



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

Internet www.bvbnotarissen.nl

Hallo allemaal,

Daar is hij dan weer, de 2e editie van Doeltreffend van seizoen 23/24.

Namens de redactie wensen wij iedereen en super sportief en leuk seizoen toe.

Natuurlijk is alle inbreng voor de invulling van de Doeltreffend welkom. Dus heb je nog leuke feitjes of ideeën meld je dan bij iemand van de redactie zodat wij daar wat leuks mee kunnen doen. Veel leesplezier voor deze editie!

De redactie.



Redactie:

Joris Sprengers

Eric van Boekel

Demi Verheugen

Lieke van Thiel

Arthur Rikken

Annesofie Poel

Redactie adres:

doeltreffend@vvgassel.nl



Bedrijfs- en veiligheidskleding



Gereedschappen



PBM



Schoeisel



De professional kiest natuurlijk voor Heigo.

Meer weten? Kijk op www.heigo.nl

of neem contact met ons op via telefoonnummer 0481-36 41 11 of info@heigo.nl.



BOERBOOM

sanneming 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-sanneming.nl

Inhoudsopgave

| | |
|---------------------------|--------------|
| Woordje van de voorzitter | Pagina 6-9 |
| De Balpen | Pagina 10-11 |
| Wie is? | Pagina 12-15 |
| Jeugdspeler aan de bal | Pagina 16-19 |
| Jarigen | Pagina 20-21 |
| Nieuwe leden | Pagina 22-23 |
| Speler van de week | Pagina 24-29 |
| Jeugdtrainer Niels | Pagina 30-33 |
| Sponsor in de spotlight | Pagina 34-37 |
| Advies van Gemmie | Pagina 38-39 |
| Clubgegevens | Pagina 40 |

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 jaar 2023 komt nu snel ten einde. Een jaar dat zich vooral de laatste maanden heeft gekenmerkt door ongekend veel nattigheid. Hierdoor zijn helaas veel wedstrijden afgelast die later in dit seizoen ergens moeten worden ingehaald.



Nu het einde van het jaar inzicht komt betekent dit ook dat we ons gaan opmaken voor de altijd enorm gezellige nieuwjaarsreceptie. Tijdens de nieuwjaarsreceptie worden onder andere de sportman en sportvrouw van het jaar bekend gemaakt. De genomineerden zijn inmiddels, tijdens de zeer geslaagde speciaal bieravond, bekend gemaakt. Dit zijn bij de mannen: Bjorn van der Struijs, Stef Classens en Rik van de Loop. Bij de vrouwen zijn de genomineerden: Rene Loeffen, Simone van Zuilen en Maartje van Raaij. Allen van harte gefeliciteerd met jullie nominatie.

Met trots mag ik jullie mededelen dat we erin zijn geslaagd om voor een periode van 3 jaar een geweldige sponsor aan onze club te mogen binden. Dit betreft de ING bank. Ieder jaar zullen er een paar projecten worden opgepakt waar de naam van de ING bank aan wordt verbonden. Voor dit jaar hebben we op de AA locatie aan het hoofdveld al 6 prachtige oranje ING bank reclame borden geplaatst. Daarnaast wordt de gehele maandagochtend ploeg voorzien van nieuwe jassen en ontvangt de JO18 nieuwe trainingspakken. Zowel de jassen als de trainingspakken worden voorzien van het ING bank logo.





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

Dankbaar zijn we dat de ING bank naast het grote oranje nu ook het oranje van V.V. Gassel wil ondersteunen.

