

NIEUWSBRIEF

Sonics | Floorball | seizoen 2016-2017

Bestuur

Het Sonics bestuur bestaat nu uit Gerard (voorzitter), Joost (penningmeester), Remko Stoelinga (secretaris) en Remko Nolten (algemeen lid).

ALV

oktober ALV 2016

Trainingen 2016-2017

woensdag

18-19.15

Veld 1: E, D Isra

Veld 2: C meiden Iris

Veld 3: C jongens, B Mats

19.15-21.15 Senioren Mats

21.15-21.45 Techniek D1, H1 Mats

vrijdag

16.30-17.45

Veld 1: E, D Isra, Ilse, Aymee

Veld 2: C jongens + meiden Sjoerd

17.45-19 C beloften, B, D2 Danielle

19-20.30 D1, H2 Mats

20.30-22 H1 Mats

Zomer!

Het is zomer! Bijna iedereen heeft vakantie, of heeft dat bijna. De laatste trainingen en wedstrijden zijn in mei gespeeld. Er breken enkele floorball-loze weken aan. Goed moment om aan je conditie te werken, te herstellen van blessures of te genieten van verdiende rust. In deze nieuwsbrief alvast de informatie voor het nieuwe seizoen en andere leuke nieuwtjes.

Eerste training en wedstrijddag 2016-2017

Voor de jeugd beginnen de trainingen op 24 augustus. De senioren beginnen op woensdag de 17e al met een gezamenlijke training van 19 tot 22 uur. We starten met een uur theorie door Mats over een nieuw spelsysteem. Daarna gaan we 1,5 uur de zaal in. Vervolgens maken we samen de boarding stofvrij, dat helpt om de vloer stroef te houden. Op vrijdag de 19e trainen we volgens de tijden die links staan vermeld. D2 mag meedoen met D1 H2.

Op nefub.nl zijn inmiddels de wedstrijddagen van komend seizoen gepubliceerd.

Sonics kamp: terug van weggeweest

Sporten, spelletjes en een kampvuur. Wat wil je nog meer? Van 16-18 september is het Sonics kamp 2016. Het is op het terrein van de YMCA in Leusden. Er worden 2 nachten doorgebracht in tenten.

Zomertrainingen

Iedere vrijdag half 8 tot half 10 wordt er lekker gefloorballd in





Sonics op Facebook

En Twitter en Instagram. En op de eigen website sonics.nl. Sonics Floorball is goed te vinden op social media! Iris Vrijzen is daar mede-verantwoordelijk voor. Iedereen kan iets aanleveren.

Hoe doe je dat?

- Stuur een mailtje naar Iris op website@sonics.nl.
- of stuur een whats app bericht naar 06-2033 3542.

En wat lever je aan?

- Een foto
- en geef aan wat je hebt gedaan, wat er is gebeurd of wat je wilt aankondigen. Dan maakt Iris een leuke tekst, of...
- maak zelf een leuke tekst, die Iris dan online zet.

Daarnaast is het natuurlijk altijd leuk als je Sonics Floorball tagt in jouw eigen social media posts. En gebruik te pas en te onpas #floorball. Je weet maar nooit wat de (inter)nationale bond re-post!

Iris Vrijzen
(speelster dames
1)



de Bokkeduinen. Meestal gewoon partijtjes. En af en toe een inspirerende training van Mats. Hoe dan ook een leuke manier om je conditie op peil te houden. Iedereen vanaf de B jeugd en ouder is welkom. Na afloop is de kantine nog eventjes open voor een drankje. Op vrijdag 8 juli zagen we daar bv samen Daphne Schippers samen goud winnen op de 100 m op het EK! Erg gezellig.

Sonics jeugd in oranje

De Sonics jeugdspelers spelen uiteraard in ons rode tenue. Maar sommige van hen spelen af en toe ook in een oranje shirt. Deze 4 toppers komen uit voor de dames U17: Ilse, Isra, Aymee en Jip. Zo'n Utje betekent 'under'. Ze zijn dus onder de genoemde leeftijd. Esper, Bas en Otis spelen voor de U16. En Erik en Bas spelen voor de U19. Tweemaal Bas? Ja:

Bas Feenstra speelt in de U16 & U19. Dit talent is geselecteerd om naar het WK kwalificatie toernooi van de U19 mee te gaan in Italië. Hoe vindt Bas het in jong oranje?

'Het leukste aan het spelen in jong oranje is: De gezelligheid in de teams. Natuurlijk moet er veel serieus gedaan worden, maar er wordt veel gelachen en veel gekloot.'

'Iets wat ik het afgelopen seizoen heb geleerd? Moeilijke vraag. Je verbetert op ieder gebied, je wordt niet alleen goed in schieten of passen, maar ook goed in vrij lopen en nog een hele hoop andere dingen.'

'Mijn droom in de toekomst is: Om in het nationaal heren team te spelen, en ons misschien wel te kwalificeren voor het WK.'

