

## SPORTDAG ZATERDAG 13 MEI 2023

Zwembad de Vallei Sportlaan 3 in Veenendaal



[www.rotarysportdag.nl](http://www.rotarysportdag.nl)

Rotary Club Veenendaal

# De goede doelen

## Jeugdsportfonds

Het Jeugdfonds Sport & Cultuur Veenendaal betaalt de contributie en sportmaterialen voor kinderen van 4 tot en met 17 jaar uit gezinnen met een minimuminkomen.



## Stichting Buitenzorg STICHTING Buitenzorg

Stichting Buitenzorg zorgt dat mensen met een verstandelijke beperking mee kunnen doen aan onze samenleving. Omdat iedereen een rol van betekenis heeft!

Sinds 1994 organiseert een groep enthousiaste vrijwilligers in Veenendaal diverse activiteiten voor mensen met een verstandelijke beperking. Ruim 100 vrijwilligers van alle leeftijden maken het werk van Stichting Buitenzorg mogelijk.

## Missie 0318

Stichting Missie0318 richt zich op het bieden van praktische hulp aan inwoners van Veenendaal, waarvoor geen standaard hulp beschikbaar of toereikend is. Sinds eind 2013 verleent Stichting Missie0318 noodhulp via een voedsel- en kledingbank aan mensen die onder de armoedegrens leven. In juni 2016 is de Soepfiets van start gegaan waarmee wij dak- en thuislozen proberen te bereiken met een kop soep, een broodje en een praatje. Begin 2017 zijn we gestart met een nieuw initiatief: Stadsakkers, een eigen moestuin voor de voedselbank.



## Kraamklinieken inKhosolo en Luwerezhi (Malawi)

Luwerezhi Health Clinic heeft zeer te lijden gehad van de orkaan Freddy. Renovatie is nodig van het huisje waar vrouwen die gaan bevallen moeten wachten tot het zover is. Er ontbreekt een dak, een vloer en een deur. De toiletten van deze kliniek zijn door het wegspoelen van aarde in de septic tanks gevallen. Omdat centraal Malawi is getroffen door een cholera uitbraak is het hard nodig om de kliniek te voorzien van veilige sanitaire voorzieningen. Dit geldt ook voor

kraamkliniek Khosolo. Deze kliniek is thans grotendeels gerenoveerd en voorzien van een opslag van elektriciteit voor nachtelijke bevallingen. Er is echter dringend behoefte aan uitbreiding van toiletten alsmede aparte toiletten voor personeel, zodat er een kleinere kans is op kruisbesmettingen.

Door sportieve inzet en sponsoring kunnen we verschil maken in Khosolo of Luwerezhi, zodat kinderen veilig ter wereld kunnen worden gebracht in deze kraamklinieken en bestrijding van cholera mogelijk wordt met behoorlijke sanitaire voorzieningen.

## Stichting See You - project Ethiopië



Ethiopië (Oost-Afrika) heeft 115 miljoen inwoners waarvan 8.9 miljoen een visuele beperking hebben. Daarvan zijn 805.000 mensen blind. Terwijl die blindheid in 75% van de gevallen voorkomen had kunnen worden! Stichting SeeYou werkt samen met een lokale partner aan het voorkomen van vermijdbare blindheid in vier plattelandsgebieden van Ethiopië.

De droom van See You is dat volwassen en kinderen niet langer hun zicht verliezen en als gevolg daarvan terecht komen in armoede en sociale uitsluiting. In 2023 zorgt SeeYou in elk geval dat 4 gezondheidscentra basismeubilair hebben zoals onderzoeksbedden en een voorraad van medicijnen en medische artikelen.

Daarnaast worden 72 verpleegkundigen getraind, 40.000 volwassenen en 25.000 kinderen gescreend op oogandoeningen, behandelen we 15.000 personen met oogproblemen met antibiotica én bieden we 4100 personen een operatie. Aan 750 kinderen worden brillen en andere visuele hulpmiddelen uitgereikt.

## Stichting tree of life

Trainingscentrum in Malawi: De doelstelling is om de mensen die in de omgeving wonen (zo'n 21 dorpen met 12.000 inwoners!) een kans te bieden om op een duurzame manier uit de armoede te komen. Sinds 2019 is Tree of Life samen met haar partner Stand as One betrokken. Op het terrein wordt gebouwd aan een trainingscentrum voor dorpsontwikkeling.



