Nieuwsbrief 17; A.R.U.F.C. augustus 2022

Voorzitterswoordje

Beste leden, sponsoren, vrijwilligers en een ieder die de Alkmaarse R.U.F.C. een goed hart toedraagt,

Inmiddels zijn voor de meesten de vakanties alweer beëindigd en is het 'normale leven' weer begonnen. Voor mijzelf staat maandag 22 augustus in de agenda om de dagelijkse gang van zaken weer op te pakken. Ik hoop dat het eenieder is gelukt zich in de afgelopen weken weer lekker en goed op te laden zodat we met z`n allen fris en fruitig het nieuwe seizoen tegemoet kunnen treden.

Inmiddels is er dus ook weer activiteit op en rond de velden aan de Robonsbosweg. Dit is uiteraard ook hard nodig daar het eerste competitie weekend gepland staat op 17 - 18 september. Vanwege het (voor zover nog) uitblijven van een nieuwe trainer is er voor de heren een week later dan gewenst begonnen aan het pre-season trainen. Daarna zijn deze pre-season trainingen vol enthousiasme opgepakt door Dylan Harding die, als ik de geruchtenmolen geloven mag, leuke, goed voorbereide en conditioneel zware trainingen heeft gegeven voor een handjevol enthousiastelingen. TOP Dylan!

Over het '(voor zover nog) uitblijven van een nieuwe trainer' wil ik nog wel even uitweiden. Twee jaar geleden (juli 2020) heb ik me, mede door de woorden en de energie van onze toen nog trainer in spe Walter van Ling laten enthousiasmeren voor het voorzitterschap van de door ons allen geliefde vereniging. We hebben destijds dus samen een plan gemaakt en hiervoor stippen op de horizon gezet met een mooi einddoel namelijk terug naar de 1^{e} klasse in ons jubileum jaar seizoen 2023-2024. Om meerdere redenen - maar met als grootst gemeenschappelijke deler Corona - is hier de afgelopen twee seizoenen weinig van terecht gekomen. De benodigde promotie naar de tweede klasse (na het eerste seizoen van trainer Walter) alsmede het tussenjaar (het tweede seizoen van trainer Walter) bleven uit. Mede hierdoor, maar ook zeker door het vooral de laatste tijd moeten trekken aan mensen om op zondag compleet een wedstrijd aan te kunnen vangen, hebben zowel trainer Walter als trainer Gary doen besluiten hun trainerschap bij de Alkmaarse RUFC te beëindigen. Ik moet eerlijk bekennen dat ik dit een groot verlies vond en vind voor onze club en haar ambities.

Desalniettemin moest er met deze wapenfeiten in handen haastig gezocht worden naar een nieuwe trainer voor onze heren en hoofdmacht. Hierover zijn door voorzitter TC Bung Oudijk en anderen met meerdere potentiële kandidaten gesprekken gevoerd. Maar ja, wat kan

je zo`n potentiële trainer toezeggen of beloven op basis van de laatste twee seizoenen? En lastige taak voor Bung!

Toch is het Bung gelukt een meer dan capabele en enthousiaste trainer voor ons te winnen en is er een voorlopige overeenkomst met Gawie Keizer. Gawie is voor de club zeker geen onbekende (respectabel scheidsrechter en succesvolle jeugd coach) en hij wilt het spreekwoordelijke stokje wel overnemen van Walter. Daar heeft hij wel een aantal voorwaarden aan gesteld, waar aantallen er een van is. Dus heren hierbij mijn emotioneel appél; pak de kicks uit het vet, trek je maten mee en komt allen lekker trainen! Aan Gawie zal het zeker niet liggen.

Hierbij nog wel mijn persoonlijke dank aan Walter en Gary. Aan hun bevlogenheid, energie en enthousiasme heeft het zeker niet gelegen. Heren, succes in jullie nieuwe uitdaging. Wie ik ook persoonlijk wil bedanken en heel veel succes wil wensen is Jeroen Neeven. Jeroen - die onze dames i.c.m. met het cluster De Foeste Moiden de afgelopen jaren behoorlijk succesvol heeft getraind - heeft ook zijn trainerschap bij de Alkmaarse RUFC ingeruild en heeft een nieuwe uitdaging gevonden in Sassenheim als trainer/coach van The Bassets dames 1. Deze dames zijn dit jaar na de finale van de heren (Diok -Haarlem) in het rugbystadion in Amsterdam aangetreden tegen de Waterland - Hilversum combinatie. Deze finale werd verloren door The Bassets. Voor Jeroen ligt de lat dus behoorlijk hoog. Jeroen, in ieder geval dank en heel veel succes met je nieuwe uitdaging. Ik kom zeker een wedstrijdje kijken!

