



Rheko

info nr. 25 10 – 17 februari 2020.

e-mail adres Rheko: rheko@planet.nl

website : <http://www.rheko.nl>

Vrijdag:
14 – 02

Oud papier actie!

Deze vrijdag is er weer OPA. Wil iedereen ervoor zorgen dat de papiercontainer of dozen papier goed vastgebonden (niet te zwaar) om 18:00 uur aan de weg staat. Rheko wijk globaal tussen de Oranjeweg(oneven nummers) en de IJsselsingel, Brinkweg en de Roggeweg.

De volgende helpers zijn deze keer aan de beurt:

Robbert Leenders, Johannes vd Weij, Oscar Buno Heslinga, Louis Rabeling, Jos van Domburg

In de Korf organiseert PFC een valentijns gala voor haar leden.

Zaterdag:
15 – 02

De volgende Rheko wedstrijden staan op het programma.

Rheko D1 is vandaag team van de week. Jullie worden met je korfbal tennue om 17.45 uur in de sporthal verwacht. Mocht je niet aanwezig kunnen zijn geef dit dan even door aan jullie trainer/coach.

Vanmiddag om 15.30 uur wordt Henk Peelen bij de Rhedense Leeuw op het meester B. van Leeuwenplein tot ridder in de orde van de Rhedense Leeuw geslagen. Henk is lid van Rheko en actief als scheidsrechter en lid van de maandagmorgen groep.

Hierbij nodigt het bestuur alle Rhekoleden uit om hierbij aanwezig te zijn.

Wedstrijd		aanv.	aanw.	hal		coach	scheidsr.	auto's
Rheko 1	KVZ 1	18:00	17:05	De Hangmat	RHEDEN	Gerben	knkv	
Victum A1	Rheko A1	15:00	13:15	Weteringhoek	HOUTEN	Onno - Paula		Jurriens, Breedveld, Langestraat, de Knecht
Rheko B1	Sparta (Zw) B1	17:00	16:15	De Hangmat	RHEDEN	Maarten - Marco	Dick O	
Rheko/SIOS B2	Oost-Arnhem B2	16:00	15:15	De Hangmat	RHEDEN	Damian - SIOS	Tim	
Rust Roest C1	Rheko C1	13:10	11:25	Strijphal	EINDHOVEN	Eloy - Ellen - Luna		vd Burgt, de Smit, Mandemakers, Hermans
Rheko D1	KVZ D3	15:00	14:30	De Hangmat	RHEDEN	Annemiek	Peter	
Rheko E1	Zwaluwen E1	14:00	13:30	De Hangmat	RHEDEN	Rutger - Reina	?	
Apeldoorn E2	Rheko E2	09:30	08:25	Zuiderpark	APELDOORN	Sophie - Carlijn		de Geest, Zeilmaker
Duko E1	Rheko E3	09:00	08:15	Triominos	DUIVEN	Julia - Jaron		Ouwens, vd Weij
Rheko F1	Keizer Karel F1	14:00	13:30	De Hangmat	RHEDEN	Marjolein , Carlijn	?	

Zaaldienst:

13.30 – 16.30 uur: Rheko 2 en Nick Goossens.

16.30 – 19.30 uur: **Stijn Langestraat** en Rheko 2

Afschrijven, uiterlijk dinsdagavond bij :

Sen, 1, 2, 3	bij aanvoerder		
A, B en C jeugd	Jetske van Amerongen	06-10595499	
D, E en F jeugd	Marjolein Kruithof	06-81386771	
Scheidsrechters	Eloy Lischer	06-34594840	scheidsrechters@rheko.nl
Zaaldienst	Wianda van de Borne	06-13483894	

Opstellingen:

Rheko 1 is bekend

Rheko A1:

Dames: Julia Jurriens, Sophie Farkas, Femke van Duren, Karlijn Breedveld

Heren: Bas Joosten, Job Langestraat, Rutger Kruithof, Sander Kruithof, Ties de Knecht, Tim Terlouw

Rheko B1:

Dames: Babette Peelen, Dominique vd Berg, Sanne Mekking, Simone Kragt

Heren: Jesse Dorland, Marijn vd Burgt, Nick Goossens, Stijn Langestraat, Wesley Janssen

Rheko B2:

Dames: Eline vd Kracht, Emma Roelofse, Iris Fortuin, Isa Bochoven, Lindsey Bohmer

Heren: Boris Berndsens, Roy vd Most, Glenn de Haas, Ruben de Boer, Stein Stolper,
Nick Eenkhoorn

Rheko C1:

