



## DOELTREFFEND



*Hoofdsponsor*

# Bruggink & van Beek

**notarissen • adviseurs**

Aangesloten bij Netwerk Notarissen



Openingstijden: ma. t/m vr. van 08.30–17.00 uur en  
dinsdagavond op afspraak tot 20.00 uur

Oosterweg 6  
6602 HD Wijchen  
T (024) 641 45 44  
E [info@bvbnotarissen.nl](mailto:info@bvbnotarissen.nl)

Internet [www.bvbnotarissen.nl](http://www.bvbnotarissen.nl)

Beste Doeltreffend lezers,

Daar is hij al weer, de 4e editie van dit seizoen van ons clubblad "De Doeltreffend". Ook deze editie is weer gevuld met mooie verhalen, ervaringen, ideeën en foto's. Wij hebben weer enorm ons best gedaan er een mooie editie van te maken!

Veel leesplezier en heb je ideeën of opmerkingen? Meld je dan bij de redactie!

De redactie.



## **Redactie:**

Joris Sprengers

Eric van Boekel

Demi Verheugen

Lieke van Thiel

Arthur Rikken

## **Redactie adres:**

doeltreffend@vvgassel.nl



Bedrijfs- en veiligheidskleding



Gereedschappen



PBM



Schoeisel



De professional kiest natuurlijk voor Heigo.

Meer weten? Kijk op [www.heigo.nl](http://www.heigo.nl)

of neem contact met ons op via telefoonnummer 0481-36 41 11 of [info@heigo.nl](mailto:info@heigo.nl).



**BOERBOOM**

aanneming en onderhoud

Allround vakmensen met brede kennis  
van renovatie en vastgoedonderhoud.



**LUISTEREN, MEEDENKEN EN DAN PAS DOEN: 024 323 09 60**

Hogelandseweg 71, Nijmegen  
[www.boerboom-aanneming.nl](http://www.boerboom-aanneming.nl)

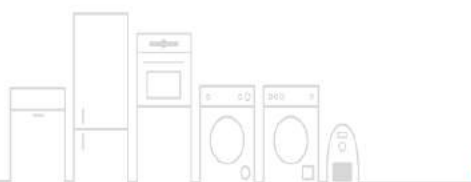
## **Inhoudsopgave**

Woordje van de voorzitter	Pagina 6-9
De Balpen	Pagina 10-13
Wie is?	Pagina 14-15
Sponsor in de spotlight	Pagina 16-19
Jeugdspeler aan de bal	Pagina 20-23
Jarigen	Pagina 24-25
Nieuwe leden	Pagina 26-27
Walking Football	Pagina 28-29
Wie is..	Pagina 30-333
Advies van Gemmie	Pagina 34-37
Speler van de week	Pagina 38-41
Clubgegevens	Pagina 42

Voor verkoop en reparatie van al uw elektrische huishoudelijke apparaten



**TOON  
CORNELISSEN**  
WITGOEDSERVICE



Dorpstraat 15  
5438 AL Gassel  
Tel. 0486 47 20 20

info@tooncornelissen.nl  
www.tooncornelissen.nl



**Installatiebedrijf**  
**Das-Brans**

DORPSTRAAT 19 GASSEL (0486) 47 37 35  
06 - 20 13 77 87 / 06 - 53 69 63 26

## Woordje van de voorzitter

Het voetbalseizoen komt nu snel naar zijn climax en het belooft nog een spannend slot te gaan worden. Gaat het eerste elftal erin slagen om zich te handhaven, gaat een jeugdteam nog met een prijs aan de haal of weten onze dames nog een periodetitel in de wacht te slepen? Over een kleine 2 maanden zijn de antwoorden op deze vragen bekend.



Nadat ons eerste evenement van dit jaar, de nieuwjaarsreceptie, weer achter de rug is vond op 4 maart jl. het darttoernooi plaats. Door corona heeft er ook voor dit evenement de laatste jaren geen doorgang kunnen plaatsvinden maar dit jaar was het eindelijk weer zo ver. De kantine werd omgetoverd tot een dart arena en omstreeks 18.00 uur verzamelden de darters zich in de kantine en na wat ingooien zijn de darters vol enthousiasme gestart aan de wedstrijden. Zowel vrouwelijke als mannelijke darters gingen de strijd met elkaar aan en het bleef tot de laatste uren gezellig. De spanning was om te snijden. Uiteindelijk zijn er, na 2 spannende finales, 2 kampioenen uitgekomen. Bij de vrouwen werd Femke van Thiel kampioen en bij de mannen wist Mitch Koster deze titel binnen te slepen. Kortom, het was weer een erg geslaagd toernooi.

Op 12 maart organiseerden de spelers van Gassel 1 een American Party in de kantine. Vol enthousiasme werd de kantine versiert met blauw/rood/witte attributen en vlaggetjes en de DJ was geregeld.





**J. van HAREN b.v.**

**Diervoeders**

**Gassel**

*Henk Cuppen*  
**auto's**

In - en Verkoop Personenauto's  
en Lichte bedrijfsauto's

EXPORT

**G A S S E L**

APK 2 Keuringsstation

**GSM 06 53201603**

Reparaties



Helaas werden die dag alle wedstrijden afgelast door het slechte weer en ging daardoor het feest ook niet door. Gelukkig vonden de spelers het niet erg om de versieringen nog eens op te hangen en vond het feest op 20 maart na de wedstrijd tegen Achilles Reek wel plaats.

