



sc **Bartje** ASSEN

37e jaargang nr. 1 (verschijnt 2x per jaar)

MEI 2019

Redactie: Jannie de Haan-Boers, Apollopad 98, 9401 ZA Assen
Drukwerkverzorging: Connie Bremer, tel. 06-29223591 sc.bartje@home.nl

Beste leden, vrijwilligers, donateurs, sponsoren en andere lezers

Het is bijna zomer dus de vakanties naderen.

*Voor degenen die daartoe in de gelegenheid zijn: bezoek het internationale zitvolleybaltoernooi **Dutch Tournament** dat wordt gehouden op **21, 22 en 23 juni** in de Stadsbroekhal in Assen. Het is beslist de moeite waard een kijkje te nemen bij dit topsport evenement!*

*Het 60-jarig bestaan van Sportclub Bartje gaan we vieren op **zaterdag 5 oktober 2019**. U krijgt daar nog nadere informatie over, maar zeker is dat wij weer onze befaamde puzzelrit organiseren, met na afloop de prijsuitreiking in het Wielerhome met hapjes en drankjes.*

Sportclub Bartje heeft van de Lionsclub "Assen Drentsche Aa" een gift ontvangen te besteden aan de hoogst noodzakelijke nieuwe roestvrije karretjes voor het vervoer van de waterbaskets. Vanzelfsprekend zijn wij de Lions zeer dankbaar voor deze gift!

De nieuwjaarsvisite 2019 op zaterdag 26 januari in zalencentrum Hofsteenge was een succes met ruim 100 bezoekers.

Wij wensen u allen een goede zomer en tot ziens bij Sportclub Bartje.

Anneke Kloppenborg, voorzitter



HacomAssen   

Winkler Prinsstraat 14 Assen i:hacomassen.nl ☎:0592-370310 @:info@hacomassen.nl

 www.sportprijennederland.nl

 www.teamssportnederland.nl

 www.hacomassen.nl

JAKO
DERBYSTAR
hummel
MASITA
ERRE

teamssportnederland.nl
de online teamssportspecialist

sportprijennederland.nl
de nummer 1 in sportprijzen

Sportcafé

Radix

For all your parties and fun
www.sportcaferadix.nl

Jan en Gineke Radix

Boerenlaan 7a – Smilde
Postadres: Rijksweg 20, 9422 CB Smilde
Email: radix@xs4all.nl
Tel. 0031(0)592414006 / 0031(0)653394321

Afdeling HANDBOOGSCHIETEN



Het gaat goed met de boogschutters. We trainen op de dinsdag- en woensdagavonden. Enkele schutters zijn erg gedreven en schaffen regelmatig nieuwe bogen aan om te kijken hoe ze daar nu weer mee om kunnen gaan. Dus die maken het avontuurlijk. Leuk om te zien hoe ze een prachtig resultaat neerzetten.

Ik kom nog even terug op de resultaten van de schutters bij de diverse toernooien. Op 9 december jl. waren Harry Brinks en ondergetekende in Stavoren en schoten totaal resp. 476 en 479. Nu moet u weten dat Harry zonder vizier schiet en ik niet. Dus prima resultaat voor Harry met een 1e plaats in zijn klasse. We hebben niet meegedaan aan het Appeltjestoernooi, maar wel op 17 februari met 5 Bartje-schutters aan het Speldjestoernooi. Dit gaat erom op 3 verschillende afstanden goed te scoren, men neemt dan het gemiddelde wat resulteert in goud (9), zilver (8) of brons (lager dan 8). Van onze groep gingen 3 met zilver en 2 met brons naar huis. Ons eigen toernooi op 10 maart jl. was de zevenendertigste editie. Er kwamen helaas maar 32 schutters op af. Gelukkig waren er wel 10 van SC Bartje zelf. Resultaten: Harry 472, Bastiaan 391, Eelco 379, Herman 290, Lois 139, Michel 517, Wilfred 502, Daniel 438, Isis 414 en Dagmar 364. Iedereen nog zeer bedankt voor de medewerking. Zondag 8 maart 2020 hebben we De Spreng weer gereserveerd voor het volgende toernooi.

