

SURTOUT FLITS

SCHERMVERENIGING VAN APeldoorn – Doetinchem en Zutphen

NUMMER 1901



Met deze nieuwsbrief van schermvereniging Surtout Apeldoorn, Doetinchem en Zutphen informeren wij jullie met enige regelmaat over alle actuele onderwerpen op het gebied van wedstrijden, trainingen en andere verenigings berichten. De nieuwsbrief verschijnt gemiddeld vijf keer per jaar.

MEDEDELING VAN HET BESTUUR

Voorzitter	Rob van Viegen
Secretaris	Astrid Visch - van Spijk
Penningmeester	Caroline Kraxner
Wedstrijdcomm	Rob Hendriks
Algemeen lid	Jacques Doon

Mijn naam is Rob van Viegen, sinds maart dit jaar voorzitter van Surtout. Sinds januari 2018 scherm ik bij Surtout na ongeveer 25 jaar niets aan schermen te hebben gedaan.

Daarvoor heb ik bij MVO (militaire schermvereniging in Den Haag) geschermd bij Ad Mol, altijd op sabel. Inmiddels behoor ik tot de groep veteranen en is het benenwerk een stuk trager geworden dan voorheen. Toch is het plezier er niet minder om en ik probeer elke dinsdagavond present te zijn...

Elke vereniging wordt gevormd en gedragen door de leden en het bestuur doet wat de leden willen. Bestuursleden zijn ook gewoon leden van Surtout en de leden moeten de vereniging draaiend houden. Het bestuur bestuurt dat proces, doet voorstellen tot verandering/verbetering, zorgt voor structuur en visie op de toekomst.

Gezien het aantal medailles dat Surtout schermers dit jaar al hebben binnengehaald, doen we het supergoed. Enthousiaste schermers, die wedstrijden doen, prima trainers die hen daarop voorbereiden en familie en vrienden voor de mentale support.

Wat is er nodig om een bloeiende vereniging te zijn en te blijven? Natuurlijk hebben we nieuwe leden nodig om het verloop op te vangen en te groeien. Als we meer geld binnen kunnen krijgen, dan kunnen we meer activiteiten doen en meer promotie voor Surtout. Contacten bij mogelijke subsidieverstrekkers zijn nodig en dat netwerk moet goed onderhouden worden. De presentatie van de vereniging naar buiten gaat vooral door mond tot mond reclame en natuurlijk door de website. De website moet niet alleen actueel zijn, wat alleen al een flinke klus is, maar ook aantrekkelijk, modern en



vooral wervend. Bezoekers voelen zich uitgenodigd om te komen voor proeflessen.

Voor wie willen we aantrekkelijk zijn? Uiteraard voor kinderen, die zich kunnen ontplooiën tot uitstekende wedstrijd schermers, maar zouden we ook voor andere doelgroepen iets kunnen betekenen?

Dit zijn allemaal zaken waar we als vereniging mee bezig houden en het bestuur zorgt voor structuur in de activiteiten die de vereniging laten bloeien. Met elkaar willen we Surtout elk jaar weer tot een succes maken en dat betekent dat we als bestuur graag een beroep doen op iedereen die daar aan kan bijdragen. Binnenkort gaan we als bestuur de mensen die zich bij de ALV voor een activiteit hebben opgegeven, benaderen om een aantal zaken echt in gang te gaan zetten.

Het bestuur wenst iedereen al vast een hele goede vakantie en zien jullie graag in september weer terug op de looper

WAT TE DOEN VOOR HET NK EQUIPE?



We vroegen onze secretaris Astrid te vertellen over wat er vooraf ging aan het NK Equipe.

Het NK Equipe in Apeldoorn is tot stand gekomen op de volgende manier:

Het was juni 2018, het Surtout heren sabel team was net voor de 11e keer Nederlands Kampioen Equipe geworden en de dames hadden brons in de wacht gesleept. We raakten na de uitreiking van de medailles in gesprek met de organiserende vereniging "En Cavent" die ons vertelde dat ze, na drie jaar het equipe te hebben georganiseerd, zochten naar een vereniging die hen zou opvolgen. Omdat het organiseren, behalve een hoop drukte, de verplichting om dit 3 jaar achtereen te organiseren, tevens naamsbekendheid voor Surtout zou opleveren, hebben we met het bestuur besloten om er voor te gaan. We bedachten dat daar wel een bijzondere zaal bij hoorde en vonden het Omnisport het meest geschikt.

Voorzitter Jim ging praten met de beheerder en liet de zaal daarna zien aan Leon Pijnappel van de KNAS, omdat de zaal te duur was, werd ons gezegd dat we sponsors moesten zoeken, die mogelijkheid werd ons geboden door een gratis stand op de beurs Buitengewoon Business in Omnisport waar enkele jeugdleden nog een aantal scherm demonstraties hebben gegeven. Uiteindelijk heeft de KNAS na aandringen van onze kant, de prijs voor de zaal bedongen.

Het Surtout bestuur heeft het draaiboek gemaakt, vrijwilligers en EHBO-ers geworven, allerlei nodige regelingen getroffen zoals bijkomende kosten (KNAS betaalt alles), geluidssysteem, met dank aan onze nieuwe voorzitter Rob, communicatie met alle partijen, bekendheid door radio/tv opnamen, persberichten en in samenwerking met de leden van Surtout alle puntjes op de i gezet. Naar aanleiding van de complimenten die we woordelijk en schriftelijk hebben ontvangen, kunnen we stellen dat we een flitsend toernooi hebben neergezet! Nogmaals iedereen bedankt!

