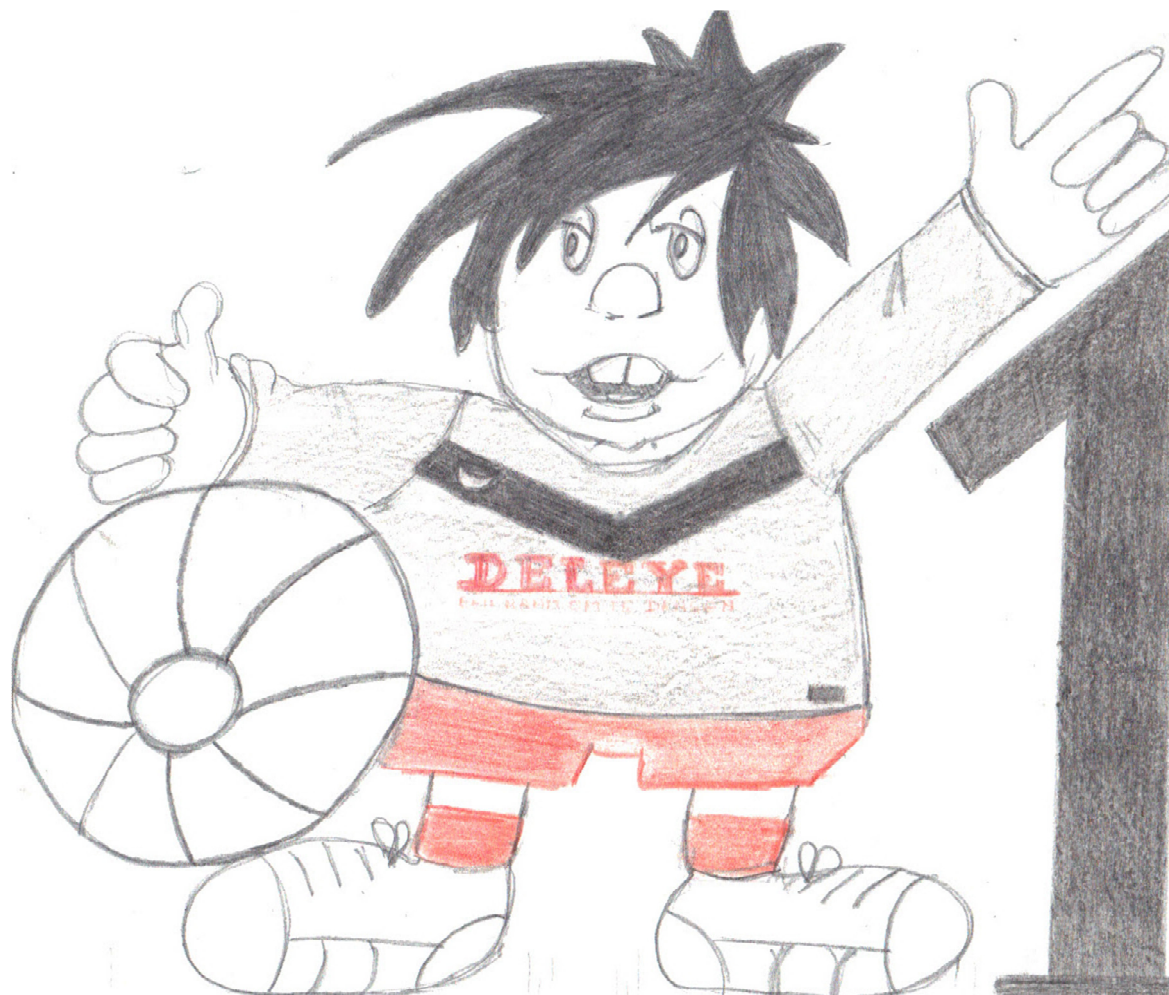


'T MICHIELTJE



DECEMBER 2012 - JANUARI 2013 -
FEBRUARI 2013

KRACHTBALCLUB
SINT-MICHIELS

INHOUDSTABEL :

Michieltje leest ...

