

Schoolsporttoernooi Programmaboekje

Volleybal

Schoolvolleybaltoernooi 2022

Welkom

SportService Zwolle organiseert in samenwerking met volleybalverenigingen SVI, Voorsterslag, VC Zwolle en VC Zwolle topvolleybal de 1^e editie van het Schoolvolleybaltoernooi. Op woensdag 05 oktober 2022 wordt dit toernooi georganiseerd in het Landstede Sportcentrum.

Tijdens het toernooi op woensdag 05 oktober wordt er volop gestreden om de prijzen. Naast de prijzen voor de nummers 1, 2 en 3 per categorie (groep 3/4, 5/6 & 7/8) wordt er ook aandacht besteed aan sportief gedrag, normen en waarden en respect voor elkaar, voor de scheidsrechters en voor de sportaccommodatie. Een Fair Play commissie en de scheidsrechters houden alles in de gaten om na de poulefase aan het schoolteam (per categorie) dat zich het sportiefst gedragen heeft de Fair Play Prijs uit te reiken.

Mocht een deelnemer/-ster een blessure oplopen, dan kan hij/zij terecht bij Topfit Fysiotherapie. Professionele (sport- en kinder-) fysiotherapeuten worden ingezet om opgelopen blessures vakkundig te behandelen of een advies te geven op het 'hoe verder'.

LET OP: bij het Landstede Sportcentrum wordt gewerkt met een 'Cashless' betaalsysteem. Dit houdt in dat er niet meer met contant geld betaald kan worden. In het gehele sportcentrum kan er contactloos of met de pin betaald worden.

Wij hopen op een succesvol en sportief toernooi met veel punten, actie, héél veel plezier en bovenal gaan we er vanuit dat Fair Play, bij een ieder, hoog in het vaandel staat.

Sportieve groet,
SportService Zwolle, volleybalverenigingen SVI,
Voorsterslag, VC Zwolle en VC Zwolle topvolleybal



Wo. 05 oktober 2022

13:00 – 17:45 uur

Landstede Sportcentrum

Hogeland 10 Zwolle

Beknopt programma

Groep 3/4

v.a. 13:00 uur Aanmelden teams
13:30 uur Start toernooi, verschild per team
15:28-15:54 uur Eventueel spelen om winnende punt
Nrs. 1 per poule en 2x beste nr. 2 naar kwart finale
15:54-16:04 uur Kwart finale
16:18-16:28 uur Halve finale
16:40-16:50 uur Finale 1e/2e plaats en 3e/4e plaats

Groep 5/6

v.a. 13:00 uur Aanmelden teams
13:30 uur Start toernooi, verschild per poule/team
16:28-16:50 uur Eventueel spelen om winnende punt
Nrs. 1 per poule en 2x beste nr. 2 naar kwart finale
16:50-17:00 uur Kwart finale
17:05-17:15 uur Halve finale
17:20-17:30 uur Finale 1e/2e plaats en 3e/4e plaats

Groep 7/8

v.a. 13:00 uur Aanmelden teams
13:30 uur Start toernooi, verschild per poule/team
16:28-16:50 uur Eventueel spelen om winnende punt
Nrs. 1 per poule naar kwart finale
16:50-17:00 uur Kwart finale
17:05-17:15 uur Halve finale
17:20-17:30 uur Finale 1e/2e plaats en 3e/4e plaats

Prijsuitreiking

In verband met het strakke wedstrijdschema worden de winnaars van de Fair Play prijs op de volgende tijden omgeroepen:

- 15:40 uur Groep 3/4
- 16:40 uur Groep 5/6
- 16:40 uur Groep 7/8

De winnende teams kunnen de prijs op komen halen bij het wedstrijdsecretariaat in de Centre Court zaal.

De prijzenuitreiking voor de nummers 1 t/m 3 per categorie vindt plaats in de kantine van het Landstede Sportcentrum op de volgende tijden:

- 17:00 uur Groep 3/4 Nummer 1 t/m 3
- 17:40 uur Groep 5/6 Nummer 1 t/m 3
- 17:40 uur Groep 7/8 Nummer 1 t/m 3

Uitslagen en standen

Tijdens het toernooi is het op drie manieren mogelijk om de uitslagen en standen te volgen:

Televisie

In de kantine van Landstede Sportcentrum zijn televisies aanwezig waarop de uitslagen en standen te volgen zijn.