Ook kunnen we jullie mededelen dat we erin zijn geslaagd om een bedrijf te vinden die vanaf 1 januari de tenues van zowel de junioren en senioren teams gaan wassen. Dit betekent dat vanaf die datum de vuile was in het entreegebouw kan worden achtergelaten. Vandaar uit worden ze opgehaald en weer schoon teruggebracht. De leiders van alle teams ontvangen nog een instructie hoe de vuile was aan te melden zodat de wasserette weet dat de was kan worden opgehaald. Vanaf deze plek wil ik Lizette van Houtum en Tonia Brans hartelijk bedanken voor hun geweldige inzet de afgelopen jaren. Dankzij deze twee kanjers kunnen onze leden iedere week hun wedstrijd in een schoon tenue aanvangen.

Tot slot wil ik iedereen hele fijne feestdagen en alle goeds voor het nieuwe jaar toewensen. Graag allemaal tot 1 januari op de nieuwjaarsreceptie van V.V. Gassel.

vernieuwend in
Keuken & Interieur

Deperment 42 3428 AH Gassel Telefoon: 0486 - 475281 E-mail: info@peterhendrikskeukens.nl



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



www.peterhendrikskeukens.nl



SMITS VAN SPIJK

ELEKTROTECHNISCH AANNEMER BV

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

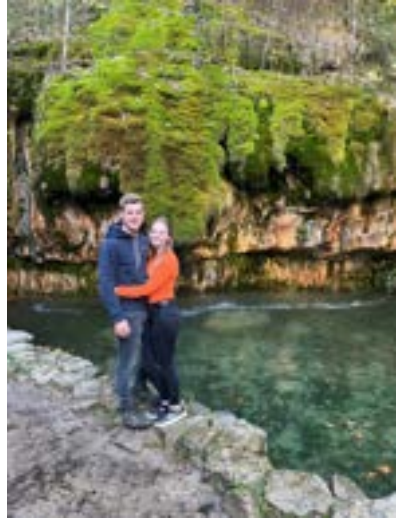
- ◆ Elektrotechnische installaties
- ◆ Telecommunicatie
- ◆ Beveiligingen
- ◆ Agrocomputersystemen
- ◆ Licht- en krachtinstallaties

Internet: www.smitsvanspijk.nl
E-mail: info@smitsvanspijk.nl

De Balpen

Jorn bedankt voor het doorgeven van de balpen!

Mijn naam is Jos van Haren, ik ben geboren in Gassel en daar leef ik dus ook al mijn hele leven. Veel van jullie zullen mij wel kennen van de molen, want die zal iedereen wel een keer gezien hebben. In mijn jeugd heb ik op de basisschool de Bongerd in Gassel gezeten en



vervolgens ben ik naar het Merletcollege in Cuijk gegaan, daar heb ik vorig jaar mijn HAVO diploma behaald. Doordat ik in het derde jaar van het Merletcollege het "pretpakket" gekozen heb kon ik vorig jaar niet aan de studie werktuigbouwkunde beginnen, maar dat ben ik nu aan het oplossen door twee vakken bij te studeren in Nijmegen. Volgend jaar ga ik als het goed is dus hbo werktuigbouwkunde studeren en daar zal ik dan weer vier jaar zoet mee zijn.

Buiten school werk ik vaak thuis bij de molen, hier help ik ons pap met het maken van diervoer voor misschien ook wel uw dieren. Ook heb ik een vriendin genaamd Zinzi waarmee ik veel tijd doorbreng.

Ik speel met veel plezier in het 2e van vv Gassel en het biertje achteraf mag dan natuurlijk niet ontbreken.

Bij deze geef ik de balpen door aan Camiel van Spijk

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

Wie is..