- uitslagen van pupillen, kadetten jongens, kadetten meisjes en scholieren jongens p 3-4
- Figuur van MICHIELTJE: Jan Vanhecke p 5-6

Michieltje's weetjes datjes...

p 7

Michieltje's agenda...

p 7-8

Kalender (tot maart)

Michieltje steekt de mouwen uit en...

- Codenaam BOWLING p 9-17
- Kerstraining p 18-19

Michieltje speelt...

- MUZIEK p 20-24

MICHIELTJE LEEST

Onze jeugd ploegen hebben er al heel wat wedstrijden opzitten. Hieronder kunnen jullie hun resultaten bekijken :

UITSLAGEN PUPILLEN :

8/09/2012	22007	11:00	KBC Male	- KBC St. Michiels	7	15
15/09/2012	22013	12:30	KBC St. Michiels	- KB Moerdamme	17	5
22/09/2012	22016	15:00	KBC Heist A	- KBC St. Michiels	15	5
6/10/2012	22026	15:30	KBC Heist C	- KBC St. Michiels	6	13
20/10/2012	22033	12:00	KBC St. Michiels	- Vrij		
27/10/2012	22037	13:00	Avanti Lissewege	- KBC St. Michiels	9	12
11/11/2012	22044	10:00	Sporting Brugge	- KBC St. Michiels	16	13
17/11/2012	22056	12:00	KBC St. Michiels	- KBK Ichtegem B	9	10
25/11/2012	22061	09:00	WWR Ingelmunster	- KBC St. Michiels	21	12
15/12/2012	22074	16:00	KBC Heist B	- KBC St. Michiels	22	11
5/01/2013	22069	12:30	KBC St. Michiels	- HO Beitem	13	14
12/01/2013	22089	12:30	KBC St. Michiels	- KRB Jabbeke	9	19

UITSLAGEN KADETTEN JONGENS

8/09/2012	17001	13:15	KBC St. Michiels	- KBK Temse	14	13
16/09/2012	17007	13:15	t Klaverken Buggenhout	- KBC St. Michiels	13	27
22/09/2012	17011	14:15	KBC St. Michiels	- KB Moerdamme	21	18
6/10/2012	17019	17:45	Osiris Aalst	- KBC St. Michiels	12	13
20/10/2012	17021	12:30	KBC St. Michiels	- KBK Ichtegem	20	4
27/10/2012	17026	13:15	KBC St. Michiels	- HO Beitem	14	19
10/11/2012	17033	11:00	KBC Male	- KBC St. Michiels	25	13
18/11/2012	17036	11:45	Atlas Varsenare	- KBC St. Michiels	10	21
24/11/2012	17044	10:00	Vrij	- KBC St. Michiels		
15/12/2012	17051	12:30	KBC St. Michiels	- t Klaverken Buggenhout	30	0
6/01/2013	17046	12:00	KBK Temse	- KBC St. Michiels	12	18
12/01/2013	17058	17:45	KB Moerdamme	- KBC St. Michiels	18	18

UITSLAGEN KADETTEN MEISJES

8/09/2012	18001	14:15	KBC St. Michiels	- D&W Koekelare	23	24
-----------	-------	-------	------------------	-----------------	----	----

15/09/2012	18007	15:00	Avanti Lissewege	- KBC St. Michiels	13	34
22/09/2012	18011	15:15	KBC St. Michiels	- KB Moerdamme	30	9
7/10/2012	18019	09:30	KRB Loppem	- KBC St. Michiels	14	20
20/10/2012	18021	14:15	KBC St. Michiels	- KBK Ichtegem	30	10
27/10/2012	18026	14:15	KBC St. Michiels	- HO Beitem	30	17
10/11/2012	18033	16:00	t Botterken Baasrode	- KBC St. Michiels	18	34
17/11/2012	18036	14:15	KBC St. Michiels	- KRB Jabbeke	31	9
25/11/2012	18044	15:45	t Klaverken Buggenhout	- KBC St. Michiels	19	34
15/12/2012	18051	14:15	KBC St. Michiels	- Avanti Lissewege	31	6
5/01/2013	18046	16:45	D&W Koekelare	- KBC St. Michiels	17	14
12/01/2013	18058	16:45	KB Moerdamme	- KBC St. Michiels	10	30