Na een seizoen met veel blessureleed voor ons 1e vrouwen elftal en daarom onduidelijkheid over het voortbestaan van dit elftal ben ik verheugd jullie mede te delen dat wij volgend seizoen toch zeker genoeg speelsters op de been kunnen krijgen om dit team draaiende te houden. Het damesteam zal tevens aangevuld worden waar nodig met onze vrouwen van 18+ en 30+ en de meisjes uit het JO14 jeugdelftal. Maar zonder trainer geen team. Ik ben dan ook verheugd om jullie op trainervlak te kunnen melden dat we ook met Harm van Daal, de trainer van Vrouwen 1, het contract voor volgend seizoen hebben mogen verlengen. Het bestuur is verheugd dat Harm van Daal ervoor heeft gekozen de club trouw te blijven.



vernieuwend in  
**Keuken & Interieur**

Dorpsstraat 42 5438 AM Gassel Telefoon 0486 - 475385 Email info@peterhendrikskeukens.nl



*Kijk voor meer inspiratie op onze website of maak een afspraak!*



[www.peterhendrikskeukens.nl](http://www.peterhendrikskeukens.nl)



**SMITS VAN SPIJK**

ELEKTROTECHNISCH AANNEMER BV

Torenstraat 6  
5438 AP Gassel  
Tel. 0486 - 475207  
Fax 0486 - 474567  
Servicernr. 06 - 51331566

- ◆ Elektrotechnische installaties
- ◆ Telecommunicatie
- ◆ Beveiligingen
- ◆ Agrocomputersystemen
- ◆ Licht- en krachtinstallaties

Internet: [www.smitsvanspijk.nl](http://www.smitsvanspijk.nl)  
E-mail: [info@smitsvanspijk.nl](mailto:info@smitsvanspijk.nl)

# De Balpen

Bedankt voor het doorgeven van de balpen Kim!



Mijn naam is Noud Strik, 26 jaar en woon al mijn hele leven in Gassel. Ik woon hier thuis samen met mijn ouders Willie en Bea Strik en in het weekend ook mijn broer Roel Strik. Beide zijn hun ook vrij bekend in het dorp. Zo heeft mijn vader jaren lang bij Gassel gevoetbald, zie vorige editie van de doeltreffend. En Roel voetbalt in Gassel 1 en is jeugdleider van de JO-13.

Voetballen doe ik al vanaf mijn jeugd en heb daarmee ook alle jeugd teams van Gassel doorlopen tot en met de A jeugd, nu beter bekend als de JO-19. Helaas ben ik daar geblesseerd geraakt aan mijn knie. Toen dit gebeurd was, zat voetbal er effe niet meer in en ben ik begonnen als leider bij het 2de en ben daarna begonnen als leider bij het 1ste, zodat ik tussendoor weer kon gaan voetballen bij het 4de. Dat team bestaat helaas niet meer, maar is onderverdeeld tussen 2de en 3de.



**24.06.2023**

# ROCK IN GASSEL



**B** **BOERBOOM**  
kozijntechnik

Boerboom | Kozijntechnik  
[www.boerboom-kozijntechnik.nl](http://www.boerboom-kozijntechnik.nl)  
Hogelandsweg 71 - Nijmegen  
Tel: 024 - 323 06 42



In het dagelijks leven werk ik in de ICT bij IT-profile. Dit is een detachering bureau. Daardoor ben ik de meeste dagen te vinden bij mijn klant, de Gemeente Tilburg. Ook doe ik nog vrijwilligerswerk bij de voetbalclub. Zo zit ik in de barcommissie. Sinds vorig jaar heb ik met veel plezier ook de taak van wedstrijdsecretaris van Wim Linders overgenomen. Verder komen vaak de vragen over ICT vanuit de club bij mij terecht. Dit betekent dat ik veel dagen op de club te vinden ben.

Graag wil ik de balpen doorgeven aan Stef Classens



Electromaaiers  
Benzinemaaiers  
Zitmaaiers  
Tuinbouwtractoren  
Pompen



Kettingzagen  
Bosmaaiers  
Verhakselaars  
Tuinfrezen  
Bladblazers

Dagelijks geopend van 17.00 tot 22.00 uur, zaterdag van 8.00 tot 17.00 uur

# TOON HENDRIKS

## Tuin & Parkmachines

Berkenkamp 45 - 5434 PC Vianen - Tel. 0485 - 31 23 25 Mobiel 06 - 51 02 64 87

Voor kwaliteit en service

**VHAREN**  
**INSTALLATIES**

De Hork 26 5431NS Cuijk

☎ 0485 - 335060 fax 0485 - 335065

[www.vanharencuijk.nl](http://www.vanharencuijk.nl)

## Wie is..

Naam: Natalia Klees

Geboortedatum: 26 juni 1994

Burgerlijke staat: Getrouwd

Lengte: 1.60m

Gewicht: 60 kilo

Schoenmaat: 38

Welk elftal: Gassel VR1

Functie bij VV Gassel: Voetbalspeelster

Sterke punten: Steekballen geven, inzicht en positief coachen

Zwakke punten: Hard schieten, koppen en scoren

Favoriete voetbalclub: PSV

Beste voetballer: Messi

Slechtste voetballer: Mijn man Mark ;) (hopelijk leest hij dit niet)

