



Time Out || Jaargang 8 || Nummer 13

18 november 2020



Twitter



Facebook



Website



Beste {{voornaam}},

De komende tijd blijft helaas nog steeds rustig qua basketbal(wedstrijden). Gelukkig mag de jeugd blijven trainen, maar onze seniorenleden kunnen helaas al een aantal weken geen balletje gooien. Gelukkig is er komende tijd nog genoeg basketbal te zien! Na de vrouwen van de Orange Lions is het nu de beurt aan mannen. Ze strijden om het EK ticket tegen Zweden (27 november) en Turkije (29 november). Kijk de wedstrijden live via ZiggoSport of Youtube en krijg zo toch wat basketbalvibes in deze rare periode!

Nieuw(s)!

- De coronamaatregelen die vanaf halverwege oktober gelden, blijven van kracht. Lees het nieuwsbericht hieronder daarom goed door!
- Trainingen voor de jeugd (t/m 18 jaar) gaan door, voor senioren niet.
- Alle competities zijn stilgelegd t/m halverwege december.
- Bekijk verderop wie de oud papier helden van november zijn!
- Sponsorkliks: sponsor gratis de club gratis met jouw online-aankopen!

Basketbal & corona

Update 18 november:

Naar aanleiding van de persconferentie van dinsdagavond 17 november vervallen per vanavond de verscherpte maatregelen die op 3 november zijn gesteld. Voor onze vereniging verandert er weinig: de jeugd t/m 17 jaar mag nog steeds trainen en onderling spelen. Volwassenen mogen weer in groepjes van maximaal vier personen sporten op 1,5 meter afstand. **De maatregelen die vanaf halverwege oktober al gelden (zie update 14 oktober) blijven van kracht!**

Update 4 november:

Op 3 november heeft het kabinet aangegeven de gedeeltelijke lockdown die ingesteld was tot half december te verlengen. De competitie ligt gedurende deze periode stil. Daar bovenop gelden t/m 18 november verscherpte maatregelen. Deze twee weken mogen volwassenen in groepjes van maximaal twee personen sporten op 1,5 meter afstand. De jeugd t/m 17 jaar mag nog wel trainen en onderling spelen. Er geldt voor de binnensport een maximum van 30 personen per zelfstandige ruimte, tenzij het alleen jeugd t/m 17 jaar betreft.

Update 14 oktober:

Op de persconferentie van dinsdagavond 13 oktober zijn nieuwe, strengere maatregelen aangekondigd. Hieronder een samenvatting van de belangrijkste maatregelen:

- Trainingen voor leden t/m 18 jaar kunnen **wel** doorgaan, maar er is **geen** publiek toegestaan! Ouders die kinderen naar de training brengen, mogen dus niet wachten.
- Trainingen voor senioren gaan **niet** door.
- Alle competities, voor zowel jeugd als volwassenen, gaan **niet** door t/m in ieder geval **8 november**.
- Naast de horeca zijn nu ook de kleedkamers & douches **gesloten**.
- Vanaf de voordeur tot aan de sportzaal geldt een dringend verzoek tot het dragen van een mondkapje voor iedereen vanaf 13 jaar.

Lees hier alle coronaregels bij BC Langstraat Shooters

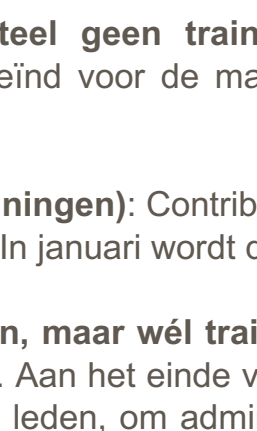


Oud papier helden van november

Afgelopen zaterdag hebben onze helden van november het oud papier weer opgehaald. Chris Bennink en Rick van Zelst op de ene vrachtwagen en Yvonne Panken en Lia van Hulten op de andere (samen met een bloemetje om er nog wat gezelligheid in te gooien...) Samen hebben ze **13.100 kg** oud papier in de wagens gegedoid, goed voor **€590!** De tussenstand voor dit seizoen komt daarmee op **42.820 kg**, oftewel **€1927!** Vrijwilligers, bedankt!



Contributie update



Het is inmiddels bekend dat de gedeeltelijke lockdown in ieder geval verlengd wordt t/m half december. Ook de NBB heeft aangekondigd dat er t/m half december geen wedstrijden gespeeld zullen gaan worden. Daarom heeft het bestuur opnieuw gekeken naar de contributie-inningen en hierover de volgende besluiten genomen:

Wedstrijdspelende 18+ leden (momenteel geen trainingen én wedstrijden): Contributie van wedstrijdspelende leden 18+ wordt niet geïnd voor de maanden november en december. In januari wordt de situatie opnieuw beoordeeld.

Recreantleden 18+ (momenteel geen trainingen): Contributie van recreantleden 18+ wordt niet geïnd voor de maanden november en december. In januari wordt de situatie opnieuw beoordeeld.