Dames: Julie vd Burgt, Lieke de Smit, Linda Breedveld, Mara Bruno Heslinga, Marit Mekking

Heren: Ivo Terlouw, Luuk Roseboom, Sam van Brunschot, Thijs Hermans, Mees Mandemakers

Rheko D1

Heren: Tycho Deltenre, Jesse Hoekstra, Ricardo Bosma

Dames: Evi Dekker, Elda Domi, Fleur Hartgers, Ember Lieuwe a Pieuw, Lynn Mandemakers, Noor Mennink, Defne Salman, Jolein Bakker, Lana Derksen

Rheko E1

Heren: Pim Dekker, Thijs Terlouw, Sacha te Wildt, Guus Witteveen

Dames: Jet v/d Borne, Jara Erpeka

Rheko E2

Heren: Bram Jurriens, Bart Smeenge, Lucas Zeilmaker, Leon Zeilmaker

Dames: Hayley de Geest, Isa vd Voort

Rheko E3

Heren: Rudmer v/d Weij, Jesper Ouwens

Dames: Sophie Nijenhof, Lisa Riebroek, Evelien Kemperman

Rheko F1

Heren: Arendo Christ

Dames: Wies v/d Borne, Marit Erpeka, Emma v/d Kaa, Maud Hartgers, Yumi Lieuwe a Pieuw,
Chelsey van Ee

Ander Rhekonieuws.

- **PUB QUIZ**

Zaterdag 21 maart om 20.00 is het tijd voor de Rheko pubquiz. Hou deze datum vast vrij! Meer info volgt snel.

- **RHEKO KAMP**

Jeugdleden, noteer alvast. Rhekokamp is dit jaar van 3 tot 5 juli.

- **Wedstrijdwijziging**

De wedstrijd **Diderna B1 - Rheko/SIOS B2** die afgelopen zaterdag niet doorging wordt gespeeld op zaterdag 4 april om 10.30 uur.

- **Aangepaste trainingen.**

Vanwege de thuiswedstrijden van de midweek en de voorjaarsvakantie zijn er enkele trainingstijden aangepast.

Donderdag 20 februari: Om 19.00 uur traint Rheko B1 en A2, om 20.00 uur wedstrijd Rheko Midweek, om 21.00 uur traint Rheko A1 en de selectie.

Dinsdag 25 februari traint om 19.00 uur Rheko A1 en 3 waarna om 20.00 uur de wedstrijd van de Rheko Midweek begint. Alle andere teams en de selectie trainen niet.

Woensdag 26 februari wordt er niet getraind

Donderdag 27 februari wordt er vanaf 19.00 uur volgens het bekende schema getraind.

Wedstrijdverslagen.

DVO/Accountor F5 – Rheko F1: 10 – 8

Vandaag gingen we met drie volle auto's naar Bennekom. Na het binnenkomen van de twee klapdeuren hoorden we de trommels en bellen al rinkelen vanuit de witte, grimmige zaal. Gelukkig konden wij onze ochtend rustig beginnen in de tweede kleine zaal. En hadden zo ook een langere warming-up dan normaal. Want de scheidsrechter was er nog niet. Hierdoor was er ook nog even extra tijd om de tactieken te bespreken en door te nemen om samen veel te gaan afvangen en goed er bij te blijven met verdedigen.

Van te voren wisten we allemaal dat dit een spannende wedstrijd zou gaan worden. We startten dan ook met volle bak aan de wedstrijd. Onderschepte tijdens de eerste aanval de bal en gingen met een volle vaart naar de korf. Vervolgens reageerden we snel op wie vrij stond. En schoten zo de eerste vier doelpunten erin. Als er niet gescoord werd, werd er goed afgevangen om nog een actie te kunnen maken. Uiteraard zaten ze of ving de tegenstanders de bal af die waren namelijk ook erg gehaaid op de bal. Doordat we net niet altijd op tijd bij onze tegenstanders waren en dichtbij verdedigden, plus zij het geluk hadden dat de ballen erin gingen. Was de ruststand zes tegen vier voor DVO.

Tijdens de rust probeerden wij als coaches dan ook volle moed bij ze in te spreken, want alles kon nog. Twee doelpunten achterstand zegt helemaal niks. Om het gat kleiner te maken, was het plan om in de verdediging meer te focussen op het op tijd bijzijn van je tegenstander in de buurt van de korf. In plaats van ballen proberen te onderscheppen, wanneer zij bezig waren om naar hun korf te kunnen komen. Dit pakt jullie super goed op. Zo kwamen we terug met 8-8. De laatste vijf minuten werd er alles aangedaan om met de winst ervan door te gaan. Helaas bleven de twee punten in Bennekom.

