



DE PAALPIEPER

Seizoen
2016-2017
nummer 10



P.3

Daemsz Four
winterkampioen!

P.3

Dames 20 pakt de
volle winst

P.5

JD1 bovenaan na eerste
helft competitie

P.6

Openingstijden
winterstop

LEONIDAS



INHOUD

- Daamsz Four winterkampioen!
- MA5 doet het gewoon allemaal zelf
- MB5 is klaar voor de zaal
- Dames 20 pakt de volle winst
- Heren 1 sponsordiner
- JD1 bovenaan na eerste helft competitie
- Leo in het nieuws
- Openingstijden winterstop
- Tijdelijke actie van Heren 1

COLOFON

Jaargang 83 | Nummer 10

Redactie

Ron Rosenbrand

Email: paalpieper@leonidas.nl

Fotografie

Tom Boer

Jan Lelieveldt

Ron Rosenbrand

R.H.V. Leonidas Archief

Vormgeving

Machiel van Tok

Studio Tok

P.2

Partner van de Toekomst bij RHV Leonidas.



ABN AMRO investeert samen met Leonidas in hockeypotentieel.

Leonidas helpt samen met ABN AMRO ambitieuze hockeyspelers bij hun ontwikkeling richting de top. Door het organiseren van clinics, testcenters en andere activiteiten helpen we talent zich verder te ontwikkelen. We kunnen niet wachten wat de toekomst ons brengt.

Lees meer op abnamro.com/partnervandetoekomst

Daemsz Four winterkampioen!



De laatste wedstrijd van de eerste helft van het seizoen. Het zit erop en we gaan de zaal in. Wat hebben we een geluk gehad met onze wedstrijden. Regen geselde ons land, maar heeft ons vaak gespaard. Ook vandaag weer heerlijk weer, 10 graden en weinig wind. Perfect om te spelen.

En dus speelden we een perfect spel. Het ging fantastisch. Er was rust, focus, goede passes, veel balbezit en geen druk te hoog of we kwamen er onder uit. Taken en posities worden steeds duidelijker en beter gespeeld. Hier droomt iedere coach van.

En met alweer winst gaan we als winterkampioen de winter in (logisch toch?). Het was

zoiets als je trouwdag of de geboorte van je eerste kind. De mooiste dag van je leven. Zo bijzonder dat er geen hoogtepunt meer zou kunnen komen...

Onzin natuurlijk! 'Life goes on.' We gaan lekker de zaal in. Nieuwe systemen ontwikkelen en trainen. De technieken bijschaven en de slappe zaalspielen weer up-to-date brengen. Heerlijk, we hebben er allemaal zin in.

Voor iedereen die erin gaat: een hele fijne zaal. Speel mooi hockey, want mooi hockey geeft doelpunten. We houden jullie op de hoogte via onze FB pagina en de Paalpieper.

Daems Four

MA5 doet het gewoon allemaal zelf

A-meiden: altijd lastig, zou je zeggen. De meiden van MA5 laten zien dat het ook anders kan. Al staan ze aan het begin van de wedstrijden nog een beetje te slapen, onafhankelijk van het tijdstip van de wedstrijden.

Dus ook afgelopen zaterdag tegen Derby MA3 stonden ze binnen twee minuten met 0-1 achter. Maar ze hielden vol en zetten door. Met een weergaloze 'Maradona-dribbel' vanaf de middenlijn scoorde Beau.

Een andere score was een ouderwets 'Nederlandse School'-doelpunt na een aanval via de rechterflank tot aan de achterlijn. Uiteindelijk verdiend gewonnen met 4-3 en op plek 3 van de poule gaan ze nu de zaal in.

Maar weet je wat eigenlijk het mooiste is van dit team? Ze zijn hun eigen teammanager! Gezamenlijk besloten, gezamenlijk taken verdeeld, gezamenlijk opgepakt en uitgevoerd. Kortom: jullie zijn klasse-meiden!



MB5 is klaar voor de zaal

Het is alweer een aantal Paalpiepers geleden dat we u berichtten over de verichtingen van onze meiden van MB5. Het laatste wapenfeit van deze kanjers was de mooie 1-5 overwinning op Voorne MB2. Hieronder de laatste wapenfeiten van dit enthousiaste team.

De volgende wedstrijd, op 12 november, werd gespeeld tegen Schiedam MB2. De allereerste aanval van MB5 werd door Noa op weergaloze wijze afgerond met een prachtige lob over de keeper. Het duurde lang voor Schiedam van de schrik was bijgekomen maar uiteindelijk wonnen ze toch met 2-1. Het eerste verlies van MB5!

Een week later was de beurt aan Forcial MB2. Hierover kunnen we kort zijn: met o.a. twee treffers van Tessel en een weergaloos spelende Desiree werd Forcial met 6-0 aan de kant gezet.