Naam: Renée Loeffen

Geboortedatum: 05-04-1999

Burgerlijke staat: Ongehuwd

Lengte: 173 cm

Gewicht: 70 kg

Schoenmaat: 41

Welk elftal: Gassel VR1

Functie bij VV Gassel: Speelster, lid jeugdcommissie, shotjes uitdeler bij kantinefeestjes :)

Sterke punten: 100% inzet geven

Zwakke punten: Scoren

Favoriete voetbalclub: Ajax

Beste voetballer: Frenkie de Jong

Slechtste voetballer: Deze antwoord ga ik niet bevragen ;)

Opleiding: Fysiotherapie

Beroep: Fysiotherapeut

Hobby's naast voetballen: Op vakantie gaan/reisjes maken, gezelligheid met vrienden

Lievelingseten: Pannenkoeken



24.06.2023

ROCK IN GASSEL



B **BOERBOOM**
kozijntechnik

Boerboom | Kozijntechnik
www.boerboom-kozijntechnik.nl
Hogelandseweg 71 - Nijmegen
Tel. 024 - 323 06 42



Minst lekkere eten: Geitenkaas

Favoriete film: Te veel keuze

Favoriete boek: Puzzelboekjes

Leukste tv programma: How I met your mother

Favoriete artiest/groep: ABBA

Beste liedje: Dancing Queen

Mooiste man/vrouw: Liam Hemsworth

Waar heb je een hekel aan: Wespen en muggen

Favoriete vakantieland/plaats: Italië



JUWELIER OPTIEK
VERLINDEN



Van traditioneel tot trendy!

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 ADVISORIAL BANKING GROUP

Wolters Advies Escharen
Sint Maclutuweg 4A
5364 RB Escharen
T 0486-47 55 37
E info@woltersadvies.nl
F 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 een dak.

**Meer weten?
Kom langs of bel
voor een
afpraak.**



Zonder poespas

Wij brengen uw financiële vragen
terug tot begrijpelijke oplossingen en
geven 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
Bank voor iedereen

Jeugdspeler aan de bal

Naam: Lara Franken

Geboortedatum: 07-09-2012

Lengte: 1.53 ong.

Gewicht: 40

Schoenmaat: 36/37

Welk elftal: JO11

Positie in 't veld: Rechts achter

Sterke punten: Mijn best doen

Zwakke punten: Soms de bal kwijtraken

Favoriete voetbalclub: PSV

Beste voetballer: Luuk de Jong

Slechtste voetballer: Niemand, iedereen kan wel wat

School: De Bongerd

Klas: Groep 8

Leukste vak: Gym

Minst leuke vak: Geschiedenis



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
info@lockantpotcultuur.nl

Hobby's naast voetballen: Knutselen, tekenen, klimmen en nog veel meer

Wat wil je later worden: Rijk

Favoriete drankje: Ice tea green

Lievelingseten: Friet

Minst lekkere eten: Rode kool en nog veel meer

Favoriete film: The super mario bros movie

Favoriete vlogger: Creachick

Leukste game: Just Dance

Favoriete artiest/groep: Luna

Beste liedje: Pico Bello

Favoriete website: creachick.nl

Waar heb je een hekel aan: Als je met je nagels over een krijtbord gaat

Favoriete vakantieland/plaats: Griekenland/Kret

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 November en December

| | | | | | |
|-----------|----------|-------|-----------|---------|-------|
| Arts | Jos | 5-11 | Borgers | Kenny | 5-12 |
| Acht | Rogier | 7-11 | Hasanovic | Muamer | 7-12 |
| Laarhoven | Rens | 11-11 | Meijs | Broos | 12-12 |
| Overbeek | Wout | 11-11 | Cruijssen | Rianne | 18-12 |
| Eleuwarin | Hans | 17-11 | Classens | Stef | 19-12 |
| Boeijen | Joep | 23-11 | Broersma | Twan | 19-12 |
| Schook | Gert-Jan | 25-11 | Thoonen | Shalina | 20-12 |
| Pennings | Mick | 27-11 | Willems | Maurice | 22-12 |
| Wijnen | Finn | 28-11 | Willems | Sven | 23-12 |
| Raemakers | Janneke | 29-11 | Thiel | Anouk | 25-12 |
| | | | Thiel | Lieke | 25-12 |
| | | | Koolen | Danny | 26-12 |
| | | | Hendriks | Marieke | 27-12 |
| | | | Schaap | Lotte | 28-12 |
| | | | Raaij | Krijn | 28-12 |
| | | | Willems | Harrie | 29-12 |
| | | | Toenders | Armand | 29-12 |

**Alle jarigen van harte gefeliciteerd
en een hele fijne dag toegewenst!!**

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
0646282330

Nieuwe leden

Deze periode zijn er geen nieuwe leden bij VV Gassel aangemeld.





