Nieuwsbrief 15; A.R.U.F.C. april 2022

Voorzitterswoordje

Beste leden, sponsoren, vrijwilligers en een ieder die de Alkmaarse RUFC een goed hart toedraagt,

Inmiddels zijn we voor zowel de dames als het 1e vier speelrondes verder en waar het voor de dames 3 winst en 1 verlies partij is, staat de score voor het 1e precies andersom dus 1 winst en 3 verliespartijen op hun naam. Laatste zal één op één wel te rijmen zijn met de niet zo denderende trainingsopkomsten waar ik al meerdere malen op heb geageerd.
Mannen kom op, laat je trainers, je maatjes en je cluppie nou niet in z`n hemd staan. We hebben allemaal gekozen voor deze teamsport dus je wint met je team, je verliest met je team, je traint met je team en feest met je team. Niet zo moeilijk lijkt mij. Het seizoen duurt nog maar een paar wedstrijden dus KOM OP!
Dames chapeau voor jullie prestaties, ga zo door en maak ons trots. En al lijken de dames van LSRG nu misschien een maatje te groot, ik wil het wel zien als we thuis tegen ze moeten. Ik heb 15 mei in ieder geval in mijn agenda staan en kom jullie dan ook graag toejuichen in Schagen.

Voor wat betreft het 2e en de aanvulling van Haarlem en Hawks kan ik niets anders zeggen dan dat het er allemaal ontzettend leuk uitziet. 2 van de 3 partijen gewonnen en elke keer meer dan genoeg spelers. Ik zal liegen als ik zeg dat het niet kriebelt als ik hier naar sta te kijken. Ook worden er ontzettend gave foto`s tijdens deze wedstrijden gemaakt. Kortom, leuke gasten, leuke wedstrijden, voldoende mensen …. keep up the good work!

Wat ook ontzettend leuk is om te vermelden is dat de officiële Kick Off van het Walking Rugby een feit is. Afgelopen vrijdag 25 maart is er voor het eerst met 8 man getraind. Het zal mooi zijn als deze relatief nieuwe aftakking van onze sport, welke door Patrick Komen en Dennis Kluft binnen onze gelederen is geïntroduceerd, ook een mooi aantal beoefenaars krijgt. Deze vorm is laagdrempelig en daarom dus voor bijna iedereen te beoefenen. Ik zou dan ook zeggen; geïnteresseerd? Kom kijken (lees meedoen).

Afgelopen 19 maart heb ik met mijn vriendjes mogen aanschouwen hoe Frankrijk de Grandslam wist te bemachtigen in een afgeladen vol Stade de France. Op een haar na 80.000 toeschouwers waarvan waarschijnlijk meer dan 90% Fransoos, hebben een mooie afsluiting met daarbij een terechte winnaar gezien. Inmiddels hebben we het vizier alweer staan op het

WK van volgend jaar waarbij ik niet uitsluit dat Frankrijk zomaar finalemateriaal zou kunnen zijn. Feit is dat alle wedstrijden in Frankrijk worden gespeeld en je dan dus niet heel ver hoeft te reizen om rugby op het hoogste niveau te kunnen aanschouwen. De kaartverkoop is inmiddels gestart.

Waarschijnlijk zal het verder in deze nieuwsbrief wel breed uitgemeten worden maar aanstaande 17 april is het 1e paasdag en hebben we eindelijk weer eens een authentiek paasfeest bij ons op de club. Dit houdt in, een bizar goede brunch, eieren zoeken en kleuren en als klap op de vuurpijl de wedstrijd Jong tegen oud, beter bekend als Jong Belegen tegen Oude Kaas. Uiteraard gaat hier gespeeld worden om een vat bier die we dan in de 3e helft met z`n allen kunnen nuttigen. Dus geef je hiervoor op en laten we er met z`n allen weer eens een bijzonder toffe en rugbywaardige dag van maken. Ikzelf heb er in ieder geval heel veel zin in.

Heel voorzichtig worden er ook al de eerste plannen gesmeed aangaande ons 50 jarige jubileum welke volgend jaar oktober gevierd gaat worden. Ideeën, inbreng en ook handen hiervoor zijn meer dan welkom. Laten we met z`n allen de voorbereidingen zo treffen dat we uit kunnen kijken naar een memorabel weekend!