## Voorwoord

# Rotary Sportdag

## zaterdag 13 mei 2023

Ieder jaar zet Rotaryclub Veenendaal zich in om een energieke sportdag te organiseren waarmee we geld op halen voor diverse goede doelen. De 24e editie van dit evenement vindt plaats rondom het Zwembad de Vallei. Behalve voor zweetdruppels zullen de handdoeken verder wel in de tas kunnen blijven. Deze editie van de sportdag bestaat namelijk uit, spinning, tabata, boksen (allen verzorgd door en bij Sportschool La Vita), waarna na een heerlijke lunch een aantal buitensporten zullen worden beoefend op het zogeheten Beach Court.

Natuurlijk staat het ondersteunen van de goede doelen voorop, maar daarnaast is het hebben van een gezellige en sportieve dag ook een geweldig doel op zich. Een dag als deze kan enkel tot stand komen dankzij de hulp en de inzet van veel vrijwilligers, waaronder de medewerkers van La Vita en Sportservice. Deze vrijwilligers wil ik namens de Rotaryclub Veenendaal hartelijk bedanken voor hun inzet om dit evenement ook dit jaar weer te kunnen organiseren.

Uiteraard wil ik ook de deelnemende bedrijven en de sponsors bedanken voor hun deelname en bijdrage.

Ik wens iedereen een sportieve dag toe.

Ferry Gerritsen  
*Voorzitter Rotary Club Veenendaal*

# Deelnemende teams met team nr:

- |           |  |           |   |
|-----------|--|-----------|---|
| <b>1</b>  | Machinefabriek De Wilde<br>(team 1)                        | <b>11</b> | Machinefabriek De Wilde<br>(team 2)       |
| <b>2</b>  | Huisartsenpraktijk<br>Vondellaan (team 1)                  | <b>12</b> | Scoren voor je Toekomst<br>& Hardeman     |
| <b>3</b>  | Bestuur eerste lijns<br>samenwerkingsverband<br>Veenendaal | <b>13</b> | Katjes                                    |
| <b>4</b>  | Hager Huigens  | <b>14</b> | Henken Sierbestrating<br>& Vlinder Vallei |
| <b>5</b>  | Christelijk Lyceum<br>Veenendaal                           | <b>15</b> | Spect Bouwmanagers                        |
| <b>6</b>  | Paramedisch Instituut<br>Rembrandt                         | <b>16</b> | Huisartsenpraktijk<br>Vondellaan (team 2) |
| <b>7</b>  | Go Tan   | <b>17</b> | Tree of life<br>& Wim Poort               |
| <b>8</b>  | Gebr. Van Gent   | <b>18</b> | De Organisatieadviseurs                   |
| <b>9</b>  | ISO Groep  | <b>19</b> | Masero Cyber Security                     |
| <b>10</b> | Heuvelman<br>& Sportservice                                | <b>20</b> | Rabobank                                  |

# Programma & spelregels

## Rotary Bedrijvensportdag

<b>10.30 – 11.00</b>	Inloop
<b>11.00</b>	Opening en welkom op het Beachcourt de Vallei
<b>11.10</b>	Warming up
<b>11.30</b>	Binnen activiteiten bij La Vita [spinning - boksen -tabata]
<b>12.30 – 13.30</b>	Lunch
<b>13.30 – 15.30</b>	Buiten activiteiten Beachcourt (**)
<b>16.00</b>	Prijsuitreiking en afsluiting

(\*\*) Bij slecht weer verplaatsen we de activiteiten naar Sporthal de Vallei, dit wordt uiterlijk de dag ervoor gecommuniceerd.



De foto's van de sportdag (ook van voorgaande jaren) zijn te zien op:  
[www.rotarysportdag.nl](http://www.rotarysportdag.nl)

## Co-sponsorsoren



# Spelschema

## 1e blok 13.30 - 14.10 uur

Midgetgolf		Teams 1 t/m 7
		Start bij baan
Team 1		1
Team 2		3
Team 3		6
Team 4		8
Team 5		11
Team 6		14
Team 7		16

Beachvolleybal				Teams 8 t/m 14
Richttijden	Veld 1	Veld 2	Veld 3	Pauze
13.30 - 13.35	9-14	10-13	11-12	8
13.35 - 13.40	11-13	10-14	8-9	12
13.40 - 13.45	8-10	11-14	12-13	9
13.45 - 13.50	12-14	8-11	9-10	13
13.50 - 13.55	9-11	8-12	13-14	10
13.55 - 14.00	8-13	9-12	10-11	14
14.00 - 14.05	10-12	9-13	8-14	11