UITSLAGEN SCHOLIEREN JONGENS

8/09/2012	15002	15:30	HO Beitem	- KBC St. Michiels	19	26
15/09/2012	15005	17:30	Sporting Brugge	- KBC St. Michiels	32	20
22/09/2012	15010	13:00	KBC St. Michiels	- KBC Male	19	24
6/10/2012	15015	17:00	MEZ Snellegem	- KBC St. Michiels	29	19
20/10/2012	15018	13:00	KBC St. Michiels	- KBK Ichtegem	39	15
27/10/2012	15023	16:30	D&W Koekelare	- KBC St. Michiels	25	30
10/11/2012	15028	13:45	Avanti Lissewege	- KBC St. Michiels	23	26
17/11/2012	15030	13:00	KBC St. Michiels	- HO Beitem	14	33
24/11/2012	15034	17:30	Sporting Brugge	- KBC St. Michiels	26	20
15/12/2012	15042	13:00	KBC St. Michiels	- MEZ Snellegem	17	32
5/01/2013	15045	10:30	KBK Ichtegem	- KBC St. Michiels uitgest.		
5/01/2013	15040	10:00	KBC Male	- KBC St. Michiels	33	20
12/01/2013	15050	14:45	KBC St. Michiels	- D&W Koekelare	28	17

MIKRABA's :

Onze mikraba's hebben enkele toernooien (Sint-Michiels, Ichtegem, Maldegem) gespeeld.

Soms was het wel super-slecht weer maar we lieten ons niet kennen !! Bravo !



FIGUUR VAN MICHIELTJE : JAN VANHECKE



Hallo, ik ben Jan Vanhecke, geboren op 25 april 1970. Ik begon mijn krachtbalcarrière bij Sint-Michiels in 1982. Daarvoor ging ik regelmatig kijken naar de herenploeg, die toen nog op de terreinen in het Boudewijnpark speelde. Ik hielp mee aan de opbouw van het “oude kotje” in de Abdijbekestraat en was er samen met de Rosseeltjes, de Maantjes en de Tamsins een van de eerste jeugdspelers. Ik doorliep alle jeugdreeksen, behaalde een paar titels en bekens en stroomde zo door naar de senioren. In 1991, na het winnen van het interscholentornooi, deed ik voor een viertal jaar ervaring op bij D&W Koekelare, maar uiteindelijk kwam ik terug naar de ploeg waar voor mij alles begon, Sint-Michiels. In de tussentijd gaf ik ook nog drie jaar jeugdtraining in Ichtegem, met drie dubbels tot gevolg.

Ik woon nu al een vijftal jaar in Roeselare, waar ik les geef en ook de informatica beheer van onze sponsor Deleye, maar toch blijf ik Sint-Michiels trouw. Intussen hielpen we ook met de afbraak van het oude kotje, en de opbouw van het nieuwe lokaal, waar de tandem Fre-Pico alles in goede banen geleid heeft.

Momenteel speel ik zelf nog in onze derde ploeg, waar er een toffe mix is van jong en oud. Nadat we vorig seizoen de titel behaalden zijn we ook dit jaar op promotiekoers; en dat dankzij onze jonge gasten die elke week het beste van zichzelf geven. Als ik af en toe eens een rugworpje kan meepikken, dan ben ik al tevreden. Maar ik kan evengoed genieten van de ploegprestatie van onze ploegen. Want krachtbal is en blijft een teamsport.

Ik ben ook wekelijks terug te vinden op de terreinen als scheidsrechter. Dat doe ik al van 1987 en mocht al heel wat mooie wedstrijden leiden. De waardering krijg je zeker van de spelers, en als je dan nog eens tot scheidsrechter van het jaar verkozen wordt, of als je een bekerfinale in goede banen mag leiden, is dat toch wel een hele eer. Een taak als scheidsrechter is niet te onderschatten, maar zolang je je in deze taak amuseert, dan moet je er voor gaan. Aan onze jonge gasten zou ik zeggen: ga er dus voor. Momenteel ben ik ook cursusverantwoordelijke voor de krachtbalfederatie, dus proberen we de jonge scheidsrechters dan ook goed te begeleiden.