Opleiding: VWO en daarna psychologie

Beroep: Psycholoog

Hobby's naast voetballen: Eten, met vrienden afspreken en netflixen

Lievelingseten: Pizza

Minst lekkere eten: Moeilijk te zeggen, ik lust alles wel

Favoriete film/serie: Breaking bad

Favoriete boek: Geen idee, ik lees vrij weinig

Leukste tv programma: Temptation Island, heerlijk mensen oordelen vanaf m'n bank

Favoriete artiest/groep: Lewis Capaldi

Beste liedje: Heb ik niet, vind alles wat op de radio te horen is wel leuk












Mooiste man/vrouw: Mijn zoontjes ;)

Waar heb je een hekel aan: Te laat komen, onrechtvaardigheid en mensen die liegen

Favoriete vakantieland/plaats: Costa Rica



Onderstaande ondernemers hebben een contract afgesloten voor een jeugd sponsorpakket

 <p>PIZZERIA - CAFETERIA <b>GASSEL</b></p>	<p>Tel. <b>0486-422422</b></p>	 <p>SCHILDERSBEDRIJF <b>BÆRT LOEFFEN</b> GASSEL <a href="http://www.bartloeffen.nl">www.bartloeffen.nl</a></p>
 <p>Ruwvoer Distributiecentrum Gassel</p>	 <p>Bart Daanen Mobiel 06-12928862</p> <p>Ten Holtweg 8 - 5438 NT Gassel Telefoon 0486 - 432496 Email <a href="mailto:info@administratiekantoordaanen.nl">info@administratiekantoordaanen.nl</a></p>	
<p>Voor kwaliteit en service</p>  <p><b>VHAREN</b> INSTALLATIES</p> <p>De Hork 26 5431NS Cuijk ☎ 0485 - 335060 fax 0485 - 335065 <a href="http://www.vanharencuijk.nl">www.vanharencuijk.nl</a></p>	 <p>DOE-HET-ZELF &amp; ALLESWINKEL</p> <p><b>LENY VAN KEMPEN</b> <a href="http://www.lenyvankempen.nl">www.lenyvankempen.nl</a></p>	
<p><b>Autoschade</b> Cuijk</p>  <p>Voor al uw schadeherstel, spuitwerk en restauraties Wij staan voor een hoge kwaliteit tegen een scherpe prijs</p> <p>Kortla Belleerd 3b (P9) 5431 NP Cuijk 0485-325365 06-19957296</p>	 <p>KETELSERVICE <b>SCHOOK</b> Service &amp; onderhoud   CV- installaties <a href="http://www.ketelserviceschook.nl">www.ketelserviceschook.nl</a></p>	
<p>Goossens Management Gassel</p>	 <p><b>Manders</b> Sportrepen, Graverwerk &amp; Reclame No oak more el van Laut-Graverwerk Winneg 7 St. Hubert Tel.: 0485-452647</p>	
 <p><b>van Houtum</b> schilderwerken</p> <p>Voor al uw schilderwerk behangen houtrotreparaties Gassel 06-57540001</p>	 <p><b>HAROLD</b></p> <p>Meubel en interieurbouw <b>Harold Beekmans</b></p> <p>Maatwerk in: keukens kasten meubels binnenhuis timmerwerk interieurs</p> <p>Meisevoort 12, 5438 NK Gassel Tel: 0486 - 420618, Mob: 06 - 10588986 E-mail: <a href="mailto:beekmans10@kpnplanet.nl">beekmans10@kpnplanet.nl</a></p>	



## **Sponsor in de spotlight**

In de uitgave van deze rubriek zetten we Advies van Spijk BV in de spotlight.

### **Bedrijfsnaam, eigen naam en functie.**

Advies van Spijk BV. Ad van Spijk, directeur.

### **Hoe lang bestaat het bedrijf al?**

Vanaf 1 januari 2017. Het betreft een afsplitsing van Geerts & Van Spijk BV welke voorheen ook als shirtsponsor van VV Gassel aan de vereniging was verbonden.

### **Door wie is het opgericht?**

Ad van Spijk.

### **Hoeveel werknemers zijn er?**

2

### **Wat zijn de werkzaamheden van het bedrijf?**

Financieel en fiscaal bedrijfsadvies in de breedste zin van het woord. Begeleiden van ondernemers bij het maken van strategische keuzes en realisatie van doelen.

### **Sinds wanneer bent u sponsor van vv Gassel?**

Via Geerts & Van Spijk BV vanaf 2008 en via Advies van Spijk BV vanaf 2017.

### **Wie of wat heeft u zoal gesponsord bij vv Gassel?**

Vooral de jeugdelftallen via shirtsponsoring, reclamebord, club van 50 en nog wat incidentele zaken.