Link

Klik [HIER](#).

QR code

Hiernaast staat de QR code naar de pagina met de deelnemende teams en kan er doorgelinkt worden naar het wedstrijdschema en uitslagenpagina per team >



SCAN ME

Fair Play afspraken

Bijna iedereen die aan sport doet kent wel de term Fair Play. Fair Play gaat over sportiviteit en respect in de sport. Het is een gedragscode voor de manier waarop we samen aan sport willen doen. Deze Fair Play-afspraken gelden niet alleen voor sporters, maar ook voor supporters, trainers en coaches. Sportiviteit draagt bij aan leuk, plezierig en veilig sporten.

Laat dus ook tijdens het Schoolvolleybal zien hoe sportief jij bent!

1. We hebben **RESPECT** voor elkaar, de materialen en de omgeving;
2. We spelen **EERLIJK** volgens de regels;
3. We spelen **SPORTIEF**, ook als het even niet zo goed gaat;
4. Iedereen kan en mag **MEEDOEN**.

Kortom, vind **FAIR PLAY** belangrijk en speel mee!

Tijdens de wedstrijden houden de scheidsrechters en een Fair Play commissie de kinderen en de daarbij behorende coaches en ouders goed in de gaten. Zij kennen punten toe aan de teams, zodat na de poulefase de Fair Play prijs uitgereikt kan worden aan het schoolteam (per categorie) dat zich het sportiefst gedragen heeft.



Reglement

Algemeen

- ✓ Namens elke school is er in ieder geval één leerkracht aanwezig die verantwoordelijk is voor alle deelnemende teams en hun begeleider(s) en is ook aanspreekpunt voor de organisatie.
- ✓ De verantwoordelijke leerkracht van elke school wordt verzocht bij aankomst in Landstede Sportcentrum zich te melden bij de aanmeldbalie (uiterlijk 30 minuten voor aanvang van de eerste wedstrijd) en ontvangt de organisatie het mobiele telefoonnummer van deze leerkracht waarop hij/zij tijdens het toernooi bereikbaar is.
- ✓ Elk deelnemend team heeft minimaal één begeleider/coach van 18 jaar of ouder.
- ✓ **LET OP!** De begeleider/coach draagt in de zaal bij het coachen schone sport-/zaalschoenen en controleert na het spelen van de wedstrijden de uitslag bij de veldcoördinator.
- ✓ Mochten er tijdens het toernooi problemen ontstaan omtrent de wedstrijden, dan mag alléén de verantwoordelijke leerkracht vragen stellen bij het wedstrijd secretariaat.
- ✓ Mochten ouders vragen hebben omtrent wedstrijden, velden, kleedkamerindeling, enzovoorts dan kan men terecht bij de informatiebalie.
- ✓ We zijn met zijn allen verantwoordelijk om er een geweldige sportervaring van te maken voor de deelnemende kinderen! Hierbij hoort ook dat supporters op de tribune zitten of achter de hekken rondom de Centre Court zaal staan! Alleen reserves en coaches van spelende teams zijn in de zaal.
- ✓ SportService Zwolle en volleybalverenigingen SVI, Voorsterslag, VC Zwolle en VC Zwolle Topvolleybal zijn niet aansprakelijk voor eventuele vermissing, diefstal en/of beschadiging van persoonlijke eigendommen. Laat daarom de waardevolle spullen zoals sieraden, portemonnees en telefoons zo veel mogelijk thuis.
- ✓ De begeleiders hebben kennis van de Reglementen en Regels, zoals deze voorafgaand aan het sporttoernooi aan de contactpersoon kenbaar worden gemaakt. Bij het niet naleven van deze regels worden passende maatregelen getroffen door de toernooiorganisatie.

Kledingvoorschrift

- ✓ Deelname op schone sport-/zaalschoenen (achterkant schoen dicht) en in sportieve kleding is verplicht.
- ✓ De kinderen van een team dragen gelijke (school) T-shirts (qua kleur en opdruk).
- ✓ Als teams nagenoeg in dezelfde kleur(en) spelen, moet het eerst genoemde team hesjes aan doen.
LET OP Wij roepen scholen op zelf te zorgen voor deze hesjes.