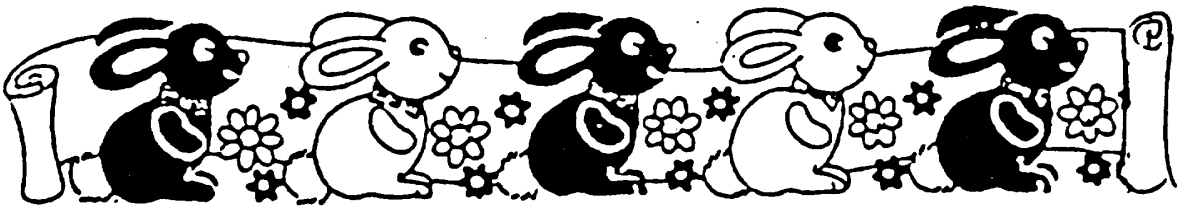
Ik zie op dit moment de sneeuw naar beneden dwarrelen en vraag me oprecht af of de velden dit kunnen trekken en of we daarom misschien wel een rugbyloos weekend tegemoet gaan. Voor alle senioren teams, dames en jeugd staan er wedstrijden op het program dus laten we hopen op het beste. Ikzelf zal niet van de partij zijn want ik ben uitgenodigd voor een weekendje weg door mijn oude bedrijf. Sowieso ben ik wegens familieomstandigheden de laatste maanden wat minder actief op de club geweest. Deze omstandigheden zijn inmiddels achter de rug en beloof hierbij dan ook plechtig dat ik de aankomende tijd weer meer op onze mooie vereniging zal verschijnen. En hoop jullie daar dan ook allemaal weer te treffen. In ieder geval met Paas!

Met ovale groet,

Pook van Berkel
(interim) voorzitter

Alkmaarse Rugby UFC

pook_arufc@outlook.com
06-21330311



STEUN ONZE CLUB DOOR BOODSCHAPPEN TE DOEN BIJ VOMAR

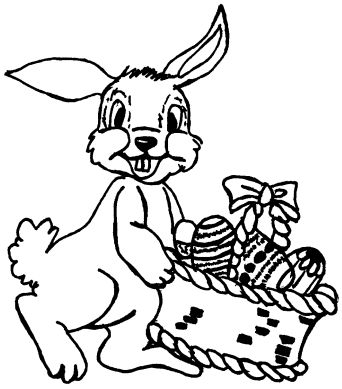
Spek eenvoudig én geheel kosteloos onze clubkas door boodschappen te doen bij Vomar:
dit kan nu heel eenvoudig met Club is Koning.

Meld je aan via onderstaande stappen en spaar mee!

1. *Download de Vomar-app en maak hierin een digitale Klant-is-Koning kaart aan. Wil je liever een fysieke kaart? Deze kun je gratis meenemen bij jouw Vomar.*
2. *Koppel vervolgens je kaart aan de club met onze unieke clubcode:* **UFAL2021**
3. *Laat altijd je kaart of app scannen bij je boodschappen. Je spaart automatisch mee!*
4. *Vomar maakt ieder kwartaal 0.5% van het bedrag dat alle leden aan boodschappen besteden over naar onze club.*

Kortom, het is in een mum van tijd geregeld en kost jou helemaal niets extra.
Koppel dus snel je kaart en spek onze clubkas!

Kijk voor meer informatie over clubsparen op www.vomar.nl/cik



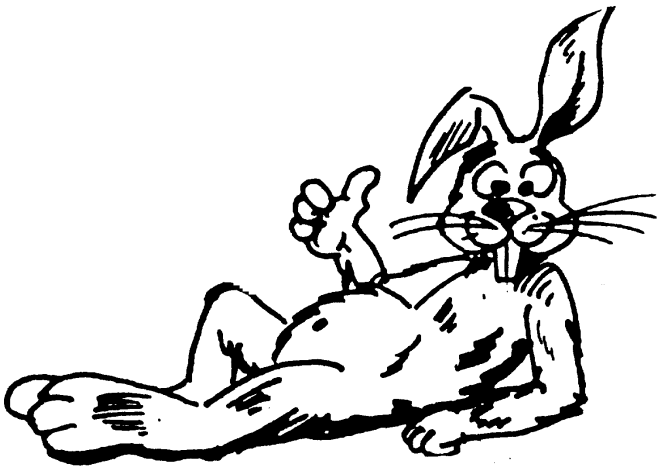
Eindelijk!!!! Na 2 jaar afgelast te zijn is er dit jaar weer het Ameland Beach Rugby Festival!!!!!

Het grootste strand rugby toernooi van Europa zal worden gehouden van vrijdag 10 juni tot en met zondag 12 juni. Ook dit jaar willen wij weer van de partij zijn met een Heren en Dames team. We verblijven weer in de kampeerboerderij De Postduif. De kosten zullen € 150,= zijn.

Hiervoor krijg je 3 overnachtingen, eten en drinken bij de accommodatie, deelname aan het toernooi en natuurlijk een hele hoop gezelligheid!!