# VGL

GROEN

ontwerp · aanleg · onderhoud

[adres] Lockandsestraat 4  
5437 PL Beers NB

[e-mail] info@vgl-groen.nl

[wilco] 06 19 01 75 28  
wilco@vgl-groen.nl

[koen] 06 30 87 11 56  
koen@vgl-groen.nl

# CASH VOOR KLEREN

regain

Ontvang direct cash  
voor je oude kleding en  
schoenen en steun  
tegelijktijd  
lokale goede doelen!

Iedere zaterdag  
van 09.00 tot 13.00.  
De Hork 38, Cuijk



### **Wat was de reden dat u bent gaan sponsoren bij vv Gassel?**

Draag VV Gassel een warm hart toe. Heb daar zelf de hele jeugd doorlopen, ruim 15 jaar in het eerste elftal gespeeld en daarna nog 12 jaar in lagere elftallen. Daarnaast speelt zoon Dirk al zijn hele leven bij VV Gassel en staat hij al geruime tijd in het eerste elftal. Binnenkort hoop ik mijn come back te maken bij het nog op te richten walking football team. Wie weet wat er nog meer in zit.....

### **Vanuit professioneel oogpunt vind ik dit het mooiste aan vv Gassel:**

Betrokkenheid leden en sfeer voor en na de wedstrijden.

### **Als ik 100.000 euro over had voor sponsoring, dan zou ik het volgende willen verbeteren bij vv Gassel:**

Zorgen dat er ook bij mindere weersomstandigheden toch getraind kan worden. De trainingen worden te vaak afgelast vanwege de gesteldheid van de velden. Het eerste elftal is het Vlaggenschip van de vereniging en heeft de trainingen keihard nodig om elke zondag zo goed als mogelijk te kunnen presteren. Als er nog geld over is zijn er ongetwijfeld ook nog wel enkele andere zaken waar aan gedacht kan worden. Zorg

dat de (oudere) jeugd betrokken en gemotiveerd blijft om zich in en naast het veld maximaal in te blijven zetten. Dit is bepalend voor de toekomst van de vereniging.



JUWELIER OPTIEK  
VERLINDEN



Van traditioneel tot trendy!

[www.verlinden.tv](http://www.verlinden.tv)

## Daarom kiest u voor RegioBank

Bovendien stort Wolters Advies  
€ 5,00 in de clubkas van uw vereniging.  
Informeer naar de voorwaarden.

**Wolters Advies**  
WOLTERS ADVIES IS EEN COMPLETE FINANCIËLE PLAAATSE  
VERBODEN WED. - ADVISORATEN - VERBODEN WED. - ADVISORATEN

**Wolters Advies Escharen**  
Sint Machutusweg 4A  
5364 RB Escharen  
T 0486-47 55 37  
E [info@woltersadvies.nl](mailto:info@woltersadvies.nl)  
I [www.woltersadvies.nl](http://www.woltersadvies.nl)



### Bij u in de buurt

U bent bij ons geen rekeningnummer.  
U wordt geholpen door iemand  
die u kent.



### Een complete bank

Een bank waar u terecht kunt voor  
sparen, betalen en uw hypotheek.  
RegioBank heeft alles onder één dak.

Meer weten?  
Kom langs of bel  
voor een afspraak.



### Zonder poespas

Wij brengen uw financiële vragen  
terug tot begrijpelijke oplossingen en  
gewoon goede producten.



### Altijd binnenlopen

Bij ons kunt u altijd even binnenlopen  
voor advies en een kop koffie.  
U bent altijd welkom.

**Wij zijn uw bank.**

**RegioBank**  
Zelfstuurend Advies

# Jeugdspeler aan de bal

Naam: Joep Boeijen

Geboortedatum: 23-11-2011

Lengte: 150 cm

Gewicht: 38,5 kg

Schoenmaat: 40

Welk elftal: JO13

Positie in 't veld: Eigenlijk overal en ik keep één helft

Sterke punten: Rechter been

Zwakke punten: Linker been

Favoriete voetbalclub: Feyenoord

Beste voetballer: van Feyenoord: Trauner of Kokcü

Slechtste voetballer: Basse van Ajax

School: De Bongerd

Groep: 8

Leukste vak: Pauze en gym

Minst leuke vak: Blits of rekenen

Hobby's naast voetballen: Gamen en fietsen

Wat wil je later worden: Barman





**WWW.PAARDENGRAS.NL**



**Bakkerij**  
**Bongaards**

Marssingel 2a    Tolschestraat 3    Julianaplein 9  
Grave                    Velp                    Gassel



**v/d Lockant Potcultuur**

Sierheesters & Coniferen

Turnhoutseweg 1  
5438NR Gassel

Mobiel: 06 - 22 47 47 39

[www.lockantpotcultuur.nl](http://www.lockantpotcultuur.nl)  
[info@lockantpotcultuur.nl](mailto:info@lockantpotcultuur.nl)

Favoriete drankje: AA Drink

Lievelingseten: Spaghetti

Minst lekkere eten: Koude pasta salade :(

Favoriete film: Minions

Favoriete vlogger: Don de Jong

Leukste game: GTA V

Favoriete artiest/groep: Sick Legend

Beste liedje: Safe and Sound (hardstyle)

Favoriete website: Youtube.com

Waar heb je een hekel aan: Onderuitgehaald worden en een blessure oplopen

Favoriete vakantieland/plaats:

Griekenland



# NIJMEEGS JOPIE

Heeft voor U:

## WERKKLEDING

Overalls, werkbroeken, werkschoenen stalen neus, enz.