Wedstrijden

Algemeen

- Het eerst genoemde team heeft de bal uit.
- De wedstrijden duren 10 minuten en 2 minuten wisseltijd, centrale start/eindigen.
 - Bij het eindsignaal stopt de wedstrijd, de rally wordt NIET afgemaakt.
- De teams dienen tijdig bij de juiste velden aanwezig te zijn.
- Is een team 2 minuten te laat aanwezig bij de wedstrijd dan wint de desbetreffende tegenstander de wedstrijd met 2-0.
- Elke score tijdens de wedstrijd levert één punt op, zie ook het kopje Telling bij elke categorie verderop in dit programmaboekje.
- Een gewonnen wedstrijd levert 2 punten, een gelijkspel 1 punt en een verloren wedstrijd levert 0 punten op.
- De eindstand in de poule wordt bepaald door het aantal punten. Bij een gelijk aantal punten wordt achtereenvolgens gekeken naar 1. puntensaldo (voor - tegen), 2. onderling resultaat, 3. gescoorde punten voor. Is dit ook gelijk, dan wordt er door de gelijk geëindigde teams gespeeld om het winnende punt. Het team dat mag beginnen wordt bepaald middels een toss.
- Indien een beste nummer 2 door gaat en de poulegrootte verschilt, wordt gekeken naar het behaalde puntenpercentage.
- Is er na een kwart-, halve- of finalewedstrijd een gelijke stand, dan wordt er doorgespeeld voor het winnende punt.

Reglement groep 3/4

Algemeen

- Er wordt 4 tegen 4 gespeeld.
- Een team mag bestaan uit alleen meisjes, alleen jongens of mag gemixt zijn.
- Er wordt gespeeld op een veld ter grootte van een badmintonveld waarbij de buitenste zijlijnen worden gebruikt en de achterlijn op 4,5 meter vanaf de middenlijn is gemarkeerd met tape.

Beginbal

De bal wordt vanaf elke plaats in het veld verplicht met een onderhandse opslag over het net geslagen **OF** onderhands met één hand over het net gegooid, waarbij de bal het net mag raken. De veldspeler die het dichtst bij de bal staat, slaat/gooit op. De beginbal dient zo snel mogelijk gespeeld te worden om de vaart in het spel te houden, de spelleider geeft dan ook geen fluitsignaal bij de beginbal. Als voorspeler mag je de bal eerst naar een achterspeler gooien, die vervolgens begint met de opslag.

Spelregels

1. Wanneer een speler de bal over het net gooit (zie verderop 'Gooien van de bal'), draait de hele ploeg waartoe de speler behoort, met de klok mee, een plaats door, inclusief de spelers die op dat moment naast het veld staan. Doordraaien is verplicht (zie verderop 'Doordraaien').
2. De spelers die naast het veld staan draaien tijdens de rally van buiten het veld in op een vaste plek (zie verderop 'Doordraaien').
3. De speler die het langst buiten het veld staat, draait als eerste in.
4. De spelers mogen niet lopen met de bal.
5. De bal moet in één keer over het net worden gegooid vanaf de plaats waar de bal gevangen is, dus niet overgooien naar een teamgenoot. Dit geldt zowel binnen als buiten de lijnen van het veld.
6. De bal mag het net raken.
7. De bal mag via een teamgenoot gevangen worden.
8. Het in sprong over het net naar beneden gooien van de bal ('dunken') is niet toegestaan.
9. Lijn- en netfouten worden niet afgefloten.

Wanneer ligt het spel stil?

Het spel ligt stil wanneer:

- de bal in het net is geserveerd/gegooid.
- de bal uit is geserveerd/gegooid.
- een speler de bal heeft laten vallen.
- de bal in het veld van de tegenstander op de grond is gegooid.

Wat gebeurt er als het spel stil ligt?

Het spel wordt direct hervat met een onderhandse opslag vanuit het veld door de speler die het dichtstbij de bal staat en zo dicht mogelijk bij de plaats waar het spel eindigde. Het is dus niet toegestaan om de bal naar de tegenstander te rollen of naar een goed spelende teamgenoot.

Gooien van de bal

Een aantal goede voorbeelden:



Met gestrekte armen onderhands

kommetje boven je hoofd en wegstoten

met 1 hand swingen.