Nul graden

Afgelopen zaterdagavond stonden de meiden om kwart voor zes te trappelen (vooral van de kou!) om in en tegen Ypenburg MB3 te spelen. Terwijl de wedstrijden op Veld 1 en Veld 3 waren afgelast vanwege toenemende gladheid, ging de wedstrijd op Veld 2 gewoon van start. De Ypenburgse dames gingen overtuigend van start, terwijl onze meiden duidelijk nog moesten opwarmen.

Ypenburg kwam dan ook al snel op 1-0, maar binnen een minuut stond het al 1-1. Ypenburg bleef echter aandringen en kwam weer op voorsprong. Na de 2-2 waren onze meiden pas echt warmgedraaid en net voor rust zette Natasha MB5 op voorsprong: 2-3.

Na de rust was het een andere wedstrijd. Misschien kwam het door de warme thee die onze meiden geserveerd kregen in de rust, maar Ypenburg kwam er in de tweede helft niet meer aan te pas. Uiteindelijk werd het 2-6. Weer een mooie overwinning door het mooie samenspel, gecombineerd met veel snelheid en een niet aflatende inzet. Na een slippartij van een van de speelsters van Ypenburg, floten de scheidsrechters twee minuten voor tijd af. Met goals van Floor V., Floor C., Tessel, Marit en Natasha (2x), staat MB5 nu op een mooie derde plaats.

En nu de zaal in

Dat was dus zaterdagavond. Maar op zondagmiddag waren de meiden al weer paraat in de zaal voor een training en een oefenwedstrijd tegen Victoria MB3 die in 5-5 eindigde. Nog één keer trainen deze week en dan zondag echt de zaal in voor de wedstrijden tegen Forcial MB2 en Spijkenisse MB1.

De Paalpieper heeft er alle vertrouwen in dat Coach Bert en Trayner Raymond onze meiden ook in de zaal zullen laten schitteren.

Dames 20 pakt de volle winst

Het is ongeloofelijk maar waar: we hebben gewonnen vandaag! Gewonnen! Hoe bestaat het. De comeback van de Paalpieperman bij de wedstrijd tegen Leo mocht voor de punten helaas niet baten, maar de comeback van Jellianne uit de tropen vandaag gelukkig des te meer!

We waren te sterk voor Nieuwkoop: 3-1 winst. En die drie punten waren zelden zo welkom. Laatste wedstrijd voor de winterstop kwamen we toch nog (godzijdank) van die ellendige 12de plek af, en hopelijk kunnen we die stijgende lijn in maart gewoon lekker doorzetten.



Heren 1 sponsordiner

Ook dit jaar verzorgt uw Heren 1 weer het befaamde sponsordiner. Een gevuld avondprogramma met een heerlijk diner, gezelligheid en verschillende activiteiten.

Let op! De datum voor dit diner is veranderd. Daarom: 'Change the date' en zet **27 januari 2017** vast in uw agenda, want dit spektakel mag u niet missen!



P.5

Personal Training

Voor kracht, conditie, explosiviteit, herstel, kickboksen, boksen en zelfverdediging

Volwassenen vanaf 10 sessies

€55 p/u

Kids tot 14 jaar vanaf 10 sessies

€30 p/u

Groepen Team Fit of Company Fit

€75 p/u

Groepslessen vanaf week 44

Maandag

10:30 - 11:30

Ladies fit

17:30 - 18:30

Kids 7-14 kickboksen

19:00 - 20:30

Kickboksen volwassenen

20:30 - 21:30

Combi boksen

Dinsdag

10:30 - 11:30

Kickboks combi zaktraining

18:30 - 19:30

Cross circuittraining: Total Body Workout

19:30 - 20:30

HIT boks en zaktraining

Woensdag

15:30 - 16:30

Kids 7-14 kickboksen

19:00 - 20:30

Kickboksen volwassenen

20:30 - 21:30

Cross circuittraining: Total Body Workout

Donderdag

18:30 - 19:30

Combi boksen

19:30 - 20:30

Bokszaktraining

19:30 - 20:30

HIT boks en zaktraining

Vrijdag

11:00 - 12:00

Kickboks combi zaktraining

19:00 - 20:00

Fightclass

Zaterdag

09:00 - 10:00

Cross circuittraining: Total Body Workout



250m² Sportfaciliteiten

Toepad 95, Rotterdam

(tegenover de Van Ghentkazerne, boven het clubgebouw van hockeyclub Leonidas)



JD1 bovenaan na eerste helft competitie

Na een (te?) pittige voorcompetitie in de Topklasse, hebben de mannen van Leonidas JD1 de eerste veldcompetitie van dit seizoen tot een mooi einde gebracht door in Schiedam met 6 tegen 0 te winnen.

Op het nieuwe complex in Schiedam werden de velden ondanks de kou en hier en daar bevroren rijp, allemaal bespeeld. Om toch iets meer zonlicht op het veld te laten schijnen werd de wedstrijd een kwartier opgeschort. Dat hielp iets, al waren er bij beiden teams wel wat meer glijpartijen dan we van voorafgaande wedstrijden gewend waren. Gelukkig zonder negatieve gevolgen.