## VRIJTIJDSKLEDING

Spijkerbroeken, afritsbroeken, bodywarmers, blouses, enz.

## REGENKLEDING

Regenpakken, poncho's, enz.

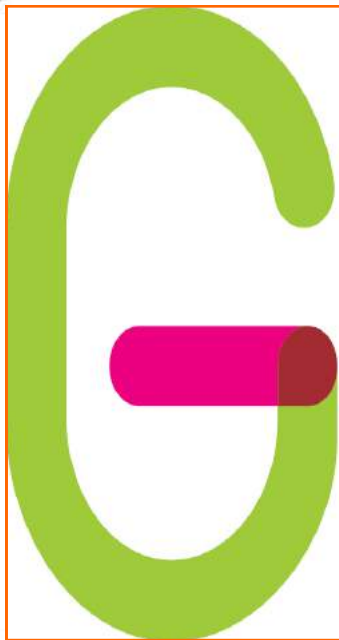
## KAMPEERARTIKELEN

Slaapzakken, luchtbedden, matrasjes enz.

W.v.Esterenweg 3 Escharen

tel.(0486) 472301

s'maandags gesloten



Giesbers  
optiek



## Jarigen April en Mei

Ward Peeters	2-4	Kevin Siroen	1-5
Chris Janssen	3-4	Jo Hendriks	3-5
Tom Broers	4-4	Bart Loeffen	4-5
Renée Loeffen	5-4	Ruben van Boekel	4-5
Jazz Goossens	6-4	Kevin Arts	4-5
Jos van der Heijden	7-4	Femke van Thiel	7-5
Max Boomstoppel	7-4	Tonia Brans	8-5
Jan Kaspers	7-4	Gijs van Kollenburg	12-5
Binck van Roosmalen	8-4	Tim van Overbeek	12-5
Raf van Hoorn	8-4	Ferry Stevens	13-5
Rien Pennings	8-4	Remco van der Heijden	13-5
Johan Verhaaren	12-4	Saar Heijden	15-5
Diede van de Wiel	13-4	Guido Sprengers	15-5
Jan Stevens	14-4	Lisan Hendriks	17-5
Joris de Kleijn	16-4	Roel Van Thiel	17-5
Sjoerd Driessen	16-4	Tom Josemanders	17-5
Timo Elders	18-4	Steef Vollenberg	17-5
Liz van Gemert	18-4	Niels Driessen	19-5
Sten van de Broek	19-4	Martijn Sprengers	23-5
Tien Thijssen	20-4	Niek Vollenberg	24-5
Camiel van Spijk	22-4	Hanneke Peperkamp	25-5
Boaz Janssen	22-4	Paul Cornelissen	26-5
Wim Linders	23-4	Senna van der Maas	27-5
Jill Driesten	25-4	Silvo Lemmers	27-5
Tijn Jansen	25-4	Rudy Derks	27-5
Arie Derks	25-4	Johan Jaspers	28-5
Rob ten Haaf	25-4	Renske van Geffen	28-5
Maurice van Deventer	26-4	Marco Boeijen	29-5
Kevin Leemrijse	27-4	Cor van Boekel	29-5
Jim Classens	27-4	Niels Paters	30-5
Ronny van Gemert	28-4	Ryan Siroen	30-5
Billie Cuppen	28-4	Frank ten Haaf	31-5
Klaartje Gosens	29-4		
Annesofie Poel	30-4		
Jorn Vogelaars	30-4		
Sanne Hendriks	30-4		
Tom van Raaij	30-4		

nieuw adres per 01-11-2019



**ten Haaf**

**MEUBEL & INTERIEURBEDRIJF**

Torenstraat 15, 5438 AN GASSEL  
06-203 69 880 info@tenhaafinterieur.nl  
Postadres: St. Jansvoort 5H, 5438 AE GASSEL

**ADVIES  VANSPIJK**

FINANCIËEL & FISCAAL

SAMEN STERKER...

[www.adviesvanspijk.nl](http://www.adviesvanspijk.nl)  
0646282330

## Nieuwe leden

Milan Alhalabi	3-3-2023
Kyra Maertzdorf	19-2-2023

**We heten jullie van harte welkom bij  
VV Gassel!**



Theo Arts, de schakel tussen water en vuur

Hout-pellet gas en cv kachels

duurzame energie

badkamers

service en onderhoud

technisch  
installatiebureau

THEO ARTS

Veldweg 14 - 5447 BH Rijkevoort

info@theoartsinstallatie.nl • Tel. 0485-371998

www.theoartsinstallatie.nl



optiek 't pothuus



Klinkerstraat 21 - Grave - 0486 47 32 87 - www.pothuus.nl



## WALKING FOOTBALL

VOETBAL HOEFT NIET SNEL TE GAAN OM MOOI TE ZIJN..  
KUN JIJ JE HELEMAAL VINDEN IN DEZE UITSpraak? DAN ZOEKEN  
WIJ JOU!

WIJ KOMEN NAMELIJK GRAAG IN CONTACT MET PERSONEN DIE  
GEÏNTERESSEERD ZIJN IN HET SPELEN VAN WALKING FOOTBALL.