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 www.demars.nl

www.televisies-grave.nl

www.computers-grave.nl

Speler van de week

1 oktober - Bas Linders

Op zondag 1 oktober, een dag na mijn zijn 7e verjaardag, was ik Speler van de Week bij de wedstrijd Gassel 1 tegen OKSV 1! We gingen op de fiets naar het sportveld en ik vond het wel een beetje spannend. Ik vond het fijn dat ik ook bij de Speler van de Week van mijn broer Tom was geweest en dat ik



daarom wist wat er ging gebeuren. Eerst mocht ik bij de bespreking zitten en toen zongen alle jongens van het eerste elftal voor mijn verjaardag, dat vond ik heel leuk! De bespreking was streng en goed, ze moesten winnen vandaag zei de trainer. Daarna kreeg ik een shirtje aan van Speler van de Week en mocht ik meedoen met de warming up. Ik heb alles meegedaan maar het rennen vond ik heel zwaar!

De scheidsrechter van deze wedstrijd was heel aardig en vertelde wat er ging gebeuren. Ik mocht de tos doen en de tegenstander had de tos gewonnen, dat was jammer. Toen kwam het moment dat ik op goal mocht schieten, de bal kwam eerst op de paal maar



HYPOTHEKEN EN MAKELAARDIJ

0486-421633
info@vandinterhm.nl
www.vandinterhm.nl

MARC

SPORT

Molenstraat 42 • 5431 BX Cuijk
0485 744015 • marcsport.nl

daarna scoorde ik in de rebound en ik was super blij! Van de aanvoerder Roel kreeg ik een bal een oorkonde van VV Gassel en daarna heb ik van de scheidsrechter ook nog een oorkonde, twee euro, een vaantje, een fluitje, een gele en rode kaart, een schriftje en een pen gekregen! Wat een verwennerij! Tijdens de wedstrijd heb ik op de bank bij de trainer Hachemi gezeten, hij heeft veel naar de spelers geroepen wat ze moesten doen. Het was een spannende wedstrijd die eindigde in 1-1. Ik vond het een super leuke dag en wil iedereen bedanken hiervoor!

Groetjes Bas Linders

22 oktober - Eef Nibbeling

Zondag 22 Oktober was het eindelijk zover, ik mocht speler van de week zijn. Helaas ging het de week ervoor niet door vanwege het slechte weer. Ik was best verdrietig maar na een week was het dan zover, om 13:00 's middags moest ik bij het voetbalveld zijn.

We mochten eerst naar een kamer, daar werd uitgelegd wat ze moesten doen. De coach was wel een beetje streng. Ik vond het in het begin een beetje spannend. Daarna gingen we naar buiten. Ik moest even wachten tot iedereen uit de kleedkamer kwam.

VGL

GROEN

GRAAFSEWEG 4 | 5443 PB HAPS | WWW.VGL-GROEN.NL

CASH VOOR KLEREN


regain

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

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



Toen mocht ik meedoen met de warming up. We moesten rennen, springen, hakken/billen, schieten, overspelen en dat was het. Ik vond het heel leuk om mee te mogen doen. Hierna gingen we in een rijtje naar het grote veld. Eerst moesten we de tegenspeler een hand geven. Daarna deden ze kop of munt. Wisten jullie dat kop of munt oneerlijk is. De ene heeft 49% kans en de andere 51 % kans. Dit heb ik vandaag op het jeugd-journaal gehoord.