Al met al vind ik dat jullie het super hebben gedaan! Dit zijn alleen maar goede leermomenten, waar we alleen maar beter op kunnen worden. Ook wij als coaches. Voor Julia en IsaBeau was dit de allereerste wedstrijd. Oprecht heb ik genoten hoe jullie alles zo snel oppikte. Het verdedigen kon niet beter bij IsaBeau. Ze bleef hem maar in de gaten houden en zat er heel dicht op! Ook complimenten naar Julia die mooie ballen gooide naar andere teamgenootjes, maar ook onderschepte zodat er gescoord kon worden. Maud haar tegenstander kon niet schieten zo dicht verdedigde ze erop! Wies onderschepte natuurlijk weer bal naar bal en scoorde zo er een stuk of drie vier. Emma ving de bal goed af en scoorde

zo ook een mooi doelpunt! Yumi wat was jij fanatiek en zette je goed door! Marit jij nam noemenswaardige kansen in de aanval!
Groetjes Carlijn ofwel Webber (;

Rheko F1 - Wageningen F3: 10 – 9 Vorige week vergeten te publiceren.

WAT HEBBEN WE GOED GESPEELD! In het eerste kwart begonnen we goed we kwamen met 0-1 voor. We schakelde super snel om en wat we schoten zat veel raak. Yumi heeft super goed afgevangen daardoor konden we nog 1 keer schieten en scoorde Thijmen een super mooi doelpunt! Verdedigend deden we het ook goed. We zaten er boven op en lieten de tegenstanders konden daarom niet snel genoeg overgooien en daarom hadden we veel ballen er tussen uitgehaald. Marit en Emma hadden zich daar helemaal in gevonden. In het tweede kwart begonnen we heel goed. We scoorden veel en waren door super goede passes van Wies en Marit. En door het super goede afvangen van Maud konden we ook weer lekker schieten. Verdedigend ging het ook echt super goed bijna iedere bal die zij schoten hadden wij afgevangen. Chelsea was daar echt goed in. In het derde kwart hadden zij 2 nieuwe spelers en dat was even wennen maar na een paar minuten hadden wij het goed door en liep onze voorsprong nog verder uit. Tegen het einde van het 4e kwart waren zij snel aan de overkant daardoor konden zij snel schieten. Alleen die zat er niet altijd in en daardoor hadden wij vaak de afvang. Met heel veel liefs van Babette en Sanne

Rheko E3 – KVZ E3: 2-2

KVZ E2 - Rheko E1: 8 - 17

Volgens mij hebben wij de sleutel tot succes gevonden. Deze week weer zo'n prachtige overwinning. Aan het begin afgesproken dat we volle druk op de ballijnen gingen zetten en dit werd succesvol uitgevoerd. We schoten uit de startblokken, maar kakte aan het eind van het eerste stukje een beetje in. Koppen bij elkaar en toen stond het vizier pas écht op scherp. Elke bal was voor ons en daardoor begon KVZ gehaast te gooien en wij konden blijven aanvallen. Onze afronding was vandaag subliem en de inzet ook. Helaas vloog op slag van rust de tegenstander van Thijs zo hard in, dat Thijs het veld voor de rest van de wedstrijd moest verlaten. Dit was zonde, want Thijs had zijn heer helemaal in de zak. In de rust besloten we dat we voor Thijs moesten winnen. Dus met de vier spelers die we nog over hadden speelden we de wedstrijd uit. In het laatste stukje viel een echte doelpuntenregen en KVZ was moe. Jara schoot al ongekend goed bij de voorbereiding en hield dit lekker vol in de wedstrijd. Pim maakte het de lange heer enorm lastig en had een prachtig doelpunt uit een 360. Jet maakte het leven van KVZ zuur door in elke ballijn te zitten en schoot ook nog eens goed. Guus was onze vertrouwde aangeef vandaag en verdeelde het spel goed. Gelukkig kon hij op het eind óók nog een doelpunt meepakken en wat waren we blij! We misten Sacha vandaag helaas opnieuw, dus Sas, beterschap!! Groetjes, Tessa, Rutger en Reina

Rheko C1 – Oost – Arnhem C1: 16 – 5.

Rheko B1- Elburg B1: 12 - 11. Vorige week vergeten te publiceren.