BIJ WALKING FOOTBALL ZIJN DE SPELREGELS ZO OPGESTELD DAT  
HET VOETBALLen VEILIG EN VERANTWOORD IS. ER MAG ALLEEN  
GEWANDELD WORDEN, DE BAL MOET ONDER DE HEUP BLIJVEN,  
GEEN LICHAAMELIJK CONTACT EN DE DOELTJES ZIJN LAAG EN  
KLEIN.

LEEFTIJD, MAN/VROUW OF ERVARING OP HET GEBIED VAN  
VOETBAL SPELEN GEEN ROL EN DAARMEE MOET HET VOOR  
IEDEREEN TOEGANKELIJK ZIJN! HET GAAT OM SAMENSPEL EN  
PLEZIER. BUITEN SPORTEN, SAMEN BEWEGEN EN PLEZIER  
HEBBEN STAAN VOOROP. EN HET IS GEZELLIG, WANT NA HET  
SPORTEN KUNNEN WE BIJ ELKAAR GAAN ZITTEN VOOR EEN LEUK  
GESPREK ONDER HET GENOT VAN EEN KOFFIE OF EEN  
DRANKJE.

KEN OF BEN JIJ IEMAND DIE GEÏNTERESSEERD IS IN WALKING  
FOOTBALL? MELD DIT DAN VIA [BESTUUR@VVGASSEL.NL](mailto:bestuur@vvgassel.nl) OF NEEM  
VOOR MEER INFORMATIE CONTACT OP MET DEMI VERHEUGEN.

BIJ VOLDOENDE INTERESSE GAAN WIJ GRAAG SAMEN KIJKEN HOE  
WE DIT OP KUNNEN GAAN STARTEN BINNEN ONZE VERENIGING  
EN UITEINDELIJK VORM GAAN GEVEN.

WIJ HOREN GRAAG! VERSPREID DIT BERICHT VOORAL EN AARZEL  
NIET OM BIJ VRAGEN CONTACT OP TE NEMEN.



**Mario Schoenmakers**

Bouwkundig ontwerp- en adviesbureau

**ontwerp | vergunning | coördinatie**



*Bovenschap 12 6611DG Overasselt T 024 622 13 90 M 06 52 456 766*

**www.marioschoenmakers.nl**



**Nu ook verkoop van Televisies**

## **COMPUTERSYSTEMEN DE MARS**

Klinkerstraat 24 • 5361 GW Grave

Telefoon: 0486-476629 • Mobiel: 06-10633578

E-mail: [info@demars.nl](mailto:info@demars.nl) [www.demars.nl](http://www.demars.nl)

[www.televisies-grave.nl](http://www.televisies-grave.nl)

[www.computers-grave.nl](http://www.computers-grave.nl)

## Hoe gaat het met...

In de rubriek "Hoe gaat het met?" geven wij (oud) leden het woord over hun tijd bij VV Gassel en over wat zij tegenwoordig in het dagelijks leven doen. Deze keer in "Hoe gaat het met?": Kim Hermans, we laten Kim aan het woord:

Hallo mensen,

Mijn naam is Kim Hermans-Oppers. Jarenlang ben ik actief geweest bij VV Gassel dames 1. In 2000 ben ik begonnen tot +/- 2016. Van spits tot keepster.



Wat hadden we een gezellig team. Elke week was 't weer een verrassing zondagochtend. Wie was het brakst? Hoeveel gaat het worden?

Met 313 tegengoals was het alleen meer de vraag met hoeveel we gingen verliezen... Maar goed, na een paar jaar ging het toch de betere kant op. We wonnen af en toe en in 2013 behaalde we dan ook ons welverdiende kampioenschap. De legendarische weekendjes weg, kantine donderdags en de 3e helft, wat hebben wij veel gelachen met z'n alle!



Van Dinter

HYPOTHEKEN EN MAKELAARDIJ

0486-421633

[info@vandinterhm.nl](mailto:info@vandinterhm.nl)

[www.vandinterhm.nl](http://www.vandinterhm.nl)

**MARC**

**SPORT**

Molenstraat 42 • 5431 BX Cuijk  
0485 744015 • [marcsport.nl](http://marcsport.nl)



Nadat ik in Gassel gestopt was met voetballen heb ik nog een jaar of 3 bij de 30+ vrouwen in Volkel gevoetbald. Helaas door verkeerde dag en tijd lukte me dat niet meer. Nu sta ik zaterdagochtend aan de lijn bij m'n zoontje. Sinds 2011 woon ik in Volkel. Samen met Roel en onze 2 kinderen Daan en Diede. Sinds 3 weken hebben we gezinsuitbreiding. Op 10 maart zijn we getrouwd en hebben we een pup gekregen, Huub.



Ik werk met veel plezier bij Coolfeestje, het bedrijf van Roel. Waar ik de administratie doe. Feestjes verzorgen kunnen we goed. En zelf houden wij daar ook wel van. Carnaval is dan ook onze grote hobby. Met evenementen zijn we ook altijd allemaal van de partij.

Leuk dat ik gevraagd ben om een stukje te schrijven. Bedankt!