TRAINERSPRAAT

In deze rubriek zal een van de trainers een uitleg geven waarom we bepaalde trainingen doen, bv basketbal



Ik begin maar eens uit te leggen wat ASM betekent.

Het Athletic Skills Model is een model waarbij bewegers met behulp van een concentrische werkwijze

worden opgeleid tot veelzijdige bewegers. Het aanpassingsvermogen en plezier in bewegen staan centraal. Door een activiteit of een sport te analyseren kan de docent achterhalen welke (sport)specifieke kenmerken, zoals grondvormen van bewegen, er in de specifieke sport (schermen) aanwezig zijn. Met behulp van deze informatie kan vervolgens een lesprogramma opgezet worden waarbij de bewegers, in dit geval onze jeugd leden, verschillende vaardigheden oefenen en voortdurend uitgedaagd worden om de bewegingen nét iets anders uit te voeren om succesvol te zijn. Het Athletic Skills Model kent zo'n andere denkwijze dan de 'traditionele' opbouw waarmee het een aangename aanvulling is op de reeds aanwezige technische en tactische schermtrainingen.

Maître Georges Dérop (Hoofdtrainer)

Wordt vervolgd.

COLUMN

Naam Rob Hendriks
Onderwerp De Psyche van een schermer
Categorie Ouder van Jasper en Ekatherina en sinds 1 juli wedstrijdcommissaris



Waarom verliest een schermer een partij terwijl het duidelijk is dat hij/zij had kunnen winnen?

Als toeschouwer of coach vraag je je dan af wat er in het hoofd omging van de schermer.

Als dit gebeurt is het al te laat want het feit heeft zich reeds voorgedaan. Er zijn vragen die je je vooraf moet stellen voordat de wedstrijd, wat zeg ik, voordat het toernooi begint. Vragen als: Hoe moet een schermer zich voorbereiden voor en na een wedstrijd? Wanneer ben je klaar om te starten? Welke tactiek gebruik ik?

Het is te makkelijk om te zeggen dat dit voor iedereen anders is. Schermers doen immers allemaal een warming-up en doen aan in-schermen! Doen een aanval, weren, plaatsen een parade of parade riposte. Is het mogelijk om iets te vinden wat succes kan garanderen? Met alleen trainen en aanleg kom je er niet, dat is duidelijk.

Hoe kun je de schermer beïnvloeden om een schijnbaar verloren partij toch naar zich toe te trekken? Is het geluk, willekeur, doorzettingsvermogen, genialiteit of echt strategie? Vragen die van belang zijn om tot een succes te komen.

Een schermer is net een stuk elastiek, hij/zij is flexibel, rekt zich uit, komt op spanning en is weer flexibel. Alleen zit er in een elastiek geen emotie. Wanneer we kleine gaatjes in een elastiek maken ontstaat er bij de gebruiker automatisch een emotie, gaat het knappen, wanneer, hoe, doet het zeer en kan ik bepalen wanneer het gebeurt. Een schermer wil eigenlijk hetzelfde, controle over wanneer de tegenstander dat doet wat hij wil. Het zou inderdaad mooi zijn als het ultieme trucje zou bestaan.

Gelukkig maar dat er niet een trucje is dat succes kan garanderen want als iedere schermer de sport tot in finesse zou beheersen wordt het verschil toch gemaakt door de psyche van de schermer. Daarom is het van groot belang dat niet alleen de gereedschapskist van schermtechnieken gevuld wordt maar ook de persoonlijke emotionele schatkist. Hoe krijg je controle over je emoties voor-, tijdens- en tussen wedstrijden, zijn vragen die van wezenlijk belang zijn.

Regelmatig zie je al aan de schermer, voordat een partij begint, of hij gaat winnen of verliezen. Dit heeft dan niets te maken met de technieken die hij/zij geleerd heeft maar de psyche waarin de schermer zich op dat moment bevindt. Dat maakt het spelletje ook zo mooi, techniek, tactiek, mentale weerbaarheid en de beleving moeten allemaal kloppen om tot een groot succes te komen.

Schermen is geen sport maar een manier van leven.

красная сабля

Rob geeft het 'stokje' voor het schrijven van de column graag door aan **Enli**.





**Leuke foto uit Surtout's foto archief
Aize en Lars zijn blij op het JPT in
Utrecht 2019**

Niet vergeten!

Surtout bestaat volgend jaar 65 jaar!

Uit het archief:

In 1955 werd in Apeldoorn een schermvereniging opgericht; de eerste leden-vergadering van de nieuwe vereniging is op 21 april 1955 gehouden: de naam was "Zorro".



trainingspakken bestellen via de webshop

(rechts bovenin onze website)

Gebruikersnaam: clubsurtout

Wachtwoord: wwclubsurtout



Surtout

Kijk voor de actuele
lijst met activiteiten
op onze site bij Agenda



Info
Agenda
Bestuur
Dossier
Deelnemen?
Filmpjes
Historie
Links
2e Hands

Voor de volgende
Surtout Flits
kopij opsturen voor
30 september

**NJK succes 4 x goud, 4 x zilver en
3 x brons**