Je kan je aanmelden bij de bar in de Kangeroe, bij Michel Schuit of bij Marijke Licher en door een aanbetaling van € 50,= te doen.

Meld je snel aan!!!!



Hoi allemaal,

19 maart jongstleden hebben de TB-tjes een hele drukke dag gehad, namelijk een wedstrijd, lunch én ouder-kind training.

De dag begon zoals de meeste zaterdagen in maart op een fris veld.
Deze dag was hoe verrassend ook op ons eigen veld tegenover de Kangaroe.
Hier streden onze teams voor de winst op eigen veld. En zoals het hoort hebben beide teams ook het een en ander gewonnen, en helaas ook verloren. Maar dat mag de pret niet drukken. Hier konden we op de volgende training weer een hoop van leren. Maar ja, dat was later. We hadden het over deze specifieke dag.
Na de wedstrijd was er een overheerlijke lunch geregeld door de kids zelf. Hier was ook echt wat voor iedereen. Van een gezonde salade tot vette pannenkoeken en alles er tussen in.

Na de lunch was het dan tijd om de ouders wat rugby skills bij te brengen zodat ze in staat zouden zijn om op het eind een heuse wedstrijd tegen hun kinderen te spelen.

Er waren 3 onderdelen die we geprobeerd hebben de ouders bij te brengen.

1. het naar achter gooien en vangen van de bal.

2. het tackelen om de bal te krijgen

3. een ruck om de bal veilig te stellen.

Dat je dit alles niet binnen een uur kan leren bleek wel uit de wedstrijd die de ouders tegen de kinderen moesten spelen. Die trouwens voortreffelijk werd gefloten door Sam.
Maar ondanks de training en dat vooral sommige vaders extreem hun best deden om te winnen, bleek dat je vanzelf erg moe wordt als je alles op kracht moet doen.
En de kinderen met al hun handigheidjes uiteindelijk toch met 2 punten verschil gewonnen hebben.

Daarna mochten de kinderen wat limonade drinken en in de zon naar hun eigen trainers kijken die nog een wedstrijd van het 1e team moesten spelen. Waarin trainer Dylan dan ook nog man off the match is geworden!

Ik weet niet precies hoe het met de andere kinderen ging, maar mijn kleine jongen was dood op en had de volgende dag enorme spierpijn.
Maar hij had geweldig genoten. En vroeg al wanneer we dit weer zouden gaan doen.
Dus al met al een geslaagde rugby dag!

met ovale groet het team van de Benjamins

8

<u>Gezocht:</u> Versterking M/V

Technische Commissie

Alkmaarse Rugby Club

WIE ZIJN WIJ?

Een groeiende rugbyclub met meerdere teams, verdeeld over leeftijdscategorieën. We zijn een rugbyclub waar elke (aanstaande) rugbyspeler welkom is en we hechten waarde aan de rugbycultuur.

ONS DOEL:

Alle teams van de Alkmaarse Rugby Club op een zo hoog mogelijk niveau rugby laten spelen in de landelijke competitie. En de jongste categorieën op de regionale verzameldagen.

HET ANTWOORD:

Dat ben jij. Jij bent die ervaren* coach, trainer of teammanager die de verbreding van onze Technische Commissie is. Deze taak is voor jou natuurlijk een 'eitje', want jij bent iemand die een bijdrage levert aan, en evt. het voortouw neemt bij het sturen van, de Technische Commissie. Op alle niveaus draag jij zodoende bij aan de verdere ontwikkeling van onze mooie sport in de regio Alkmaar e.o.

JE WERKMATERIAAL:

- **2 Senioren Herenteams (3e & 4e Klasse)**
- **1 Senioren Damesteam (2e Klasse) *clusterteam met Hoorn & Schagen***
- **Jeugdcategorieën: Colts (Shield) *clusterteam Noord-West***
  Junioren (Ribbon) *clusterteam met Hoorn*
  Cubs (Shield) *clusterteam met Hoorn*
  Turven, Benjamins & Mini's volledige teams op verzameldagen

ervaring vanuit de rugby zou mooi zijn, maar is zeker geen vereiste!
Ook gegadigden vanuit andere sporten zien we graag verschijnen.

Zet jij je mannelijke of vrouwelijke schouders graag eronder om ons doel te verwezelijken?

Mail dan naar: info@alkmaarserugby.nl

Mag ik me even voorstellen?

(niets binnen gehad; misschien jij de volgende keer?)

