi: dit buitentoernooi vindt altijd een week voor de start van de competitie plaats (eind augustus) en is voor alle leden van ZAP.
- Sinterklaasfeest; meestal eind november. Dit is voor onze jongere leden, en wordt gehouden in de ZAP-hal.
- Eindejaarstoernooi: in de kerstvakantie, voor de F- t/m de A-jeugd van ZAP en de handbalverenigingen uit de regio.
- Pyjamahandbal: dit wordt meestal gehouden op de zaterdagmorgen voor Pinksteren. Dit wordt georganiseerd door de jeugdraad van ZAP handbal.

- **Handbalkamp:** een vier dagen (en 3 nachten) durend kamp op het ZAP-complex tijdens de zomervakantie. Dit kan/mag uw kind niet missen! Voor leden t/m 14 jaar.
- **Kabouterhandbal:** voor kinderen in de leeftijd van 5, 6 en 7 jaar, die nog geen lid zijn van ZAP, wordt er zo'n 6 keer per jaar op de zaterdagmiddag 'kabouterhandbal' georganiseerd om kinderen, geheel vrijblijvend, op een speelse manier kennis te laten maken met handbal. Ouders, opa's en oma's zijn ook welkom om deze middag bij te wonen.

Toeschouwers

De ervaring heeft geleerd dat kinderen erg in hun sas zijn als ze hun vader of moeder als supporter langs de lijn zien staan. Sommige kinderen krijgen er vleugels door. Houdt u bij het aanmoedigen wel rekening met het sportieve karakter van de wedstrijden. Ook vragen wij respect voor onze vrijwillige scheidsrechters. Graag ontmoeten wij u langs de lijn!

Verenigingsactiviteiten

Lid zijn van een vereniging brengt naast een heel aantal leuke dingen, ook verplichtingen met zich mee. Maar deze 'plichten' kunnen, als we het met z'n allen doen, ook heel erg leuk zijn.

De grote club actie:

Dit is een jaarlijks terugkerende actie. Hier doen wij aan mee omdat het een extra centje in de clubkas brengt. Hier moeten wij natuurlijk wel wat voor doen. De leden van de F-jeugd (F1), E-jeugd, D-jeugd, C-jeugd, en de jongste B-jeugd, gaan op een zaterdag (met begeleiding) langs de deuren om grote club loten te verkopen, 2 weken later leveren ze de verkochte loten bij desbetreffende personen af. Onze senioren en A-jeugd leden zijn verplicht 1 lot per persoon af te nemen.

Hyacintenactie: In december gaan de spelers van de E-, D- en C-jeugd langs de deur met hyacinten.

Schoonmaak kantine: A-jeugd, senioren, recreanten en ouders/verzorgers van jeugdleden worden bij toerbeurt aangewezen om op maandagavond de kantine schoon te maken.

Zaaldienst: De B-jeugd, A-jeugd, en senioren worden ingedeeld om tijdens zaalwedstrijden bij de tijdwaarneming te zitten.

Tribunedienst: De E-jeugd wordt bij toerbeurt ingedeeld om tijdens de buitenwedstrijden, voor aanvang van de eerste wedstrijd de tribune en de velden (waar nodig) aan te vegen.

Scheidsrechtersopleiding: Bij iedere wedstrijd is een scheidsrechter, bij de F-jeugd spelleider nodig. Om daar in te kunnen voorzien wordt intern (twee)jaarlijks een jeugdscheidsrechtersopleiding gegeven. Alle tweedejaars C-jeugdleden worden voor de opleiding uitgenodigd. Uiteraard zijn ook andere geïnteresseerden van harte welkom bij de opleiding.

Tot slot

Wij hopen dat uw kind het naar zijn/haar zin zal hebben bij ZAP handbal. Mocht u vragen hebben of mocht er iets zijn dat niet naar de zin gaat neemt u dan gerust contact op met de trainer, de coach/teambegeleidster of de coördinator. Komt u er desondanks niet uit, belt u dan even met één van de leden van het dagelijks bestuur.

Wij wensen u en uw kind(eren) heel veel plezier bij ZAP handbal!