Toen mocht ik de aftrap doen en bij de tegenpartij scoren, yeah het was raak! Ik kreeg toen ook een bal met handtekeningen van alle spelers en een diploma, heel leuk! Daarna mocht ik op de bank zitten en kreeg ik een hele grote jas aan. Deze doen ze aan als ze op de bank zitten. In de rust mocht ik mee naar de kleedkamer. Dit was leuk maar de coach was een heel klein beetje streng, want Gassel stond achter met 3-1. Bij de 2e helft mocht ik ook weer op de bank zitten.

Ik vond de scheidsrechter partijdig want 1 van de tegenpartij schopte Gassel en toen werd er niks gedaan en daarna was het omgekeerd en kregen we een vrije trap tegen en een gele kaart. Gassel heeft jammer genoeg verloren met 4-2.

Ik geef de middag een 9,5 als Gassel gewonnen had was het een 10!

Groetjes Eef Nibbeling





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**

Jeugtrainer Niels

Sinds dit seizoen hebben we Niels als vervanger voor Max Boonstoppel.

Wie ben je?

Mijn naam is Niels van Kessel, ik ben 38 jaar en woon in Uden. In het dagelijks leven ben ik Financial Controller bij Duux B.V. Naast mijn werk houd ik van hardlopen en uiteraard training geven. Ook houd ik van gezellige avondjes uit in het weekend.

Vanaf mijn 15e geef ik al training. De afgelopen jaren ben ik trainer geweest bij Avesteyn, OJC Rosmalen, Blauw Geel'38/ JUMBO en UDI'19, ook op vrijdagavond geef ik training, bij Voetbalschool Uden. Dit seizoen train ik geen (jeugd)elftal bij een club waardoor ik meer tijd heb voor andere dingen. Leuk om te weten is dat ik in het bezit ben van de trainersdiploma's UEFA C en UEFA B.

Hoe ziet jouw voetbalcarrière eruit?

Ik heb gevoetbald in de jeugd van Vorstenbossche Boys en in de senioren bij Avesteyn, heb eigenlijk altijd in de verdediging gestaan. Op mijn 28e ben ik gestopt met voetbal omdat ik merkte dat ik meer talent had om training te geven en daar ook meer plezier aan beleefde en het trainerschap bij grotere amateurclubs veel tijd in beslag nam (3x per week trainen en verre uitwedstrijden).

Wat vind je belangrijk als techniek trainer?

Het liefste geef ik oefeningen met een hoge intensiteit, vergelijkbaar met de energie die je zaterdag in een wedstrijd



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

VANDEM OSS
ASSURANTIEN

RegioBank

Rogstraat 42 • 5361 GR Grave • 0486-421010

moet leggen om de kans zo groot mogelijk te maken dat je deze wedstrijd wint. Ik vind het belangrijk oefeningen te geven waarbij de spelers niet moet wachten op hun beurt en veel in 1:1 situaties naspelen waar ze in de wedstrijd ook in terecht kunnen komen. Een training is voor mij écht geslaagd als spelers in situaties zijn gebracht waarin zij zoveel mogelijk hebben kunnen leren een of meerdere tegenstanders te domineren.

Waar ga je dit seizoen op letten?












Ik merk dat de meeste kinderen moeilijk met tegenslagen om kunnen gaan (winnen/verliezen, fysiek sterke tegenstander, slecht weer, slechte scheids-/grensrechter) door wedstrijd-elementen aan de training toe te voegen, hoop ik dat de spelers beter met tegenslagen om leren gaan en de omstandigheden te accepteren zoals ze zijn. Het gaat erom dat je ten alle tijden op zaterdag een zo goed mogelijke (team)prestatie neerzet. Als de spelers en teams (spelenderwijs) meer vertrouwen krijgen in hun eigen vaardigheden en beter om kunnen gaan met tegenslagen stijgt de kans dat men (nu of op latere leeftijd) wedstrijden wint

Wat wil je de jeugd in Gassel meegeven?

