



TRAINEN IN DE BEUK - OUDENBOSCH

INGANG SPORTZAAL

De sportzaal is te bereiken via de poort aan de zijkant.

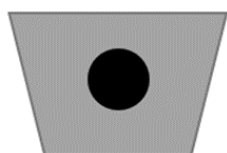
OPENEN EN SLUITEN

Bij De Beuk is er een beheerder aanwezig. De beheerder zorgt voor het openen en afsluiten van de deur.

BALKEN LEGGEN

Pak de balken **altijd met 2 personen** op, als ze vallen en de vloer beschadigen, krijgen we een rekening voor reparatie van de vloer.

De balk heeft de volgende vorm:



Er zijn twee zijdes die schuin lopen en een grotere en een kleinere vlakke zijde. Op de meeste balken staat op de grotere vlakke zijde een plaatje van VGV. Deze breedste (VGV) kant dient altijd **BOVEN** te liggen, zodat de balk naar beneden toe smaller wordt.

Je klikt de balken via een tussenstuk aan elkaar. Hierbij is het vrij duidelijk hoe deze moeten worden gelegd. **De rode lijn is de binnenkant van het speelveld.** De koppelstukken zitten aan de onderkant. Let op dat je balken niet helemaal doorlegt tot aan de muur, dan kom je aan de andere kant te kort.



Op welke lijn moet je de balken leggen?

De balken worden op de zijlijn van het speelveld geplaatst (dus niet op de achterlijn).

Dit zijn de lijnen waar ook bij zaalvoetbal gebruik van wordt gemaakt. Om de juiste lijnen te zien kun je je het beste concentreren op de doelcirkel (die is net als op het hockeyveld).

Alleen de extra stippelijijn is niet altijd aanwezig.

In diezelfde kleur zie je vervolgens ook de zijlijnen en achterlijn en een middenlijn (met soms een middencirkel). In onderstaande afbeelding zijn dit de donkere (zwarte?) lijnen.



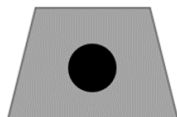
GOAL PLAATSEN

Vanuit het materiaalhok verrijden naar de plaats in de zaal.

BALKEN OPRUIMEN

De balken worden na de training/wedstrijd opgeslagen op de balkenkar en deze dient weer teruggeplaatst te worden in het materiaalhok op

Het is in verband met de veiligheid belangrijk dat dit precies gebeurt zoals hieronder beschreven: geldt voor alle stapeltjes die je gaat maken.



De balken hebben een tabs toelopende vorm. Zorg ervoor dat de platte kant altijd onder ligt in verband met stabiliteit (VGV logo naar beneden). Dit geldt voor alle stapeltjes die je gaat maken.

GOALS OPRUIMEN

Terug naar het materiaalhok rijden (locatie zie foto).

SHORTLIST TO DO

1^E TEAM

1. Balken leggen
2. Goal ophalen in materiaalhok en verrijden naar plaats in de zaal

LAATSTE TEAM

1. Balken opruimen (zie beschrijving)
2. Goal terugrijden naar plaats in materiaalhok
3. Balkenkar plaatsen in materiaalhok op

EEN KEER NIET TRAINEN?

Mocht je een keer niet kunnen trainen, bedenk dit dan ruim van tevoren (niet op de dag zelf!) en zorg zelf voor vervanging en geef dit door via de app aan de zaalcommissie.



-Als je als laatste team niet gaat trainen, geef dit dan ook tijdig door aan het team dat voor je traint, zodat zij de balken opruimen en de zaal weer netjes maken. En aan de zaalcommissie zodat zij de De Beuk kunnen informeren.