Tenslotte ben ik ook lid van het bestuur van Sint-Michiels en help graag achter de schermen. Om het krachtbal te promoten schrijf ik dan ook wekelijks een artikel voor het Nieuwsblad en het Brugsch Handelsblad, meestal geïllustreerd met een foto.

Zoals je ziet: een bezige bij wiens leven toch wel door het krachtbal bepaald wordt. Maar het is zeker geen last, want krachtbal blijft een toffe sport. En met een familiale club zoals Sint-Michiels is geen enkele opdracht een last!



MICHIELTJE'S WEETJES DATJES

- indien je niet kunt aanwezig zijn op een wedstrijd, je best **tijdig de trainers/coaches verwittigt!** Als het kan, minimum een dag voordien zodat de coach nog voor een gepaste oplossing kan zoeken. Je kunt ook altijd Karin onze jeugdverantwoordelijke bereiken op volgend nummer : **0498/389770.**

MICHIELTJE'S AGENDA

Scholieren jongens

19/01/2013	15054	14:00	KBC St. Michiels	- Avanti Lissewege	*
26/01/2013	15058	14:30	HO Beitem	- KBC St. Michiels	*
2/02/2013	15061	14:45	KBC St. Michiels	- Sporting Brugge	
9/02/2013	15066	13:00	KBC St. Michiels	- KBC Male	

23/02/2013 15071 17:00 MEZ Snellegem - KBC St. Michiels
 2/03/2013 15074 13:00 KBC St. Michiels - KBK Ichtegem
 9/03/2013 15079 14:45 D&W Koekelare - KBC St. Michiels
 16/03/2013 15084 13:45 Avanti Lissewege - KBC St. Michiels

Kadetten jongens

19/01/2013 17061 13:00 KBC St. Michiels - Osiris Aalst *

27/01/2013 17066 10:00 KBK Ichtegem - KBC St. Michiels *

2/02/2013 17072 14:30 HO Beitem - KBC St. Michiels

23/02/2013 17076 12:30 KBC St. Michiels - KBC Male

2/03/2013 17085 12:30 KBC St. Michiels - Atlas Varsenare

9/03/2013 17086 12:30 KBC St. Michiels - Vrij

Kadetten meisjes

19/01/2013 18061 15:15 KBC St. Michiels - KRB Loppem *

27/01/2013 18066 09:00 KBK Ichtegem - KBC St. Michiels *

2/02/2013 18072 15:00 HO Beitem - KBC St. Michiels

23/02/2013 18076 13:30 KBC St. Michiels - t Botterken Baasrode

3/03/2013 18085 09:00 KRB Jabbeke - KBC St. Michiels

9/03/2013 18086 13:00 KBC St. Michiels - t Klaverken Buggenhout

Pupillen

19/01/2013 22097 12:00 KBC St. Michiels - KBC Male *

26/01/2013 22102 18:00 KB Moerdamme - KBC St. Michiels *

2/02/2013 22111 12:30 KBC St. Michiels - KBC Heist A

9/02/2013 22118 12:00 KBC St. Michiels - KBC Heist C

23/02/2013 22125 10:00 Vrij - KBC St. Michiels

2/03/2013 22131 12:00 KBC St. Michiels - Avanti Lissewege

9/03/2013 22140 12:00 KBC St. Michiels - Sporting Brugge

17/03/2013 22147 11:30 KBK Ichtegem B - KBC St. Michiels

23/03/2013 22154 12:30 KBC St. Michiels - WWR Ingelmunster

Mikraba's :

Data worden later meegedeeld (via trainers)

(*) reeds uitgestelde wedstrijden. Worden op een andere datum gespeeld.

Bekerwedstrijden :

Onze kadetten jongens en kadetten meisjes spelen nog bekerwedstrijden.
Eerstvolgende wedstrijd 16-17 februari !!



Vertrekuren :

Iedere week vind je de juiste vertrekuren terug op de site !!
Ook op woensdag kun je het al navragen aan jullie trainers !