Jeugdleden tot 18 jaar (geen wedstrijden, maar wél trainingen): Contributie van jeugdleden tot 18 jaar wordt geïnd in lijn met incassoschema. Aan het einde van het seizoen wordt de balans opgemaakt en eventuele verschillen verrekend met de leden, om administratieve handelingen te optimaliseren en fouten te voorkomen.

Orange Lions in de strijd om het EK

Nog 9 dagen en dan start ook het EK-kwalificatiewindow bij de mannen! Bondscoach Maurizio Buscaglia heeft de selectie voor het aanstaande kwalificatiewindow bekendgemaakt. De veertienkoppige selectie die afreist naar Turkije speelt in korte tijd twee kwalificatiewedstrijden. Op 27 november eerst tegen Zweden en op 29 november tegen Turkije.

De Orange Lions zijn nog volop in de race voor een ticket voor EuroBasket 2022. Vorig jaar februari won de nationale ploeg verrassend in Istanbul van Turkije met 65-72. Een paar dagen later verloren de mannen in Almere jammerlijk van Kroatië met 59 - 69. In poule D staat Kroatië nu ongeslagen bovenaan, achtervolgd door Zweden en Nederland die beiden één overwinning boekten. Turkije wist nog geen kwalificatiewedstrijd te winnen en staat daardoor onderaan in de poule, daar waar de eerste drie uiteindelijk naar EuroBasket 2022 gaan.

27 november | Zweden

29 november | Turkije

Ook deze wedstrijden zullen live via ZiggoSport te volgen zijn!



Wedstrijden & zaaldiensten

Zaterdag 21 november

Geen wedstrijden.

Zondag 22 november

Geen wedstrijden.

Vorige Time Out gemist?

Rabo ClubSupport

Afgelopen week werd bekend hoeveel de Rabo ClubSupport actie dit jaar heeft opgeleverd. Langstraat Shooters heeft dit jaar maar liefst **€530,98** opgehaald! Iedereen die zijn of haar stem heeft uitgebracht: heel erg bedankt!



Sponsorkliks | Gratis sponsoren!



Ook jij kan Langstraat Shooters makkelijk en snel sponsoren! Hoe werkt gratis sponsoren? Als jij via Sponsorkliks iets koopt, bijvoorbeeld bij Coolblue, Booking.com of Bol, dan ontvangt Langstraat Shooters geld van SponsorKliks én jij betaalt niks extras. Gratis sponsoren dus! Ook Coolblue, MediaMarkt, AH en heel veel andere webshops doen mee. Dus voor je iets bestelt, even naar Sponsorkliks!

En wij zijn blij om te zien dat steeds meer mensen dit doen! Zo is er in 2020 al voor €122,88 gespaard voor Langstraat Shooters. Bedankt en ga zo door!

Nog een aantal basketballers gezocht!

Onderzoek bij mannelijke én vrouwelijke basketbalatleten!

Meld je aan!

Gesteund door

The Basketball Muscle & Injury study

WAAROM
Om beter inzicht te krijgen hoe we veelvoorkomende spierletsels binnen de basketbalsport kunnen verminderen

HOE
Middels een nieuwe MRI-techniek op het Amsterdam UMC (locatie AMC) kunnen we spierkarakteristieken in kaart brengen die ons iets vertellen over het effect van blessurepreventieoefeningen

WAT
Door middel van loting word je toegewezen aan een interventiegroep of een controlegroep.

Voorafgaand: 1^e MRI-scan + lichamelijk onderzoek

Interventie: Kuitspier specifieke oefeningen als toevoeging op trainingsprogramma voor een periode van 12 weken

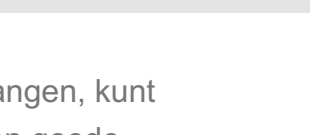
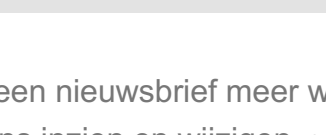
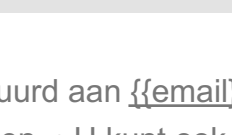
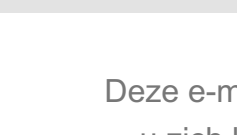
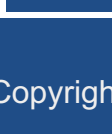
Aansluitend: 2^e MRI-scan + lichamelijk onderzoek

WIE
Geezonde basketbalatleten (heren en dames)
Minimaal 16 jaar oud

WANNEER
Meedoen kan wanneer je wil. Gedurende zomer 2020, of bij start van het nieuwe seizoen 20/21

Voor deelname/vragen neem contact op met studentonderzoeker Lars Bannink

I.s.bannink@amsterdamumc.nl
of kijk op hamstringonderzoek.nl



BC Langstraat Shooters
Sporthal de Slagen
De Gaard 2
5146 AW, Waalwijk

Neem contact op met:

Communicatie

Wedstrijdzaken

Ledenadministratie

Copyright © BC Langstraat Shooters 2020

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u communicatie@langstraatshooters.nl toe aan uw adresboek.