In Krijn Joor, oud speler van Haarlem hebben de dames en het cluster een waardig vervanger gevonden voor Jeroen. Krijn is inmiddels ook begonnen met het geven van pre-season trainingen welke goed worden bezocht. Krijn; welkom bij de club en succes met het continueren en verbeteren van de resultaten van onze tryscoring machine De Foeste Moiden.

Ik hoop en wens dat we met kersverse trainers Gawie en Krijn, alsmede alle jeugdtrainers, begeleiders en verder alle vrijwilligers een mooi seizoen tegemoet gaan waarin mooi rugby en nog mooiere resultaten meer regelmaat dan uitzondering zijn!

Inmiddels is er een definitieve datum voor de lang verwachte ALV en wel aanstaande vrijdag 26 augustus. Door Corona is deze vergadering al meerdere malen uitgesteld en ik hoop dan ook zoveel mogelijk leden en ouders/vertegenwoordigers van leden te mogen verwelkomen op deze langverwachte vergadering.

Ook zal ik iedereen willen uitnodigen op de opening van het nieuwe seizoen op zaterdag 27 augustus. Middels deze kick-off willen we iedereen weer op weg helpen richting ons complex op de Robonsbosweg en hier samen genieten van een hapje en een drankje en met elkaar bespreken wat eenieders inbreng zou kunnen zijn het aankomende jubileum seizoen.

Ik zal zeggen; komt allen! En ik kijk er naar uit om jullie allemaal weer te mogen begroeten op de Robonsbosweg. Op naar een mooi seizoen!

Met ovale groet, **Pook van Berkel** (interim) voorzitter Alkmaarse Rugby UFC

pook_arufc@outlook.com 06-21330311

Algemene Leden Vergadering

Beste Leden, Ereleden en Leden van Verdiensten,

Met veel plezier nodigen wij jullie bij deze uit voor de Algemene Ledenvergadering van de Alkmaarse Rugby U.F.C.
Deze vergadering is op **vrijdag, 26 augustus om 19.30 uur in de Kangeroe.**

NOTEER DEZE DATUM IN JE AGENDA, WANT DAN VERGEET JE DEZE VERGADERING NIET!!

Ieder lid van de vereniging is hierbij uitgenodigd om aanwezig te zijn. Jeugdleden kunnen worden vertegenwoordigd door één van hun ouders/verzorgers.

Het bestuur hoopt – na twee jaar zonder A.L.V. wegens de corona – dat de leden in groten getale aanwezig zullen zijn.
De A.L.V. wordt uiteraard afgesloten met de welbekende 'derde helft'.

Op deze A.L.V. worden statutenwijzigingen voorgesteld.
Deze kunnen alleen worden aangenomen als 2/3 van het aantal leden aanwezig is.
Komt dus allen!!

Met vriendelijke groeten, Het Bestuur

Hierbij de jaarplanning van de Evenementen Commissie voor dit seizoen (concept)

- Seizoensopening zaterdag 27 augustus 2022
- Keez-avond zaterdag 24 september 2022
- Sponsordag (n.a.v. competitieprogramma)
- Biertapwedstrijd zaterdag 5 november 2022
- Sinterklaas zaterdag 3 december 2022
- Fout kerstfeest zaterdag 17 december 2022
- Nieuwjaarsreceptie zaterdag 01 januari 2023
- Pubquiz zaterdag 14 januari 2023
- Casino avond zaterdag 11 februari 2023
- Drankproeverij zaterdag 11 maart 2023
- Paasbrunch zondag 09 april 2023
- 70/80/90's Party zaterdag 13 mei 2023
- Vriendentoernooi zondag 28 mei 2023
- Wijnproeverij zaterdag 17 juni 2023
- Vrijwilligers Barbecue zaterdag 08 juli 2023

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

En de actie begint langzaam vorm te krijgen en iets leuks te betekenen.

1ste kwartaal	€ 26,=
2de kwartaal	€ 46,=
3de kwartaal	€ 56,=

Ga zo door leden, probeer nog meer mensen te motiveren; buren, familie, vrienden, collega’s,etc.

Ze hoeven zich slechts eenmaal digitaal aan te melden. Het kost niets, ja een minimale inspanning om je in te schrijven, en de club wordt gesponsord.

<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 met Hoorn***
  Junioren (Ribbon) *clusterteam met Hoorn*
  Cubs (Shield) *clusterteam met Schagen*
  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

Trainingen seizoen '22/'23

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**
Walking Rugby	**Donderdag**	**19.30 – 21.00 uur**
Conditie/Loop	**Woensdag**	**19.30 – 20.30 uur**

Cubs, Junioren, Colts en Dames trainen ook samen met hun clusterpartners (*nadere info hieromtrent bij de trainers/begeleiding*)

Dinsdag 13 september Ouderavond Guppen & Turven

18.00 uur in De Kangeroe

T.B.M. Kamp 2022

Het is alweer een tijdje geleden, maar wat was het leuk!