Verwittig ook tijdig jullie trainers indien jullie niet kunnen spelen !!

**MICHIELTJE STEEKT DE
MOUWEN UIT EN ...**

CODENAAM : BOWLING

Een verhaal over tactiek en overwinning...

ARMY CONFIDENTIAL

Op donderdag 3 januari stonden heel wat jongens en meisjes te wachten in colonne op de parking van de Bowl-Inn te Sint-Andries. Eén ding hadden ze zeker gemeenschappelijk : ze waren allen fan van Krachtbalclub Sint-Michiels ! En dat zullen ze binnen in de Bowl-Inn geweten hebben !!!



*Enkele strijd(st)ers klaar voor de battle (charlotte en eva – Yasmine en Mara)...
Lachuitrusting klaar ? Check !*

Onder de deskundige leiding van Karin en Nele trok de 'bende' behoedzaam naar binnen, halfweg de zaal hield Karin halt.....



Nele en Karin in overleg ...

Karin stelde het strategieplan voor aan iedereen :

1. **'Verdeel- en heers'** : de groep werd in drie verdeeld : de jongens en de meisjes (groep 1 en 2) stonden in de 'vuurlinie' zonder hulpmiddelen. De kleinsten mochten naar de veldslag met een tactisch wapen (zie foto's mini's) en een versperring (de gootjes stonden omhoog).
2. **Degelijke uitrusting** : Iedereen kreeg een paar aangepaste schoenen om het slagveld te betreden. 😊
3. **Vooruitzichten** : Iedereen was het erover eens dat ze voor niets minder gingen dan WINST (de gepaste krachtbalmentaliteit natuurlijk !!).

Na dit overleg gingen iedereen zijn positie innemen.

De tegenstander kwam in het vizier. En wij hadden heuse kanon(bowling)ballen om hen onderuit te werpen. En we waren natuurlijk de gepaste club als het op werpen aankomt. Omdat het veld er niet zo goed bij lag.....(veel te hard 😊) besloten we niet de nekworp maar de armworp toe te passen.



het 'slag'veld met de tegenstanders verzamelt in de achterlinie

In team 1 -de mini's- toonde Senne zich de leider en had in twee aanvallen(spelletjes) de meeste punten. De tegenstander werd verschillende keren helemaal van de vloer geveegd....In de achterhoede werd gestreden om toch enkele tegenstanders te elimineren. In team één werd heel veel samengewerkt en gecoördineerd om tot goede resultaten te komen.

Senne	1301	Emeline	180
Robbe	200	Quinten	146
Victoria	197	Febe	123
Laureanne	186		



Senne en Febe terug van de strijd...



Laureanne en Febe



Victoria, Febe, en Emeline



Laureanne klaar om aan te vallen



Het geheime wapen van de mini's :

De kleinsten konden dit gebruiken om de vijandige kegels omver te gooien !!

In **team2** – de jongens (sorry Nele en Jolien)- had Nele een strategische functie om de krachten van de jongens in de juiste banen te leiden. Tim nam de koppositie in het 'machtsvertoon' op de voet gevolgd door Nele. Maar de andere kompanen waren maar een zucht verwijderd van dit tweetal !

Tim	161	Stef	119
Nele	148	Jens	103
Floris	141	Jolien	94
Kjell	130		



Tim komt van het strijdtoneel.



Kjell, Floris en Jolien bekijken de tactiek...



Ti

Jens observeert de tegenpartij.



Stef gaat er een 'lap' op geven !



Kjell kijkt de tegenpartij in de ogen.



Jolien staat klaar voor de aanval

In **team 3** – de meisjes- werden soms vreemde –gangnamstyle ☺- tactieken toegepast om de vijand te verslaan.... En het lukte ! Yasmine had de koppositie gevolgd door haar naamgenoot Jasmien. De 'Mientjes' voerden het peleton aan en samen werd de overwinning binnengehaald.

Yasmine	165	Karin	145
Jasmien	160	Eva	137
Charlotte	151	Mara	121
Siska	146	Zoë	112



Girls in 'gangnamstyle'...