Trainingen seizoen '21/'22

Guppen/Turven	**Dinsdag & Donderdag**	**18.00 – 19.00 uur**
Benjamins	**Dinsdag & Donderdag**	**18.30 – 19.30 uur**
Mini's	**Dinsdag & Donderdag**	**18.15 – 19.45 uur**
Cubs	**Dinsdag & Donderdag**	**18.30 – 19.30 uur**
Junioren	**Dinsdag & Donderdag**	**18.30 – 19.30 uur**
Colts	**Dinsdag & Donderdag**	**18.30 – 19.30 uur**
Heren	**Dinsdag & Donderdag**	**19.30 – 21.00 uur**
Dames	**Dinsdag & Donderdag**	**19.30 – 21.00 uur**

Cubs, Junioren en Dames trainen ook samen met hun clusterpartners

(***nadere info hieromtrent bij de trainers/begeleiding***)

Cubs Shield poule A, 3e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt
1	CL Hawks/Houtsche CU 1	7	7	0	0	35
2	HRC CU 3	7	3	4	0	15
3	CL Alkmaar/West-Friesland CU 1	6	3	3	0	14
4	CL Haarlem/Smugglers CU 2	7	3	3	1	14
5	RC DIOK CU 2	5	1	3	1	6
6	CL RC Den Helder/Rush CU 1	6	1	5	0	5

Junioren Ribbon poule A, 3e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt
1	Amstelveense RC JU 2	5	4	1	0	21
2	CL Haarlem/Smugglers JU 2	6	4	2	0	17
3	CL RC Den Helder/Rush JU 1	3	2	1	0	10
4	CL West-Friesland/Alkmaar JU 1	4	2	2	0	9
5	RC The Bassets JU 1	6	0	6	0	0

Colts Shield poule A, 3e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt	GW	GT	+/-
1	CL Twente CO 1	6	4	2	0	21	267	130	137
2	RC The Bassets CO 1	3	3	0	0	14	197	60	137
3	CL Noord CO 1	3	1	2	0	5	87	157	-70
4	CL Noord West CO 1	5	1	4	0	5	98	227	-129
5	CL Hawks/Houtsche CO 1	3	1	2	0	4	72	147	-75

2e klasse Dames Degradatiepoule, 2e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt	GW	GT	+/-
1	LSRG D1	4	4	0	0	20	285	24	261
2	CL De Foeste Moiden D1	4	3	1	0	14	161	148	13
3	CL Groot Mokum D1	4	2	2	0	11	165	124	41
4	CL Delftse Dames D1	4	2	2	0	8	90	176	-86
5	RRC D1	4	1	3	0	5	118	159	-41
6	CL Greate Tryn D1	4	0	4	0	1	63	251	-188

4e klasse Heren Noord-West Plate, 2e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt	GW	GT	+/-
1	CL Purple Panthers 2	2	1	1	0	10	51	51	0
2	CL Alkmaar/Hawks/Haarlem 2	2	1	1	0	9	62	48	14
3	RC The Smugglers 1	1	1	0	0	6	31	25	6
4	A.S.R.V. Ascrum 5	1	0	1	0	5	14	34	-20
5	URC 5	0	0	0	0	0	0	0	0

3e klasse Heren Noord-West Cup, 2e fase 01 Apr 2022

#	Team	GW	W	V	G	Pnt	GW	GT	+/-
1	RC Bulldogs 1	4	4	0	0	22	139	52	87
2	RFC Haarlem 2	4	3	1	0	16	106	57	49
3	RC Spakenburg 1	4	2	2	0	14	93	78	15
4	Cas RC Driede	4	2	2	0	11	137	134	3
5	Alkmaarse R.U.F.C. 1	4	1	3	0	6	84	107	-23
6	RC 't Gooi 3	4	0	4	0	2	39	170	-131

Beste Ruggers,

Omdat we met het 1e team in de voorcompetitie 6e zijn geworden zijn we als 6e ingedeeld bij de kampioenspoule.
In de voorcompetitie hebben we van alle teams waar we nu tegen moeten spelen verloren, maar eerlijk is de conclusie na 3 gespeelde wedstrijden dat dit verre van vanzelfsprekend is:

Zowel Haarlem als tegen Spakenburg zaten we er vlak bij, tegen de laatste zelfs tot de laatste minuut waar we nog bijna de gelijkmaker maakte door de kick 5 meter voor hun trylijn.

Maar goed, bijna is niet helemaal en we lijken af te stevenen op een "wat als " seizoen.