In het weekend van 9 juli gingen de Alkmaarse TBM op kamp. We begonnen met z'n allen in het Land van Fluwel, waar heerlijk gespeeld, gezwommen en gelachen werd. Het blote-voetenpad was helemaal een succes!

Daarna was er een prachtverrassing (een zeepbaan) op de club, waarna iedereen weer superschoon was. Na een heerlijke barbecue zat de energie er weer lekker in en was iedereen opeens superheld geworden! Hierna gingen we bingoën, kletsen en vooral nog niet slapen.

Na een heerlijke marinierswekker en stevig ontbijt werd er aan de teambuilding gewerkt, en werd het kamp afgesloten met een heuse Haka!

Alle begeleiders, hulp en organisatie hartelijk dank! Op naar het kamp van volgend jaar, met een nieuwe tent, gesponsord door Slagerij Jeroen de Vries, waarvoor onze dank!!

Poule indelingen Seizoen 2022-2023, 1ste Fase:

Heren 1, 3e Klasse Noord-West

#	Team
1	URC 3
2	RFC Haarlem 2
3	RC Spakenburg 1
4	Cas RC Driede
5	RC 't Gooi 3
6	Alkmaarse R.U.F.C. 1
7	SRC Rush 1
8	Ascrum AA
9	RC Den Helder 1
10	RC West-Friesland 1
11	RC Amsterdam 1
12	AAC 2

Heren 2, 4e Klasse Noord-West

#	Team
1	A.S.R.V. Ascrum 3
2	ARC 3
3	RC Hilversum 3
4	RC 't Gooi Fier
5	CL RC Dronten/Bulldogs 1
6	RC The Smugglers 1
7	CL Alkmaar/Hawks/Waterland 2
8	AAC 3

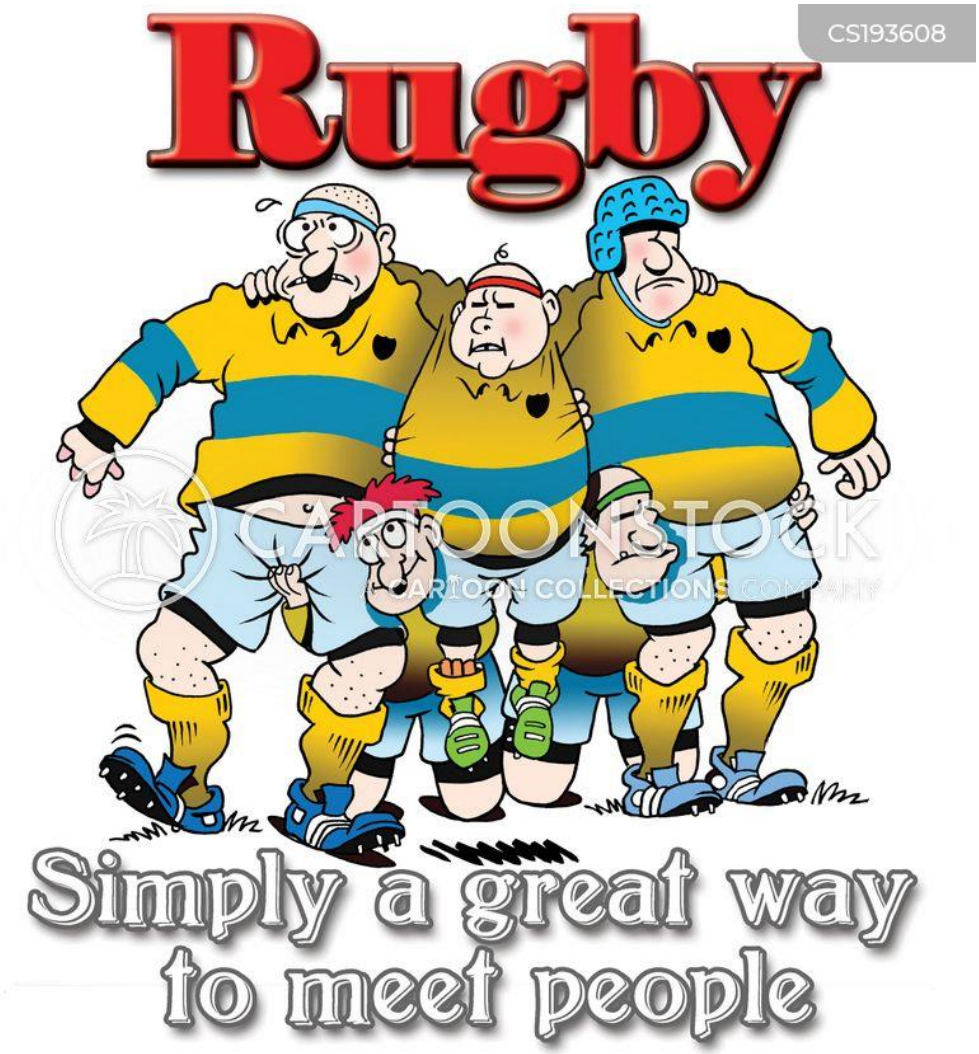
"Remember...don't flatten the players wearing the same shirts as you."