Karin neemt de wapens op...



Karin en Nele op patrouille naar de andere teams...



Je krijgt er ook dorst van ...



Eva, Siska en Karin zien dat de overwinning binnen is...



Dus feestje !!

Met speciale TVschermen konden de teams de bewegingen van de tegenstanders observeren en op het einde van de namiddag was de zege binnen : DE TEAMSPIRIT had overwonnen en we werden terug opgehaald en vervoerd naar de thuisbasis – de krachtbalkantine.

Nog enkele sfeerfoto's voor het vertrek :



Zusjes : Charlotte en Victoria



Eva en Jasmien zagen dat het goed was...



Yasmine en Febe : plezier !

In de kantine werden we verwend met lekkere pizza's. Maar na onze maaltijd werden we terug op het appel geroepen en konden we onze tactieken verfijnen door een opleiding door onze gespecialiseerde trainers !!



Nog wat napraten terwijl ze wachten op pizza !

Laat ons één ding al onthullen :

**Er gaan nog tegenstanders sneuvelen door onze inzet,
doorzettingsvermogen en ploeggeest ! Dat is zeker !**

De actie gemist ???? Hou je mailbox in de gaten !! Er volgen nog missies !!!



KERSTTRAINING :

woensdag 26 december 2012

De koude kan ons niet deren !

Onze kadetten meisjes toonden zich 'DIE HARDs' door in de koude omstandigheden het toch te zien zitten om te komen trainen op tweede kerstdag. Ik had de eer om als trainster ad interim (Nathalie was gaan skiën) met hen enkele oefeningen te doen. Eerst en vooral trakteerde ik hen op een warme KERSTMUTS zodat ze lekker warm zouden hebben tijdens de training ! Ook het lopen kreeg een 'kersttintje' : lopen terwijl je kerstliedjes zingt is zeker goed voor een correcte ademhaling ☺ ...Eerst hoorde ik 'o denneboom', daarna' jingle-bells 'maar uiteindelijk was K3's 'Oya lélé' de beste song om het veld rond te lopen.

**Nog maar eens een bewijs dat training niet saai hoeft te zijn !
Daarom rekenen jullie trainers op een MASSALE AANWEZIGHEID
tijdens de trainingen. Niet alleen omdat het leuk is en omdat je
kunt brabbelen over de voorbije paar dagen maar ook jullie trainers
rekenen op aanwezigheid om bepaalde oefeningen uit te proberen,
om bepaalde speltechnieken uit te testen of aan te leren !**

BE THERE!!!



Nogmaals een dikke merci aan Jasmien, Mara, Charlotte en Kathelijne om het die training met mij uit te houden en gelukkig (voor jullie) is Nathalie niet in de sneeuw gebleven en terug gekomen om jullie weer te trainen..... (ze heeft wel wat sneeuw meegenomen denk ik 😊😊)

Sandra

MICHIELTJE SPEELT



MUZIEK !

Ik heb enkele liedjes in een 'krachtbaljasje' gestoken ...

KLEIN KLEIN KRACHTBALLERTJE

WAT DOE JE OP DIT PLEIN ?

JE ZOEKT ER ALLE LIJNTJES OP

EN GOOIEN VIND JE FIJN...