Dus niet op de volgende manier gooien:



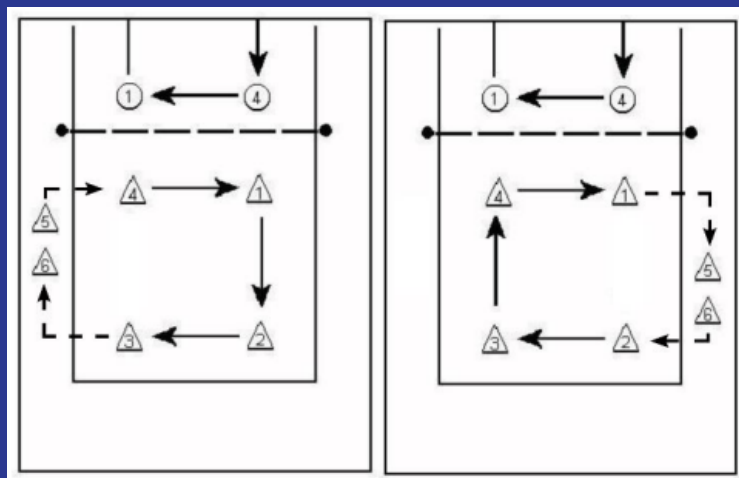
NIET van onder de kin stoten



NIET uit de nek gooien

Doordraaien

In onderstaande plaatjes is de opstelling en manier van doordraaien te zien, nadat de bal over het net gegooid is en de opties hoe spelers het veld in en uit mogen draaien (uiteraard bij meer dan 4 spelers in een team, anders draaien de spelers in het veld door):



Telling

- Wanneer een speler de bal: laat vallen, uit serveert/gooit, in het net serveert/gooit of de bal aanraakt voordat deze uit is, krijgt de tegenstander één punt.
- Wordt de bal bij de tegenstander op de grond gegooid, krijgt het scorende team één punt.

Reglement groep 5/6

Algemeen

- Er wordt 4 tegen 4 gespeeld.
- Een team mag bestaan uit alleen meisjes, alleen jongens of mag gemixt zijn.
- Er wordt gespeeld op een veld ter grootte van een badmintonveld waarbij de buitenste zijlijnen worden gebruiken en de achterlijn op 4,5 meter vanaf de middenlijn is gemarkeerd met tape.

Beginbal

De bal wordt vanaf elke plaats in het veld verplicht met een onderhandse opslag over het net geslagen, waarbij de bal het net mag raken. De veldspeler die het dichtst bij de bal staat, slaat op. De beginbal dient zo snel mogelijk gespeeld te worden om de vaart in het spel te houden, de spelleider geeft dan ook geen fluitsignaal bij de beginbal. Als voorspeler mag je de bal eerst naar een achterspeler gooien, die vervolgens begint met de opslag.

Spelregels

- Wanneer een speler de bal over het net speelt, draait de hele ploeg waartoe de speler behoort, met de klok mee, een plaats door, inclusief de spelers die op dat moment naast het veld staan. Doordraaien is verplicht.
- De spelers naast het veld draaien tijdens de rally van buiten het veld in op een vaste plek.
- De speler die het langst buiten het veld staat, draait als eerste in.
- De spelers mogen niet lopen met de bal.
- De bal mag het net raken.
- Elke bal die over het net gespeeld of opgeslagen wordt, moet door de tegenstander met twee handen gevangen worden. De speler die de bal gevangen heeft gooit de bal naar een teamgenoot. Deze teamgenoot mag de bal in één keer met een volleybaltechniek (onder- of bovenhands) over het net spelen **OF** eerst vangen, voor zichzelf opgooien en bovenhands over het net spelen. Een team is dus verplicht om twee keer te spelen!
- De tweede bal mag via een teamgenoot gevangen worden.
- De bal moet zo snel mogelijk over het net worden gespeeld vanaf de plaats waar de bal gevangen is. Dit geldt zowel binnen als buiten de lijnen van het veld.
- Het over het net spelen (bovenhands)/slaan (opslag) van de bal gebeurt verplicht door middel van volleybal specifieke manieren van spelen/slaan en vangen (zie reglement groep 3/4 Gooien van de bal). Het volgende wordt afgefloten:
 - Een bal vanuit de nek gooien/spelen.
 - Een bal van onder de kin wegstoten.
 - Het uitvoeren van een slingerworp.
- Het in sprong over het net naar beneden gooien van de bal ('dunken') is niet toegestaan.
- Lijn- en netfouten worden niet afgefloten.

Wanneer ligt het spel stil?