Overige spellen		Teams 15 t/m 20	
Richttijden	Kubb	Kanjam	Trefbee
13.30 - 13.42	15-16	18-20	17-19
13.42 - 13.54	17-18	15-19	16-20
13.54 - 14.06	19-20	16-17	15-18

## 2e blok 14.10 - 14.50 uur

Midgetgolf		Teams 9/11/13/15/17/19
		Start bij baan
Team 9		1
Team 11		4
Team 13		7
Team 15		10
Team 17		13
Team 19		16

Beachvolleybal		Teams 2/4/6/7/16/18/20		
Richttijden	Veld 1	Veld 2	Veld 3	Pauze
14.10 - 14.15	4-20	6-18	7-16	2
14.15 - 14.20	7-18	6-20	2-4	16
14.20 - 14.25	2-6	7-20	16-18	4
14.25 - 14.30	16-20	2-7	4-6	18
14.30 - 14.35	4-7	2-16	18-20	6
14.35 - 14.40	2-18	4-16	6-7	20
14.40 - 14.45	6-16	4-18	2-20	7

Overige spellen		Teams 1/3/5/8/10/12/14		
Richttijden	Trefbal	Kanjam	KUBB	Pauze
14.10 - 14.20	1-3	8-10	5-14	12
14.20 - 14.30	10-14	1-12	3-8	5
14.30 - 14.40	5-12	3-14	1-10	8
14.40 - 14.50	8-14	5-10	3-12	1

# Spelschema

## 3e blok 14.50 - 15.30 uur

Midgetgolf	Teams 8/10/12/14/16/18/20
	Start bij baan
Team 8	1
Team 10	3
Team 12	6
Team 14	8
Team 16	11
Team 18	14
Team 20	16

Beachvolleybal	Teams 1/3/5/15/17/19		
Richttijden	Veld 1	Veld 2	Veld 3
14.50 - 14.57	1-19	3-17	5-15
14.57 - 15.04	15-19	5-17	1-3
15.04 - 15.11	3-19	1-5	15-17
15.11 - 15.18	17-19	1-15	3-5
15.18 - 15.25	5-19	3-15	1-17

Overige spellen	Teams 2/4/6/7/9/11/13			
Richttijden	Trefbal	Kanjam	KUBB	Pauze
14.50 - 15.00	2-4	7-9	6-13	11
15.00 - 15.10	9-13	2-11	4-7	6
15.10 - 15.20	6-11	4-13	2-9	7
15.20 - 15.30	7-13	6-9	4-11	2



## Spelbeschrijving KanJam

Je speelt het spel 2-2. Jij staat met een tegenspeler bij de ene Kan (ton) en je medespeler met de andere tegenstander achter de andere Kan. De oudste speler start het spel door de frisbee naar de andere Kan te gooien waar zijn/ haar teamgenoot klaarstaat. De teamgenoot gooit de frisbee terug zodat beide spelers van dit team de frisbee hebben gegooid en ontvangen. Dan gaat de beurt naar het andere team, ook zij gooien de frisbee heen en weer. Zo wisselen de beurten zich af tot een van de teams 21 punten heeft gescoord of de tijd voorbij is. Als er een potje voorbij is en er is nog speeltijd start je een nieuw spel totdat de tijd om is.

### Hoe scoor je punten:

Gooi je de frisbee langs de ton, maar slaat jouw medespeler met vlakke hand(en) alsnog de frisbee tegen de ton aan? (1 punt).

Gooi jij zelf de frisbee tegen de ton aan? (2 punten).

Gooi jij de frisbee over de ton, maar slaat jouw medespeler met vlakke hand(en) alsnog de frisbee in de ton? (3 punten).

Gooi jij de frisbee, zonder dat deze door iets of iemand wordt aangeraakt, in de ton via de brievenbus of de bovenkant? (instant win).

Je scoort geen punten als de frisbee de grond heeft geraakt voordat deze tegen of in de ton komt.

De **winnaar** is het team met de meeste gewonnen potjes. Een niet uitgespeeld potje telt niet mee, tenzij dit het enige potje is, dan bepaalt de stand in dat potje de winnaar.