We zijn dan geen kampioen, maar zo voelt het wel!! Wij begonnen rommelig. In het vak van Jesse, Sanne, Do en Wesley stond het veel stil. We creëerden wel kansen alleen maakte ze daar niet af. Verdedigend was dit vak wel super goed er waren onderling goede afspraken en die werden ook nageleefd. In het andere vak (het vak van Siem, Nick, Stijn en Babette) was er verdedigend heel veel onrust. Dat kwam omdat we niet fel genoeg waren. We waren constant te laat. Na de time-out werd dit anders. We waren toen scherp en zij konden toen eigenlijk geen kant meer op. Elburg ging toen fout na fout maken. Aanvallend ging het goed. We hadden goede kansen en eigenlijk iedere kans die we hadden zat! De tweede helft was nog geen 2 minuten aan de gang en we hadden al een doelpunt. Elburg was dus direct even recht gezet. Verdedigend maakte wij in beide vakken stommen fouten. Er net te laat voorstappen of te grootte gaten laten vallen. Aanvallend hadden we onze draai ook weer gevonden we maakte onzen kansen nu af. En creëerden daardoor angst bij de tegenstanders. Lieten ze te grootte gaten schoten wij ze raak en kwamen ze er te dicht bij dan kwamen wij er langs voor een doorloopbal. Al met al hebben wij goed gespeeld en mogen we trots zijn op ons resultaat!!

Rheko Info seizoen 2019-2020

Met veel liefs van Babette en Sanne

Rheko A2 - DOT A2: 13 - 8

Zooooo poesjes jullie leken vandaag wel katertjes die flink van zich af hebben gebeten!!!! Complimenten voor de inzet verdedigend liep het heel goed ! Ook de aanval liep redelijk goed als ik dan een minpuntje moet noemen is dat de aanval iets rustiger mag niet te gehaast ! Maar nu loop ik echt te zeike ☐De coach van de tegenpartij feliciteerde mij en zei dat het er in de eerste helft op leek dat het een makkelijke middag zou worden voor hun ☐☐Dus niet !!!!!☐Nou fijn weekend allemaal groetjes tot de volgende keer Xxxx De kater ☐☐☐

Rheko A1 – Apeldoorn A1: 14 - 15

"Never change a winning team" zei Alf Ramsey in 1966 tijdens de World Cup. Vele grootheden zoals bijvoorbeeld van Bommel volgden deze ideologie, maar ik niet. Verandering is goed, soms moet er ruimte gemaakt worden voor nieuwe mensen met een nieuwe blik. Vandaag schrijft Rutger Kruithof het stukje, en ik kan jullie verzekeren dat je tevreden wordt gesteld. Kusjes Ties

Vorige week, in de niet-beschreven wedstrijd tegen Antilopen A1, werd ik bij rust naar de kant gehaald. Tijdens die tweede helft, die een eeuwigheid leek te duren, keek ik af en toe naar de man aan mijn rechterzijde. Ik zag een kale man die zichzelf vanbinnen aan het opvreten was omdat we niet leverden wat we kunnen leveren. Die man sprak na de wedstrijd de motiverende woorden: "Ik gun jullie dit soort wedstrijden niet, jullie zijn beter dan dit." Aan ons de taak om dat deze week recht te zetten tegen Apeldoorn A1, een tegenstander waar we al tot twee keer toe niet ons niveau hadden gehaald.

Om te voorkomen dat dat weer zou gebeuren, benadrukte Onno in de voorbespreking dat we het in eigen hand hadden hoe we het veld op gingen. Vandaag moesten we Apeldoorn overrompelen. Dat was makkelijker gezegd dan gedaan. Apeldoorn was scherper in de afronding dan wij, wij hadden simpelweg meer kansen nodig om te scoren. We moesten ons in de tweede helft meer gaan belonen. Dat was wederom makkelijker gezegd dan gedaan en Apeldoorn begon beter aan de tweede helft en sloegen een gat van drie doelpunten. Op dit soort momenten weet je niet wat Rheko A1 gaat doen. Er zijn dagen dat we 'het koppie laten hangen' en we het als collectief opgeven. Dan wordt er niet meer gejuicht bij doelpunten, het vertrouwen sijpelt dan langzaam weg uit de ploeg. Dat resulteert dan in situaties als vorige week, waar Sander, als enige in de hele zaal, uitbundig juichte bij een goal. Mensen vonden dat hij zich voor lul zette, ik vond dat hij een goed statement maakte. Vandaag was het niet zo'n dag, Rheko A1 rechtte de rug en zette de achtervolging in. Omdat ik twintig minuten voor tijd gewisseld werd om de verdediging wat aan te scherpen, zat er een kale oude man rechts van mij. Hij nam een keelsnoepje en dacht na. Hij dacht na over hoe hij deze wedstrijd naar ons toe kon trekken. In overleg met onze wat minder nadrukkelijk aanwezige maar minstens zo goede coach kwamen ze tot besluiten voor wissels, time-outs, tactische plannen. Ik zag een oude man die opstond bij een opgelegde kans voor Bas, waar hij alles goed deed, maar het geluk niet mee had. De man baalde en ging zitten. Als persoon die ook bloedfanatiek is en niet goed tegen zijn verlies kan, is het heerlijk om naast Onno en Paula te zitten. Het fanatisme om te winnen is prachtig om te zien. Het geeft ook zelfvertrouwen om te zien dat ze boos worden als we iets fout doen. Ze weten dus dat we beter kunnen.