Voorafgaand aan deze wedstrijd wisten ze eerder al éénmaal een gelijkspel thuis tegen Forescate JD1 (2-2) en driemaal een overwinning resp. uit tegen Westland JD1 (0-3), uit (in

een donker en ijsig koud Leiden) tegen Roomburg JD1 (1-3) en thuis tegen Wateringse Veld JD1 (4-0) neer te zetten en daarmee eindigen deze kanjers bovenaan de standenlijst!

Knap gedaan, mannen, en veel succes in de zaal en daarna in de tweede veldcompetitie van dit seizoen.



Leonidas
in het
nieuws!

P.6

Uit het AD/Rotterdams Dagblad
dd: Vrijdag 25 november 2016.

Leonidas gebruikt winterstop om velden te vervangen

ROTTERDAM Op de twee hoofdvelden van hockeyclub Leonidas spelen alleen nog de lagere teams van de club. Voor de hoogste seniorenteams en jeugdteams heeft de club de velden afgekeurd. Voorzitter Fred Nederlof aan het woord.

Is de toestand van de velden echt zo belabberd?

Fred Nederlof: „De velden zijn echt superslecht en het spel van de hoogste teams is daarvoor te snel. De twee nylolvelden die er liggen, zijn in-



RHV Leonidas

middels zes jaar oud. De velden horen zes tot acht jaar mee te gaan. Maar na vijf jaar waren ze eigenlijk al op. De levensduur is korter dan gehoopt, maar de velden zijn ook intensiever gebruikt dan gemiddeld.”

Lagere teams hockeyen nog wel op de velden?

„Ja, het spel van die teams is langzamer en daarom kan het minder kwaad. Daarbij moeten we wel. Doordat de schaatsbaan wordt aangelegd, gaat er ook speelruimte verlo-

ren. Met zo'n drukbezette club hebben we de velden gewoon nodig.”

Hoe gaan de nieuwe velden er uitzien?

„Het worden polyethyleen velden, zoals bij de Olympische Spelen zijn gebruikt. De gemeente gaat de velden onderhouden. Dat scheelt ons heel veel geld. Bij de voetbal was de gemeente al verantwoordelijk voor de velden. Eindelijk is het hockey gelijkgetrokken met het voetbal.”

Shari Kiljan

Openingstijden WINTERSTOP

Vanaf maandag 28 november gelden aangepaste openingstijden voor het clubhuis en de velden. Deze tijden zijn als volgt:

Op maandagavond kan er door de seniorenteams vanaf 19.30 uur getraind worden op veld 1, 2 en 6. De trimhockeyers trainen van 19.30 – 22.30 op (half) veld 5. Het clubhuis is geopend tot 23.30 uur.

Op donderdagavond kan er door de seniorenteams vanaf 19.30 uur getraind worden op veld 1, 2, 5 en 6. Het clubhuis is geopend tot 00.00 uur.

Keeperslockers, toiletten en kleedkamers zijn dagelijks tussen 09.30 – 22.30 uur bereikbaar/open.

Op dinsdag, woensdag en vrijdag is het clubhuis/bar gesloten. Tijdens de zaalcompetitie dagen (zaterdag en zondag) is het clubhuis geopend.

Het clubhuis is gesloten op 5, 24, 25, 26 en 31 december en 1 januari.

Blessure-ijs en zaalhockeyballen zijn op de dagen dat het clubhuis is gesloten verkrijgbaar bij de buitenbar (ballen tegen inlevering van borg).

*Vanaf 1 februari is het clubhuis weer dagelijks open voor trainingen. Als jouw team wil trainen vanaf 1 februari **moet** er gereserveerd worden bij Carolina via carolina@leonidas.nl; zonder reservering – geen veld om te trainen.*

'16-'17



Mocht tussentijds meer bekend worden over de planning van de aanleg van een nieuw veld 1 en/of 2 dan volgt daarover informatie via de site.

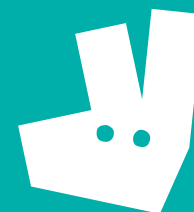
Uiteraard gaan wij speciaal open voor teamkerstdiners!

Verder bent u altijd welkom in één van de cafés van de Schaatsbaan Rotterdam!

LEONIDAS



LEKKER ETEN, GOED BEZORGD



deliveroo

Gratis bezorging op je eerste bestelling met code: **LOVELEONIDAS**.
Geldig tot 01/12/2016

Bestel het lekkerste eten van jouw favoriete restaurant uit de buurt op [deliveroo.nl](https://www.deliveroo.nl)



Tijdelijke actie van Heren 1 sponsor Deliveroo, de sponsor van Heren 1, heeft een speciale actie voor alle Leoniden: de eerste bestelling van een maaltijd via Deliveroo wordt gratis bezorgd. Vul hiervoor de code: LOVELEONIDAS in. Deze actie is geldig tot 1 december 2016.