**van der HEYDEN**

**SERVICE EN MONTAGEBEDRIJF**

**garage en industriedeuren  
machineonderhoud  
kozijnen  
zonwering**

**Heidestraat 2 5438 NG Gassel  
tel. 0486-472910 , fax 0486-420442  
info@vdheyden.eu , www.vdheyden.eu**

## **Advies van Gemmie**

### **Kan suppletie sportprestatie verhogen?**

Als eerste: Gezonde en gevarieerde voeding blijft de beste basis. Een Multi vitaminepil kan een gezond eetpatroon nooit evenaren. Voor de meeste sporter zijn supplementen dus onnodig, zeker op recreatief niveau. Uitzonderingen zijn voor fanatieke sporters en topatleten, die meer dan 3x per week 1 tot 2 uur of meer trainen. Daarbij kan bepaalde suppletie helpen nog net wat meer te halen uit hun prestatie.

#### **Vitamine D**

Je lichaam heeft vitamine D nodig om calcium te verwerken, zodat je botten versterken en je spieren goed functioneren. Een tekort aan vitamine D kan de opname van calcium verstoren, waardoor botten minder sterk zijn en je spieren niet optimaal functioneren. Er zijn ook aanwijzingen dat een tekort aan vitamine D slecht kan zijn voor je sportprestaties. Het is alleen nog niet bekend hoe dat precies in zijn werk gaat en of extra inname van vitamine D leidt tot een betere sportprestatie of sneller herstel. Sport je binnen en kom je daarnaast ook weinig buiten, dan is het in ieder geval niet verkeerd om vitamine D te slikken (zeker in de wintermaanden).



#### **Vitamine C**

Vitamine C heeft geen effect op je sportprestatie. Wel speelt vitamine C een belangrijke rol in het immuunsysteem. Dagelijks 200 – 1000 mg vitamine C innemen kan daarbij helpen.



*Inter-Iberica b.v.*  
*Schuttersweg 18*  
*5438 AH Gassel*  
*The Netherlands*  
*Tel: 0486 - 744016*  
*Fax: 0486 - 474059*  
*info@inter-iberica.com*  
*www.inter-iberica.com*



*www.vandemoss.nl*



*Verzekeringen*  
*Hypotheken*  
*Financieringen*  
*Bankzaken*

**VANDEMOSSE**  
**ASSURANTIËN**

**RegioBank**

Rogstraat 42 • 5361 GR Grave • 0486-421010

Deze extra hoeveelheid kan je via voeding binnenkrijgen, bijvoorbeeld door extra fruit en groente te eten. In een rauwe rode paprika zit bijvoorbeeld 190 mg vitamine C per 100 gram: dat is meer dan in een sinaasappel (50 mg per 100 gram). Een supplement kan ook. De ADH van vitamine C zit rond de 75 mg per dag voor volwassenen. Meer dan 1000 mg vitamine C per dag heeft geen zin. Sterker nog, dit kan een averechts effect hebben en er voor zorgen dat je minder profijt hebt van je training. Teveel vitamine C heeft namelijk een negatief effect op bepaalde stoffen in je lichaam die betrokken zijn bij spieropbouw.



### **Visolie (Omega-3)**

Het is geen vitamine, maar kan voor sporters wel een belangrijke rol spelen. Omega-3 vetzuren, voornamelijk te vinden in vette vis, dragen namelijk bij aan het spierherstel na inspanning. Er zijn aanwijzingen dat deze vetzuren de aanmaak van spiereiwit kunnen stimuleren en daarmee de spierschade die is opgelopen tijdens het sporten, kunnen herstellen. Dit betekent dat vetzuren bijdragen aan een sneller herstel. Beter herstel draagt bij aan een betere sportprestatie, maar er is nog niet bewezen dat omega-3 vetzuren ook een direct effect hebben op de sportprestatie.



Over cafeïne en sport zal ik de volgende vertellen.  
Veel sportplezier! Gemmie Raemakers.

# Speler van de week

Hallo,

Mijn naam is Sem Leemrijse. Op zondag 19 maart mocht ik speler van de week zijn. Bij aankomst werd ik enthousiast onthaald en mocht ik overal met mijn neus bovenop zitten. Nadat ik het speciale spelersshirt aan had gekregen begon de warming up. Dit is normaal niet mijn favoriete gedeelte van het voetballen, maar ik was toch trots dat ik het helemaal heb volgehouden

Kort na de aftrap van de grote wedstrijd werd het helemaal spannend want de keeper van de tegenstander raakte geblesseerd. Daarvoor moest er zelfs een ambulance komen. Voor de geblesseerde speler niet leuk natuurlijk maar ik vond dat wel interessant allemaal.

Hierna werd de wedstrijd gelukkig wel weer hervat. Gassel heeft helaas niet gewonnen maar ik vond het toch een hele leuke middag en zou het zeker iedereen aanraden!

Groetjes Sem



Hoi,

Op zondag 26 februari was ik speler van de week. Die dag speelde het eerste thuis tegen V.V. Achates.

Om 13:00 moest ik aanwezig zijn. De middag startte met een voorbespreking van de wedstrijd. De trainer was een beetje boos geworden op de spelers. Ze werden streng toegesproken. Na de bespreking gingen we omkleden en vervolgens de warming up doen. Waar ik ook mee mocht doen. Dat vond ik erg leuk.