De hele wedstrijd leek er een comeback aan te komen. Ik voelde het aan alles. Ook ik zat, net als iedereen, gespannen op de bank. De stand was 13-14. "Als we nu gelijk maken, hebben we kans." Een getergde Sander die vandaag meerdere malen het geluk niet aan zijn zijde had, schoot van afstand raak. 14-14 met nog één minuut te gaan. We leken vandaag hetgene te doen wat ons tot twee keer toe niet gelukt was. Punten pakken tegen Apeldoorn.

"Als het te mooi is om waar te zijn, is het waarschijnlijk ook niet waar." Er was nog één minuut te spelen. Genoeg tijd om de winnende te maken. Dat gold echter niet alleen voor ons. Op een manier die ronduit kut is om hem tegen te krijgen, kregen we hem tegen. Storm heette de beul van Rheko A1. De Rheko-storm ging liggen en Apeldoorn speelde de wedstrijd zakelijk uit. Wat voor ons overbleef was een deceptie. We hadden het weer laten liggen.

Rheko Info seizoen 2019-2020

We hebben ons best gedaan, meer dan dat kan je niet doen. Maar soms is je best doen niet genoeg. Volgende week gaan we gewoon weer ons best doen tegen ons volgende slachtoffer, Victum A1. De oplettende lezer merkt nu op dat ik eigenlijk een woordgrap heb gestolen uit een stukje van Ties. Nu kan je zeggen dat dat goedkoop is, maar ik voel me er goed bij. Mijn eigen simpele filosofische gedachte is dan ook, "Beter goed gejat dan slecht bedacht".

KVZ 5 – Rheko 3: 14-10

Kesteren 2 - Rheko 2: 6 - 15

Vandaag speelden we tegen Kesteren. We begonnen de wedstrijd niet scherp en kwamen dan ook al vrij snel op achterstand. Kesteren speelde vooral veel vanuit de aangeeft waardoor wij veel moesten voorverdedigen. Dit ging vooral in het begin niet altijd even goed. Ook in de aanval begonnen we niet heel sterk. Er werd veel vanuit de 1 tegen 1 aangevallen, terwijl we daar niet veel goede kansen uit kregen. We speelden erg geforceerd en ook de afronding kon beter. Toch zagen we kans om weer terug te komen en ging we de rust in met een voorsprong. De tweede helft bouwde we de voorsprong uit dankzij een motiverende peptalk van Onno. Het spel werd dynamischer waardoor we meer goede kansen konden nemen. Ook het geven van druk in de verdediging ging beter. We waren meer bezig met het aan de buitenkant houden van onze tegenstander en het ging beter met voorverdedigen. Hierdoor wisten we uiteindelijk toch een ruime overwinning te behalen.

Kesteren 1 – Rheko 1: 12 - 14

Vandaag stond de wedstrijd Kesteren - Rheko op het programma. Een belangrijke wedstrijd waar 2 punten gepakt moesten worden om uit de gevarenzone te blijven. Met een rommelige voorbereiding waarin veel afwezigingen door blessures en ziekteverzuim is de rommelige start van de wedstrijd ook een mooie weerspiegeling van de weken ervoor. Veel doelpogingen waren er nodig voordat de eerste erin vielen en met 4 overtredingen in de verdediging liepen we al snel tegen de feiten aan. Voor de wedstrijd werd er aangegeven dat doelpunten met elkaar gevierd moesten worden en om elkaar 1 voor 1 mee te nemen in een slipstream.

En dit is ook precies wat er gebeurde, er werden 2 acties naar binnen erin gelegd en de flow was weer terug. Die flow waardoor we vandaag gewonnen hebben is ook onze sterkste wapen.

Daarom namens de selectie bedanken wij het publiek dat elke week weer langs het veld staat om onze flow in werking te zien. Volgende week staat KVZ thuis in de Hangmat op het programma en we hopen ook daar jullie allemaal weer te zien.