Het spel ligt stil wanneer:

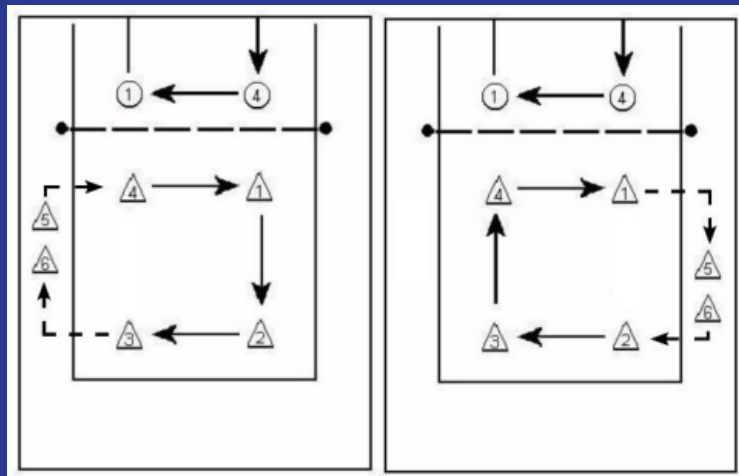
- de bal uit is gespeeld of geserveerd.
- een speler de bal heeft laten vallen.
- de bal in het net is gespeeld of geserveerd.
- de bal in het veld van de tegenstander op de grond is gespeeld of geserveerd.
- in plaats van serveren wordt gegooid.

Wat gebeurt er als het spel stil ligt?

Het spel wordt direct hervat met een onderhandse opslag vanuit het veld door de speler die het dichtstbij de bal staat en zo dicht mogelijk bij de plaats waar het spel eindigde. Het is dus niet toegestaan om de bal naar de tegenstander te rollen of naar een goed spelende teamgenoot.

Doordraaien

In onderstaande plaatjes is de opstelling en manier van doordraaien te zien, nadat de bal over het net gespeeld is en de opties hoe spelers het veld in en uit mogen draaien (uiteraard bij meer dan 4 spelers in een team, anders draaien de spelers in het veld door):



Telling

- Wanneer een speler de bal: laat vallen, uit serveert/speelt, in het net serveert/speelt of aanraakt voordat deze uit is, krijgt de tegenstander één punt.
- Wordt de bal bij de tegenstander op de grond geserveerd/gespeeld, dan krijgt het scorende team één punt.
- Wordt de bal maar één keer gespeeld, dan krijgt de tegenstander één punt.

Reglement groep 7/8

Algemeen

- Er wordt 3 tegen 3 gespeeld.
- Een team mag bestaan uit alleen meisjes, alleen jongens of mag gemixt zijn.
- Er wordt gespeeld op een veld ter grootte van een badmintonveld waarbij de buitenste lijnen worden gebruiken.

Spelregels

- Team A serveert de bal vanachter de 2 meterlijn. Dit mag zowel bovenhands als onderarms.
- Het ontvangende team vangt de bal (direct of na een stuit).
- De speler die de bal gevangen heeft mag naar het net rennen en gooit de bal op voor één van de medespelers. De medespeler slaat de bal over het net (staand of in sprong).
- Het verdedigende team vangt de bal (direct of na een stuit).
- De speler die de bal gevangen heeft mag naar het net rennen en gooit de bal op voor één van de medespelers. De medespeler slaat de bal over het net (staand of in sprong).
- Nadat het team de bal over het net heeft geslagen, draait het door.
- Als er gescoord is, begint het team dat de bal heeft met serveren.
- Blokken van de bal is niet toegestaan.
- Lijn- en netfouten worden niet afgefloten. Maar een speler die in/over het net hangt, wordt wel afgefloten.

Wanneer ligt het spel stil?

Het spel ligt stil wanneer:

- de bal in het net wordt geserveerd/gemasht.
- de bal buiten de lijnen wordt geserveerd/gemasht.
- als de bal twee keer heeft gestuiterd.

Wat gebeurt er als het spel stil ligt?

Het spel wordt hervat met een onderhandse of bovenhandse opslag achter de 2 meterlijn door de speler die het dichtstbij de bal staat. Het is dus niet toegestaan om de bal naar de tegenstander te rollen of naar een goed spelende teamgenoot.

Doordraaien

Nadat de bal over het net geserveerd/gemasht is, draaien de spelers met de klok mee door inclusief de wisselers (wanneer deze er uiteraard zijn, anders draaien de spelers in het veld door). Indien er wisselers zijn, dan draait de speler die het langste in het veld staat door het veld uit en de speler die het langst buiten het veld staat draait als eerste in.