Ook hebben we op 24 maart met 3 groepen ingeschreven bij het zgn. 31en, afgeleid van het kaartspel. Er waren voor de schutters nogal wat restricties om tot 31 of minder punten te komen. Bijvoorbeeld om en om schieten gaf mij als rolstoeler toch wel de nodige problemen. We kregen daarom toch een uitzonderingspositie en mochten achter elkaar aan schieten. De resultaten: 8. De Postduifjes 29 pnt, w.o. 7x31 (Fianne en Hayo Postma), 9. De Routiniers 25 pnt, w.o. 4x31 (Dagmar en Henk), 12. De Cracks 5 punten (Larissa en Myrthe). De term voor ons was: meedoen is winnen.

Met vier schutters zijn we op het eerste toernooi van Sneek geweest, genaamd Orion's Waterpoort toernooi, dit was op 7 april. Resultaat: Harry 735, Bastiaan 529, Hergen 721 en Henk 716. Symbool van de stad Sneek is de waterpoort. Omdat Harry de beste schutter zonder vizier was van alle deelnemers (14) kreeg hij een grote miniatuur van deze waterpoort. Hij was daar heel blij mee en heel rustig zijn we daarna naar huis gereden.

Nog even een belangrijke boodschap aangaande de achterwand in De Spreng. Het bestuur heeft toestemming gegeven om over te gaan tot aanschaf van nieuwe materialen. Iedereen weet wel dat dit het nieuwe systeem van lamellen gaat worden. Dit kan bij normaal gebruik zeker vijf jaar mee, heeft de leverancier mij medegedeeld. Dus nu gaan we een plan de campagne maken met de eigen leden om dit in orde te maken.

Ook moet ik nog kenbaar maken dat enkele schutters lid af zijn i.v.m. diverse omstandigheden: Celine Poelma vertrekt naar Eindhoven, Bastiaan en Daphne vertrekken naar Emmen. Verder zijn uitgeschreven Jeroen Offereins en Chiel Setz. Tot slot is er toestemming om in juli/augustus buiten door te schieten op de woensdagavond. Het is een mooi stukje grasland geworden naast De Spreng. Ik wens iedereen een heel fijne zomer.
Henk Dijkstra (foto toernooi op de achterpagina)

Afdeling WATERBASKETBAL



We zijn al weer bijna aan het einde van het seizoen.

Het team van SC Bartje 2 is in de noordelijke competitie kampioen geworden en het team van SC Bartje 1 is op de 4e plaats geëindigd. Op het NK mogen de 3 beste teams uit de competitie meedoen, dit vindt plaats in Schijndel. Door

omstandigheden kan GSV Roden hier niet aan deelnemen. Dit betekent dat de 4e van de competitie naar het NK mag en dat is dus SC Bartje 1 (het voelt echt als een cadeautje). We gaan dus met 2 teams naar dit NK. Dit wordt op 25 mei 2019 gehouden. De resultaten worden op de site van Bartje geplaatst, zo kan iedereen zien hoe we het er vanaf gebracht hebben. We trainen door t/m half juni. We gaan na de zomer per 11 september weer beginnen met de trainingen op woensdagavond tussen 19.30 en 21.00 uur in de Bonte Wever.

Wanneer je een keer wilt kijken naar deze leuke sport, kom gerust eens naar de training op de woensdagavond en neem zwemkleding mee. We wensen iedereen een zonnige en fijne vakantieperiode toe en graag tot ziens.

Teams waterbasketbal

hieronder foto's van Bartje 1 en Bartje 2



Afdeling ZWEMMEN



ASSEN maandagavond

Ben geeft les met hoepels, ballen en dumbbels, dat is heel goed voor ons. De opkomst is altijd goed. Ook aan het oog voor elkaar hebben en dus het sociale aspect is behoefte en hier wordt invulling aan gegeven. De zwemvierdaagse in maart was



gezellig en Janny Pranger en Hans de Ruiter deden voor de 30e keer mee!

In mei gaan wij nog uit eten met elkaar.

We zwemmen nog tot en met maandag 8 juli en beginnen weer op 2 september.

Allemaal een fijne vakantie toegewenst.