## Spelbeschrijving Trefbee

Speel dit spel als teams tegen elkaar. Het maakt niet uit als er een verschil is in aantal teamleden. Ieder team stelt zich op in een van de speelhalften. Gedurende het spel blijven alle spelers in hun eigen vak staan. Behalve om een frisbee te halen als deze buiten het veld ligt. Beide teams starten het spel met 3 frisbees in het veld en 10 linten achter de eigen speelhalft. Vanaf de start van het spel worden de frisbees richting tegenstanders gegooid met als doel deze te raken op de benen of voeten. Raak je een tegenstander op de benen of voeten, dan mag je 1 van de linten die achter het veld liggen pakken en omdoen. Zo probeer je zoveel mogelijk linten te verzamelen. Ook als je een frisbee die wordt gegooid kunt vangen, mag je een lintje omhangen. Een speler die ergens op het lichaam wordt geraakt (dus hoeft niet perse op benen of voeten), moet alle linten die hij/ zij omheeft terugleggen. Het team waarbij de 10 linten als eerste bij de spelers omhangen heeft het potje gewonnen. Vervolgens worden alle linten weer teruggelegd en kan er een nieuw spelletje worden gestart. Er mag niet worden gelopen met de frisbee in de hand.

De **winnaar** is het team met de meeste gewonnen potjes. Een niet uitgespeeld potje telt niet mee, tenzij dit het enige potje is, dan bepaalt het aantal linten dat de speler omhebben de winnaar.

## Spelbeschrijving KUBB

Speel dit spel als teams tegen elkaar. Het maakt niet uit als er een verschil is in aantal teamleden. Ieder team stelt zich op achter een van de twee basislijnen. Hierop staan de vijf basiskubbs. Om te bepalen wie het spel mag starten gooit van ieder team 1 speler een werpstok richting de koning, zonder deze om te gooien. Het team met de werpstok het dichtst bij de koning mag beginnen en krijgt alle 6 de werpstokken. Vanachter de eigen basislijn mogen de werpstokken worden gegooid om de basiskubbs van het andere team om te gooien. Werpstokken mogen uitsluitend onderhands worden gegooid en met de stok in een rechte lijn aan de werprichting. Als er basiskubbs zijn omgegooid, worden deze door het team, ook onderhands, in het veld bij de tegenstander gegooid. Mocht er een kubbb uit het veld gaan, dan mag deze nog een keer opnieuw worden gegooid. Als hij dan nog een keer uit het veld gaat, dan mag de tegenstander de kubbb naar eigen inzicht in hun veld neerzetten. De gegooidde basiskubbs worden veldkubbs en worden overeind gezet door het team in wiens veld de kubbs nu liggen. Het team dat aan de beurt is moet eerst de veldkubbs omgooien voordat de basiskubbs weer mogen worden geraakt. Een veldkubbb die wordt omgegooid verdwijnt uit het spel. Zo komen er steeds minder kubbs om om te gooien. Als een team aan de beurt is om te gooien en er staan nog veldkubbs in hun eigen veld mogen zijn vanaf de denkbeeldige lijn die de voorste kubbb maakt de werpstokken gooien. Zijn er geen veld- en basiskubbs meer om om te gooien, dan mag er geprobeerd worden om de koning om te gooien. Dit moet altijd vanachter de basislijn gebeuren, dus ook als er nog veldkubbs staan. Gaat de koning om, dan heeft dat team dit potje gewonnen. Mocht er al eerder het spel iemand de koning omgooien wint de tegenstander.

Als er een potje voorbij is en er is nog speeltijd start je een nieuw spel totdat de tijd om is. De **winnaar** is het team met de meeste gewonnen potjes. Een niet uitgespeeld potje telt niet mee, tenzij dit het enige potje is, dan bepaalt het aantal basiskubbs dat nog staat de winnaar.



Kraamkliniek  
Malawi



Katjes



Huisartsenpraktijk  
Vondellaan



Rabobank



TREFFEND&CO



## Rotary Club Veenendaal District 1570

Rotary is een wereldwijd netwerk van leden die vanuit verschillende beroepsgroepen hun kennis en ervaring willen inzetten om de maatschappij op lokaal, nationaal en internationaal niveau te ondersteunen. De doelstelling van Rotary is 'Service above Self'.

Rotary Veenendaal is een actieve, gezellige, levendige vrijdagmiddagclub. Twee keer per maand lunchen we samen bij de 3 Zussen en nodigen we een inspirerende (gast)spreker uit of volgt er een bedrijfsbezoek. 1 keer per maand organiseren we een vrijdagmiddagborrel van 16.00u tot 18.00u. Daarnaast komen we samen voor verschillende projecten voor het goede doel en organiseren we gezellige activiteiten om onze onderlinge vriendschapsband te versterken.

---

### Colofon

Redactie Rotary Club Veenendaal



Rotary0318

[www.rotary.nl/veenendaal](http://www.rotary.nl/veenendaal)



@Rotary0318