- Wat als we met z'n allen tijdens preseason harder hadden gewerkt om fit te worden in de duinen en bij Dennis Kollof
- Wat als iedereen rugby als prioriteit 1 in zijn agenda zet en er 2 x per week op trainen bij is en liefst nog extra aan krachttrainen doet
- Wat als we in staat zijn om de avond voor de wedstrijd zonder drank vroeg naar bed te gaan
- Wat als we dat allemaal gedaan hadden, hadden we dan minder blessures gehad en hadden we met een compleet, getraind en fit team dan nu ruimschoots bovenaan gestaan

We gaan het nooit weten, maar nog steeds denk ik als iedereen zijn prioriteiten meer op rugby stelt, dat er geen tegenstander in deze klasse is die van Alkmaar kan winnen.
Het seizoen win je in preseason, wedstrijden win je tijdens de trainingen.
Door het wegblijven van 't Gooi afgelopen weekend staan we op dit moment 5e van de 6 teams.
Dit seizoen verwacht ik nog een paar leuke wedstrijden, voor volgend seizoen zal veel afhangen van de motivatie om de beste in rugby te worden.

Het 2e team draait inmiddels ook in een cluster met Haarlem en de Hawks en staat door de overwinning op de Pink Panthers op de 2e plaats.
Nadat er een aantal keer, al dan niet door corona, te weinig spelers beschikbaar waren, staat er nu wekelijks een compleet team op het veld.
Alle respect voor Hans van Borre die iedere week druk doende is om een compleet team op de been te brengen.

Met vriendelijke groet,

Walter van Ling

Vrolijk Pasen

Zondag 17 April in de Kangoeroe

11.00 uur : Paasbrunch.

13.00 uur : Eieren zoeken o.l.v. Bugs Bunny.

14.00 uur : Wedstrijd Oude Kaas vs. Jong Belegen.

Na de wedstrijd een gezellige 3e helft en een hele mooie paasloterij.

Opgave voor de brunch voor 12-4-2022 bij Joop via joop.stoop@planet.nl of via 06-10753032.

Kosten voor de brunch: € 10,00 per persoon, t/m 12 jaar slechts € 5,00

Evenementen Commissie

Is dus weer volop van start gegaan. Na Pasen de volgende evenementen voor in je agenda:

Op zaterdag 14 mei o.l.v. Simon Blaauw Aanvang 20.00 uur

Op zaterdag 21 mei o.l.v. Gre & Ellen Aanvang 20.00 uur

U ontvangt daar t.z.t. nadere aankondiging van, we gaan nu eerst Pazen vieren

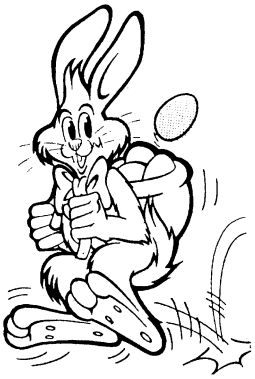
Vel plezier en groetjes van de Feestneuzen Dan, Sascha, Michelle, Ingrid, Anouk en Joop

Update Cubs

Inmiddels alweer richting het laatste deel van het wedstrijdprogramma van dit seizoen, kunnen we zeggen dat de Cubs het er dit jaar heel behoorlijk van af brengen. Met een mooie derde (en uitzicht op een tweede) plaats in onze poule, hebben we een paar hele goede wedstrijden gezien.
Het aantal Cubs leden is dit jaar gestaag gegroeid en de nieuwkomers hebben hun plek in het team inmiddels gevonden. Samen met West Friesland (cluster) wordt regelmatig hard getraind afwisselend in Hoorn en Alkmaar.
Regelmatig sluiten hierbij ook de junioren aan, waar onze Cubs zich aan op kunnen trekken.
Het team van Hawks/Houtsche is binnen deze poule voor ons nog een maatje te groot, maar verder kunnen we alle teams een goede wedstrijd en tegenstand bieden.
We rekenen nog op een eerste overwinning op Haarlem, dat moet dit seizoen toch echt een keer lukken.
Een extra training op het strand in Hargen en een lunch op uitnodiging van de Haagse Rugby Club zijn die extraatjes die het plezier in het rugby alleen nog maar vergroten.

Wij doen mee met OnzeClubwinkel!

Een superleuke manier om onze club te sponsoren.
Doe voortaan je internetaankopen zoals je gewend bent, maar dan met één klik extra via www.onzeclubwinkel.nl (vind meer dan 400 webshops) en je sponsort met iedere internetaankoop automatisch en ongemerkt onze club!
Vooral nu met de feestdagen in aantocht, wordt er veel on-line besteld.

Dus een gemist kans als je dit niet doet en het is heel eenvoudig.
Hoe meer mensen ons steunen hoe beter voor onze club!

Laatste ontwikkelingen en wijzigingen staan altijd in de agenda op de site:
https://www.alkmaarserugby.nl/informatie/agenda/