Jannie de Haan

ASSEN donderdagmiddag

Sinds ongeveer 4 maanden zwemmen Rita en ik bij de zwemgroep op donderdag van 13.30-14.15 uur. Het bevalt ons heel erg goed. Het water is heerlijk warm en de oefeningen zijn erg zinvol. De les wordt gegeven door Ben en hij verzint elke week weer de vreemdste oefeningen. Maar wel lekker intensief en alle spieren worden gebruikt. Sommige oefeningen zijn ingewikkeld, maar dat komt vast omdat we nog niet zo lang meedoen. Oefening zal in dit geval wel kunst baten. We gebruiken ballen, dumbbells, slangen, plankjes enz. Heel afwisselend.

Meestal zijn er zo'n 10 tot 12 mensen aanwezig. En ze zijn allemaal aardig. Gelukkig wordt er, naast dat er door iedereen hard geoefend wordt, ook gezellig gekletst en gelachen.

We beginnen al mooi aan de groep te wennen.

We vinden het zelfs jammer wanneer het een vakantie week is en we dus niet in de Bonte Wever terecht kunnen. We hopen nog lang bij deze groep te kunnen blijven.

Groetjes, Ina en Rita

ASSEN zaterdagmorgen

Onder leiding van Ben zwemmen we nog steeds in 2 groepen. Groep 1 van 9.30 tot 10.15 uur en groep 2 van 10.15 tot 11.00 uur. Het bad gebruiken we zowel in de breedte als in de lengte.


De oefeningen die Ben ons voorschotelt probeert eenieder zo goed mogelijk uit te voeren. Terugkijkend op de zaterdagmorgen zijn we heus weer flink tekeer gegaan. Al is het met ballen, plankjes, hoepels of slangen, het maakt niet uit. Ook het zwemmen alleen met moeilijke bewegingen komt aan de orde. Naast het bewaren van een goede conditie blijft het een vrolijk en sociaal gebeuren.

Reinder Smeenge

ROLDE woensdagavond

Bij de woensdagavondgroep in Rolde gaat het goed. Temperatuur van het water is prima, gezellige sfeer en onze spieren kunnen ontspannen onder leiding van Ben die deze taak vervult, zie zijn bericht hieronder. De opkomst loopt nogal uiteen door allerlei omstandigheden bij de leden. We hebben 2 nieuwe leden er bij: Anne en Fenny Baas.

Op de algemene jaarvergadering waren ook enkele leden van onze groep aanwezig, waaronder Wiep en Ids, wat we heel fijn vonden. Na de ontvangst met koffie/thee en heerlijke cake volgde het officiële gedeelte, tijdens de pauze kon van frisdrank gebruik worden gemaakt en daarna volgde de bingo. Er wa-



IN- EN VERKOOP van :

- AUDI-BMW-SEAT-VW

LEVERANCIER van:

- LICHT METALEN VELGEN
- BANDEN, ook WINTERBANDEN
- nieuw en gebruikt

DEALER van:

- PILOT XENON VERLICHTING

Wij werken ook volgens zoekopdracht!

- KANAALWEG 121
- 9421 ST BOVENSMILDE
- T: 0592 414133 b.g.g. 06 50508323

■ WWW.TBOUWAUTOS.NL

ren mooie prijzen voor de winnaars. Rond half 10 kon ieder huiswaarts keren na een geslaagde avond. Hennie Middelbos

Iedere woensdagavond zwemmen we in twee groepen in Rolde. We worden daar ontvangen in heerlijk warm water. Dat is zeer gunstig om de spieren goed los te krijgen.

Na het even bijpraten en wat inzwemmen beginnen we eerst met wat rekken en strekken. Daarna gaan we over met wat spierversterkende oefeningen, via weerstandsvormen.

Dan gaan we over naar diverse loopvormen. Hierbij worden diverse materialen ingezet, dit om de verschillende spiergroepen specifiek te trainen.

Via onderzoek wordt steeds duidelijker hoe belangrijk het is te bewegen d.m.v. training.

Het is de stimulans voor lichaam en geest.

We zitten alweer een eind in de bloeimaand, het voorjaar is goed wakker, lekker van genieten.