Cubs, Shield poule B
CL Hawks/Houtsche CU 1
CL Haarlem/ARC/Smugglers CU 3
CL Alkmaar/Den Helder CU 1
CL DIOK/Bassets CU 3
CL West-Friesland/Rush CU 1

Colts, Shield - poule A
CL Groningen/Drenthe CO 1
CL Bassets/Hawks CO 1
CL Zwolle/Twente CO 1
CL Fryslân CO 1
CL Kop van Noord-Holland CO 1

Junioren, Shield poule B
RC Hawks JU 1
ARC JU 2
RFC Haarlem JU 2
CL ZaWa JU 1
CL West-Friesland/Alkmaar JU 1
CL Den Helder/Rush JU 1

#	Dames, 2e Klasse Noord
1	CL Eindhoven Lions D1
2	CL SOP D1
3	LSRG D1
4	CL De Foeste Moiden D1
5	CL Groot Mokum D1
6	CL Delftse Dames D1
7	RRC D1
8	RC Wageningen D1



Klusdag zaterdag 3 september

Beste leden van de Alkmaarse Rugby Club,

Het is alweer enige tijd geleden dat er een klusdag op de club is geweest. Dus bij deze willen we **zaterdag 3 september** wat gaan doen!! Het is nog steeds goed weer dus kunnen we heel wat klussen oppakken. Er is genoeg te doen.

Wat we zoal kunnen doen:

- Dak op het tassenrek maken en schilderen.
- Verder met stoelen zetten op de tribune.
- Nieuwe tribune zitting schuren, schilderen en loopplank rotte delen vervangen.
- Touw in lichtmast
- 2e Dugout in hekwerk zetten.
- Koof maken/ ophogen bestrating om pvc buizen te beschermen naast kantine deur.
- Verzakking in straatwerk ophogen.
- Reclameborden schoonmaken.

- Trespa plaat maken op informatie bord bij entree.
- Hekwerk speeltuin na lopen en kunstgras leggen.
- Kleedkamers schoonmaken en hang- en sluitwerk deuren en ramen nalopen en repareren.

We beginnen om half 9 met koffie en om 9 uur starten we met het klussen tot een uur of 15.00. Ook al kun je maar een paar uurtjes, is dat al meegenomen natuurlijk. Rond 12.30 gaan we lunchen.

Wel graag even opgeven bij mij (Pieter) of je deze dag aanwezig bent om te klussen en ook of je blijft lunchen. Wil je je aub voor de lunch uiterlijk 1 september opgeven?

Vele handen maken ligt werk dus graag tot zaterdag 3 september!!

Met vriendelijke groet, Pieter van Duijn

pietervanduijn@hotmail.com

Terreindienst Alkmaarse Rugby

Ook dit seizoen kunnen 50-plussers uit regio Alkmaar gratis kennismaken met OldStars Walking Rugby bij Alkmaarse Rugby U.F.C. De trainingen staan onder leiding van gediplomeerd trainer Patrick Komen en zijn toegankelijk zowel voor oud-rugbyers bij wie het allemaal wat minder soepel gaat, als dames en heren met weinig of geen ervaring. "Je stopt niet met bewegen omdat je oud wordt... Je wordt 'oud' omdat je niet meer beweegt."

OldStars walking rugby is een initiatief van het Ouderenfonds en Alkmaar Sport is partner. In deze versie van rugby wordt op een kleiner veld gewandeld en is er geen fysiek contact. De bal mag afgepakt worden, met twee handen worden gedragen en alle kanten op worden gegooid (dus niet alleen opzij of naar achteren), maar mag niet uit de handen worden geslagen. Op deze manier is de sport toegankelijk voor iedereen.

Wandelrugby is een mooie manier om op wat hogere leeftijd te werken aan conditie, kracht, coördinatie, aanpassingsvermogen. Naast rugby worden diverse beweegvormen aangeboden en er is tijd voor sociale contacten met een kopje koffie.

De trainingen zijn op donderdagen van 19:30 tot 21:00 uur. Meer info via alkmaarserugby.nl. Voor een proeftraining of aanvullende informatie, mail naar oldstars@alkmaarserugby.nl.

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/