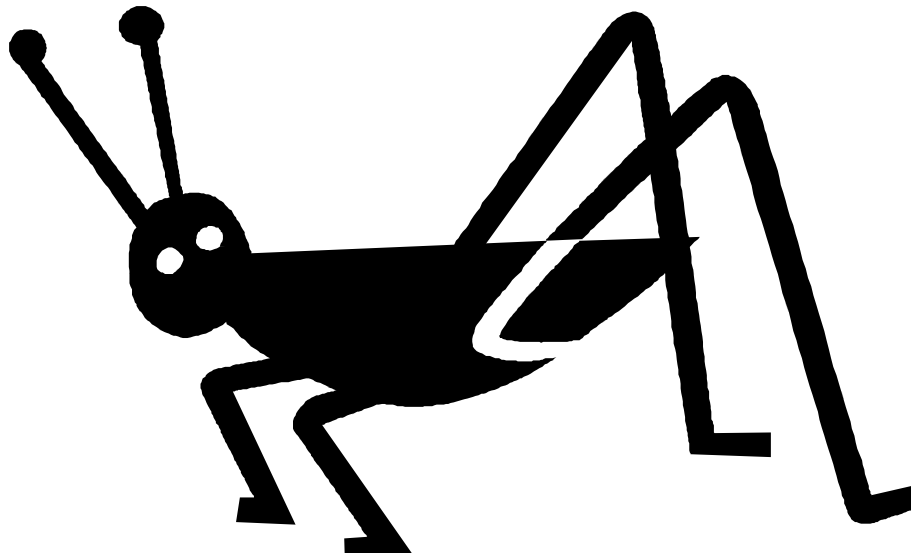
JE TRAINER ZAL JE HELPEN?

JE MAATJES STAAN ERBIJ !

KLEIN KLEIN KRACHTBALLERTJE

ZO VROLIJK EN ZO BLIJ !!!

(naar het liedje : Klein, klein kleutertje)



Het krekeltjeTjirp..... (naar het liedje 'Kuikentje PIEP')

Op het veld is een krekeltje (tjirp,tjirp)

Op het veld is een krekeltje

en het krekeltje, tjirp

en het krekeltje, tjirp

en het krekeltje, tjirp

en het krekeltje, tjirp

en het krekeltje, tjirp

En het krekeltje tjirp (tjirp,tjirp)

Op het veld is er ook een scheids

En de scheids, TUUUT,TUUT

en de krekeltje tjirp

en de krekeltje tjirp

en de krekeltje tjirp

en de krekeltje tjirp

Op het veld is er ook een jongen

Op het veld is er ook een jongen

En de jongen, HAAI

En de scheids TUUTTUUT

En de krekeltje, tjirp

En de krekeltje, tjirp

En de krekeltje, tjirp

En de krekeltje, tjirp

Op het veld is er ook een coach
Op het veld is er ook een coach
En de coach MAAR ALLEE
En de jongen HAAI
En de scheids TUUTTUUT
En de krekel, tjirp
En de krekel, tjirp
En de krekel, tjirp
En de krekel, tjirp

Op het veld is er nog een ploeg
Op het veld is er nog een ploeg
En die ploeg doet BOE
En de coach MAAR ALLEE
En de jongen HAAI
En de scheids TUUTTUUT
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp

Naast het veld is ook een schrijvertje
naast het veld is ook een schrijvertje
en het schrijvertje SCHRIJFT
en d'andere ploeg doet BOE
en de coach MAAR ALLEE
en de jongen HAAI
en de scheids TUUTTUUT
en de krekel tjirp
en de krekel tjirp
en de krekel tjirp

Naast het veld is ook een vlaggeman
Naast het veld is ook een vlaggeman
En de man WAPPER-WAP
En de schrijver SCHRIJF
En d'andere ploeg BOE

En de coach MAAR ALLEE
En de jongen HAAI
En de scheids TUUTTUUT
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp

Achter de afsluiting staat er ook een fan
Achter de afsluiting staat er ook een fan
En de fan zegt GO
En de man WAPPER-WAP
En de schrijver SCHRIJF
En de andere ploeg BOE
En de coach MAAR ALLEE
En de jongen HAAI
En de scheids TUUTTUUT
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp

Op het veld is er een krachtbalbal
Op het veld is er een krachtbalbal
En de bal BOINK, BOINK
En de fan zegt GO
En de man WAPPERWAP
En de schrijver SCHRIJF
En d'andere ploeg BOE
En de coach MAAR ALLEE
En de jongen HAAI
En de scheids TUUTTUUT
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp
En de krekel tjirp

Op het veld rijdt er ook een kar
Op het veld rijdt er ook een kar
En de kar PIEP PIEP
De kalkkar PIEP
De kalkkar PIEP
En de krekeltje..... oh, oh !



Beluister het originele liedje : klik op onderstaande link

www.youtube.com/watch?v=HnWZnrkh3FI

ENJOY THE GAME !