Ben Reuvers

SMILDE donderdagavond

Het zit er alweer op: zwemseizoen 2018-2019. Ik moet nog even terugkomen op wat geschreven werd in het vorige krantje waarin het nog niet zeker was of Zwarte Piet ons ook dit jaar zou komen aanmoedigen en óf hij zijn zwembroek deze keer mee zou nemen. De zwembroek had ie niet meegenomen, maar wel TWEE collega-Pieten. Zij hebben samen de aquajogging verzorgd en ons geleerd hoe we over de daken moeten klimmen en klauteren (en dat balanceren valt echt niet mee!!).

De nieuwjaarsborrel was weer heel gezellig, alle chocolademelk, rollegies en slagroom waren in een mum van tijd op!

Voor velen van ons was het een kwakkel-voorjaar: kleine ongelukjes (gebroken vinger/bloedneus) en natuurlijk de (buik)griep; toch was er iedere week een mooi aantal zwemmers, de één iets fanatieker dan de ander. De gezelligheid staat voorop bij onze afdeling én traditie is geworden dat in de schoolvakanties er gasten mee mogen zwemmen, wat voor ons én de kinderen, zusjes, kleinkinderen en onze zwemmers een leuke ervaring is!

Het seizoen wordt ook dit jaar weer traditioneel afgesloten: op woensdag 5 juni met de jaarlijkse Wok-avond bij →



(vervolg **afdeling Smilde**)

Wij wensen alle SC-Bartje sporters en fans een hele fijne zomer en we starten weer op donderdag 5 september!

Groeten van zwemafdeling Smilde

PS Mocht u/jij mensen kennen die graag lid willen worden van onze gezellige/sportieve club, meld je dan aan, we hebben nog ruimte voor enthousiaste zwemmers op donderdagavond 19.30-20.30 uur.

VRIES dinsdagavond

JJJAAA er hebben zich twee dames gemeld voor het 'lesgeven' bij ons in Vries. Het werd echt kiele kiele. Wij zwemmen altijd het hele jaar door en het ging altijd nog goed, maar nu werd het echt heel krap. Na al heel veel vragen her en der door onszelf heeft Roelie Prinsen een flyer samengesteld, die we overal opgehangen hebben en zelfs naar de Krant van Tynaarlo hebben gestuurd. En toen zo maar ineens

twee dames tegelijk. We zijn helemaal blij. Hartelijk welkom dames en Roelie heel hartelijk dank voor het inspringen en het meedenken voor een oplossing. Wel zoeken we nog 1 à 2 vrijwilligers die willen helpen bij het aankleden. Er kan dan wat meer gewisseld worden met vrijwilligers, zodat de belasting niet teveel wordt. Onderstaande foto van een leuke les van Roelie met ballonnen.

Roely Wortel



Het 37e handboogschiettoernooi in De Spreng op 10 maart jl.

Voor u gelezen.....

Sweakers

Jaarlijks gebeuren er vele ongelukken rondom zwembaden, ruim 230.000 in Europa! De natte vloeren rondom zwembaden zijn glibberig en uitglijden komt veel voor, soms met ernstige gevolgen. Toch bijzonder dat daar, tot op heden, geen adequate oplossing voor was?

De innovatieve Sweakers® antislip zwemsok is cool, comfortabel, hygiënisch, antibacterieel, sneldrogend, geschikt voor chloor en zeewater en geeft door het unieke antislip profiel bovenal veel grip. De open tenen zorgen voor een optimale balans en evenwicht, door het lichte gewicht wordt de zwemsok als "tweede huid" ervaren en geeft het een "blote voeten gevoel".



Onderzoek bij het Innosportlab, trainingslab van de Nederlandse Olympische zwemploeg, wijst uit dat het dragen van Sweakers tijdens het zwemmen geen effect heeft op de zwemsnelheid en techniek. Dit toont aan dat Sweakers® uitermate geschikt zijn voor zowel recreatief zwemmen als zwemlessen. Ook de consumentenbond heeft de Sweakers positief getest.

Sweakers® gaan 4 schoenmaten mee en beginnen bij maat 19/22 en lopen tot maat 43/46.

Inmiddels hebben we, sinds april 2016, meer dan 30.000 Sweakers verkocht en hebben we meer dan 150 (B2B) verkooppunten in meer dan 20 landen, waarvan het gros in Nederland en Duitsland.