Daarna nog even naar binnen en werd de opstelling bekend gemaakt. Vol goede moed naar buiten en mocht ik met de scheidsrechter als eerste het vel betreden. Bij de middenstip mocht ik tossen en daarna bij de tegenstander proberen te scoren. En dat was gelukt! Tijdens de wedstrijd mocht ik in de dug-out zitten met de wisselers. Het was wel een beetje koud die dag. De wedstrijd ging gelijk op. In de rust was het nog 0-0. In de tweede helft wist Gassel te scoren. Het was nog even spannend, maar gelukkig hield de keeper van Gassel de ballen tegen van de tegenstander.

Het was een erg leuke middag! En extra speciaal, omdat Gassel gewonnen heeft!

Dank je wel allemaal!  
Groetjes Lars van Overbeek



## Speler van de week

Ik ben Max Loeffen en 8jaar en voetbal bij de JO-9. Wij hebben een erg leuk team. Abel en Sam zijn mijn broers en ik heb ook nog een zusje Eva. Zij en mijn vader voetballen allemaal. Mijn favoriete club is PSV.

Op zondag 12 februari mocht ik aanwezig zijn bij de wedstrijd tegen Festilent. Ik vond het wel spannend om met de grote jongens mee te gaan, maar ik had er wel heel veel zin in. Ik ga wel vaker bij het eerste kijken, dus kende wel al een paar jongens. Voor de wedstrijd van het eerste mocht ik bij de wedstrijdbespreking zijn, dit was erg leuk. De trainer was wel heel serieus en iedereen luisterden heel goed. Alle spelers gingen zich omkleden en ik kreeg ook een mooi, beetje te groot shirt aan. Nadat iedereen hun tenue aan had ben ik samen gaan warmlopen en mocht ik mee doen met de warming-up. Samen heb ik met Hans over mogen spelen, dit ging wel goed. Moest zelfs van Hans met mijn linkervoet spelen. Nog even samen met de trainer op de foto en daarna naar de scheidsrechters om te horen wat ze gingen doen. Na alle voorbereidingen begon de wedstrijd dan echt. Samen met het team en de scheidsrechters liep ik het veld op. Na de tos mocht ik alleen naar het doel om een doelpunt te maken, de bal ging in de rechterhoek. Daarna kreeg ik een diploma en een hele mooie bal(deze ligt nog steeds op mijn slaapkamer). Daarna mocht ik in de dug-out gaan zitten. Het was een zware wedstrijd en helaas hadden ze verloren met 1-4, desondanks heb ik een super leuke dag gehad. Iedereen bedankt voor alles.

Groetjes Max





## Handige clubinfo om te weten



**Clubnaam:** Voetbalvereniging Gassel

**Oprichtingsdatum:** 15 juni 1946

**Internet:** [www.vvgassel.nl](http://www.vvgassel.nl)

**Accommodatie:** Sportpark "De Oude Kamp" Ten Holtweg 10,  
Gassel

### Correspondentieadres:

Nieuweweg 1 5438AB Gassel

### Hoofdbestuur :

Eric van Boekel (voorzitter)

Demi Verheugen (secretaris)

Frank ten Haaf (penningmeester)

William de Kleijn (bar/evenementen)

Marinho de Kleijn (technische commissie)

Wim Linders (wedstrijdsecretaris)

Maurice van Deventer (jeugdzaken)

Bart Loeffen (jeugdzaken)

Ryan Siroen (jeugdzaken)

*Email: [bestuur@vvgassel.nl](mailto:bestuur@vvgassel.nl)*

### Jeugdzaken

Wedstrijd-secretariaat: Maurice van Deventer, Bart Loeffen en Ryan Siroen

*Email: [jeugd@vvgassel.nl](mailto:jeugd@vvgassel.nl)*

**Consul:** Maurice Willems

**Ledenadministratie:** Jos van der Heijden

**Barcommissie:** William de Kleijn, Noud Strik

**Evenementencommissie:** Sanne Daelmen, Anouk van Thiel, Lieke van Thiel en William de Kleijn

**Redactie Doeltreffend:** Demi Verheugen, Lieke van Thiel, Annesofie Poel, Joris Sprengers, Arthur Rikken en Eric van Boekel.

*Emailadres: [doeltreffend@vvgassel.nl](mailto:doeltreffend@vvgassel.nl)*

**Sponsorcommissie :** Cor van Boekel, Peter Goossens en Frank ten Haaf

**Technische commissie :** Harrie de Kleijn, Jos van der Heijden, Marinho de Kleijn

**Beheer gebouwen:** Piet Roelofs

**GOK-toernooi:** Frank ten Haaf, Thijs van Haren, Tom van Raaij, Niels Driessen en Martijn Sprengers. Sjors Cuppen, Hans van Houtum

**Gasselse Kennisquiz:** Eric van Boekel, Harm van Boekel, William de Kleijn, Bas Van Raaij, Hanneke Peperkamp en Gijs van Kollenburg

**Jeugd talentendag;** Werkgroep,

**Darttoernooi;** Ronny van Gemert en Ramon v/d Venne.

# Bij Autobedrijf Thoonen scoort u altijd!



## Autobedrijf Thoonen