Telling

- Wanneer een speler de bal: laat vallen, uit smasht, uit serveert, in het net smasht of aanraakt voordat deze uit is, krijgt de tegenstander één punt.
- Heeft de bal twee keer, waarvan de eerste binnen de lijnen, bij de tegenstander gestuiterd, dan krijgt het scorende team één punt.

Kleedkamerindeling

Hieronder staat vermeld in welke kleedkamers de deelnemende leerlingen zich kunnen omkleden. Bij de aanmeldbalie en op de deuren van de kleedkamers staat de verdeling van de teams vermeld. Er zijn kleedkamers voor meisjes en voor jongens.

Meisjes

Kleedkamer 1, 3, 4, 5 & 8

Jongens

Kleedkamer 9, 10, 11 & 12

Wedstrijdschema

Hieronder tref je de QR code en link naar de pagina met alle deelnemende teams aan. Wanneer je op je team klikt, kom je op een pagina met het pouleschema, de poulestand en het wedstrijdschema. Let erop dat in enkele gevallen je moet doorklikken om het volledige wedstrijdschema te zien. Zorg ervoor dat je op tijd bij het juiste veld bent, zodat de kinderen zo lang mogelijk kunnen volleyballen. Mocht het gebeuren dat bijvoorbeeld een uitslag niet klopt, kom dan gelijk naar het wedstrijdsecretariaat. Dan kunnen we dit tijdig aanpassen. Tijdens het toernooi hangen de schema's ook bij de informatiebalie.



Of klik [HIER](#)

Schema finalewedstrijden

Na de poulefase worden de finale wedstrijden gespeeld. Hieronder de toelichting op welke teams er na de poulefase doorgaan.

Groep 3/4 - Playoff

	Kwart	Halve	Finale	Winnaar
1	Poule A #1			
2	Poule B #1	Hoofd Locatie - E1 wo 5-10-2022 15:54		
3	Poule C #1		Hoofd Locatie - CC1 wo 5-10-2022 16:18	
4	Poule D #1	Hoofd Locatie - E2 wo 5-10-2022 15:54		
5	Poule E #1			Hoofd Locatie - CC1 wo 5-10-2022 16:40
6	Beste nummer 2	Hoofd Locatie - CC1 wo 5-10-2022 15:54		
7	Poule F #1		Hoofd Locatie - CC2 wo 5-10-2022 16:18	
8	Tweede beste nummer 2	Hoofd Locatie - CC2 wo 5-10-2022 15:54		

De nummer 1 van elke poule en de twee beste nummers 2 overall gaan door naar de kwart finale, zie het schema hiernaast. Let op: na de halve finale spelen deze vier teams nog een wedstrijd voor de plekken 1/2 of 3/4.

Groep 5/6 - Playoff

	Kwart	Halve	Finale	Winnaar
1	Poule A #1			
2	Poule B #1	Hoofd Locatie - CC4 wo 5-10-2022 16:50		
3	Poule C #1		Hoofd Locatie - A1 wo 5-10-2022 17:05	
4	poule D #1	Hoofd Locatie - A1 wo 5-10-2022 16:50		
5	Poule E #1			Hoofd Locatie - A1 wo 5-10-2022 17:20
6	Beste nummer 2	Hoofd Locatie - A2 wo 5-10-2022 16:50		
7	Poule F #1		Hoofd Locatie - A2 wo 5-10-2022 17:05	
8	Tweede beste nummer 2	Hoofd Locatie - A3 wo 5-10-2022 16:50		

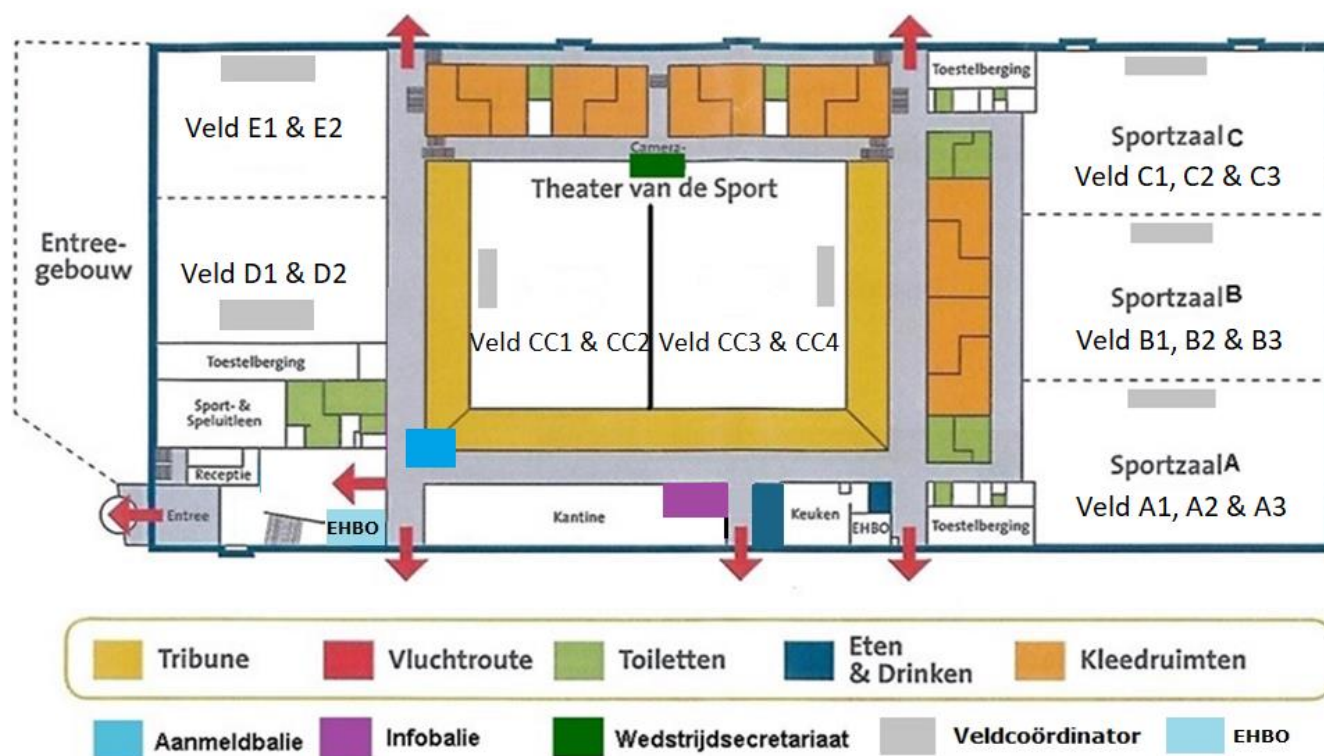
De nummer 1 van elke poule en de twee beste nummers 2 overall gaan door naar de kwart finale, zie het schema hiernaast. Let op: na de halve finale spelen deze vier teams nog een wedstrijd voor de plekken 1/2 of 3/4.

Groep 7/8 - Playoff

	Kwart	Halve	Finale	Winnaar
1	Poule A #1			
2	Poule B #1	Hoofd Locatie - B1 wo 5-10-2022 16:50		
3	Poule C #1		Hoofd Locatie - B1 wo 5-10-2022 17:05	
4	Poule D #1	Hoofd Locatie - B2 wo 5-10-2022 16:50		
5	Poule E #1			Hoofd Locatie - B1 wo 5-10-2022 17:20
6	Poule F #1	Hoofd Locatie - C1 wo 5-10-2022 16:50		
7	Poule G #1		Hoofd Locatie - B2 wo 5-10-2022 17:05	
8	Poule H #1	Hoofd Locatie - C2 wo 5-10-2022 16:50		

De nummer 1 van elke poule gaat door naar de kwart finale, zie het schema hiernaast. Let op: na de halve finale spelen deze vier teams nog een wedstrijd voor de plekken 1/2 of 3/4.

Plattegrond



Jeugdfonds Sport Zwolle

Het Jeugdfonds Sport Zwolle betaalt de contributie voor kinderen en jongeren uit gezinnen waar te weinig geld is om te sporten.



Voor alle ouders

Wil je kind graag op volleyballen, voetbal, kickboksen, atletiek of op een andere sport, maar is er thuis te weinig geld? Het Jeugdfonds Sport Zwolle helpt! Wij betalen voor kinderen en jongeren tussen de 0 en 18 jaar de contributie en eventueel benodigheden zoals sportkleding, sportschoenen en/of sportattributen. Scan de QR-code voor meer informatie >



Voor de intermediairs (professionals)

Je komt ze vast tegen tijdens je werk als leerkracht, buurtsportcoach, gymdocent, maatschappelijk werker, schuldhulpverlener: kinderen die geen lid zijn van een sportvereniging, omdat hun ouders de contributie niet kunnen betalen. We zijn er voor ouders die langdurig weinig inkomen hebben, maar ook voor zzp'ers met te weinig opdrachten of gezinnen die (als gevolg van de coronacrisis) geldzorgen hebben. Jij weet als geen ander dat het enorm belangrijk is voor kinderen om mee te kunnen doen. Ze maken nieuwe vrienden, doen vaardigheden op, hebben plezier en krijgen meer zelfvertrouwen. Scan de QR-code, meld je aan als intermediair en doe die aanvraag >



Aanvragen cultuur

Wil je kind liever naar ballet, streetdance, scouting, toneel, muzikles of naar een andere vorm van cultuur? Dan kan je een aanvraag doen bij de Gemeente Zwolle >



Wat is Cool Moves Volleybal (CMV)?

Volleybal is een uitdagende sport om te leren.

Om die reden ontwikkelde de NeVoBo (Nederlandse Volleybal Bond) speciaal voor kinderen van 6 t/m ongeveer 12 jaar Cool Moves Volley (CMV).

Het is een erg leuke, speelse en leerzame manier om volleybal te leren.

Met Cool Moves Volley leren de kinderen door het vangen, gooien en bewegen met de bal de diverse volleybaltechnieken aan.

Cool Moves Volley kent 6 niveaus welke deels leeftijdgebonden zijn, maar ook voor een groot gedeelte aansluit bij en meegroeit met de volleybalvaardigheden van kinderen.

Ieder niveau heeft zijn eigen speelvorm: bij niveau 1 beginnen kinderen voornamelijk met het gooien en vangen van de bal terwijl ze bij niveau 3 bijvoorbeeld de eerste bal al onderhands verplicht moeten passen, totdat ze bij niveau 5 al volledig het "gewone" volleybalspel spelen.

Zo zijn de volleybalsters van VC Zwolle Topvolleybal ook ooit begonnen bij de CMV!

Naast het aanleren van het volleybalspel, staat ook het sociale aspect voor kinderen centraal.

Of het kind nu een supertalent is, motorisch minder sterk is, sociaal verbaal aanwezig is of juist heel bescheiden en verlegen is, voor elk kind is er plaats.



Topfit voor (top)sporters

"Topfit Fysiotherapie bestaat al meer dan 20 jaar en biedt de best mogelijke zorg.

U kunt bij ons terecht voor alle fysiotherapeutische specialismen in één van onze 9 vestigingen in Zwolle, Lelystad, Dronten en Kampen ."

Sportfysiotherapie

Topfit heeft een jarenlange ervaring met blessurepreventie en –behandeling en de begeleiding van (top)sporters! Onze sportfysiotherapeuten begrijpen wat er met uw lichaam gebeurt tijdens het sporten.

Door te kijken naar uw motoriek, analyseren we hoe de blessure is ontstaan. Aspecten als coördinatie, snelheid, lenigheid, kracht en uithoudingsvermogen worden in de behandeling betrokken.

De sportfysiotherapeut begrijpt ook hoe belangrijk sporten voor u is! En stelt een **actief behandelplan** op. Samen bekijkt u of er **alternatieve of aanvullende mogelijkheden** zijn om te sporten.

Bij welke klachten en blessures is sportfysiotherapie geschikt?

- blessures ontstaan tijdens het sporten
- andere klachten waardoor u niet meer kunt sporten
- blessurepreventie advies
- advies in uw keuze voor een bepaalde sport, beste aanpak, materiaal, kleding en schoeisel
- sportmedische begeleiding van trainingsprogramma's en prestatieverbetering
- EHBSO: eerste hulp bij sportongevallen

De behandeling bij sportfysiotherapie

- reguliere fysiotherapeutische behandeling
- echografie of shockwave therapie
- oefenprogramma's met of zonder gebruik van trainingsapparatuur
- braces of taping
- mobiliserende technieken
- verschillende ondersteunende behandelapparatuur
- beoefenen van alternatieve sporten om in conditie te blijven
- opstellen van training schema's

Topfit locatie Schelle(Zwolle zuid):
Forelkolk 43-45
8017PM Zwolle

Topfit locatie Bubbels (Zwolle Stadshagen):
Sportlaan 2
8044PG Zwolle