Iedereen die beter wil worden kan beter worden, ongeacht of je een goede of een minder goede voetballer bent, probeer de oefeningen, die de trainers je aanreiken, zo goed mogelijk uit te voeren en doe altijd je best, en accepteer dat het bij een andere speler misschien wat sneller gaat dan bij jezelf, dan kom je vroeg of laat toch een keer bovendrijven.



Onderstaande ondernemers hebben een contract afgesloten voor een jeugd sponsorpakket

| | | |
|--|---|--|
|  <p>PIZZERIA - CAFETERIA GASSEL</p> | <p>Tel. 0486-422422</p> |  <p>SCHILDERSBEDRIJF BAERT LOEFFEN GASSEL www.bartloeffen.nl</p> |
|  <p>Ruwvoer Distributiecentrum Gassel</p> |  <p>Bart Daanen Mobiel 06-12928862</p> <p>Ten Hofweg 11 - 5438 NT Gassel Telefoon 0485 - 432595 Email info@administratiekantoordaanen.nl</p> | |
| <p>Voor kwaliteit en service</p>  <p>VHAREN INSTALLATIES</p> <p>De Hork 26 5431NS Cuijk ☎ 0485 - 335060 fax 0485 - 335065 www.vanharencuijk.nl</p> |  <p>DOE-HET-ZELF & ALLESWINKEL</p> <p>LENY VAN KEMPEN www.lenyvankempen.nl</p> | |
| <p>Autoschade  Cuijk</p> <p>Voor al uw schadeherstel, spuitwerk en restauraties. Wij staan voor een hoge kwaliteit tegen een scherpe prijs.</p> <p>Korte Boijerd 3b (P9) 5431 NP Cuijk 0485-325305 06-10967206</p> |  <p>KETELSERVICE SCHOOK Service & onderhoud CV- installaties www.ketelserviceschook.nl</p> | |
| <p>Goossens Management Gassel</p> |  <p>Manders Sportspijpen Management & Trade <i>For all over at our Sport Management</i> Woning 7 Schalen Tel: 0485-826607</p> | |
|  <p>van Houtum schilderwerken</p> <p>Voor al uw schilderwerk behangen houtrotreparaties Gassel 06-57540001</p> |  <p>HAROLD</p> <p>Meebel en interieurbouw Harold Beekmans</p> <p>Maatwerk in: keukens kasten meubels binnenhuis timmerwerk interieurs</p> <p>Meisevoert 12, 5438 NK Gassel Tel: 0485 - 420918, Mob: 06 - 10588886 E-mail: beekmans10@kpnplanet.nl</p> | |

Sponsor in de spotlight

Bedrijfsnaam, eigen naam en functie.

Wim Linders weg, erf en sierbestrating. Wim Linders. Eigenaar

Hoe lang bestaat het bedrijf al?

Sinds 1-5-2001

Door wie is het opgericht?

Door mijzelf.

Hoeveel werknemers zijn er?

Geen. Het is een eenmanszaak.

Wat zijn de werkzaamheden van het bedrijf?

Alle soorten grond- en straat werkzaamheden.

Sinds wanneer bent u sponsor van vv Gassel?

Sinds 2001.

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

Om mijn "steentje" bij te dragen financieel bij deze mooie vereniging.

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

Wie of wat heeft u zoal gesponsord bij vv Gassel?

Bordsponser, shirtsponser veteranen elftal, shirtsponsor Gassel 2, Club van 100, presentatieshirts Gassel, wisselbekers straatvoetbal

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

Dat de club gedragen word door vele vrijwilligers onder het motto: Vele handen maakt licht werk.

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

Alle jeugdteams voorzien van professionele begeleiding in training en coaching en een sponsordag organiseren bv naar een buitenlandse voetbalwedstrijd en een keer een spreker laten komen om over voetbal te praten om zo ook de sponsors dichtter bij elkaar te brengen.



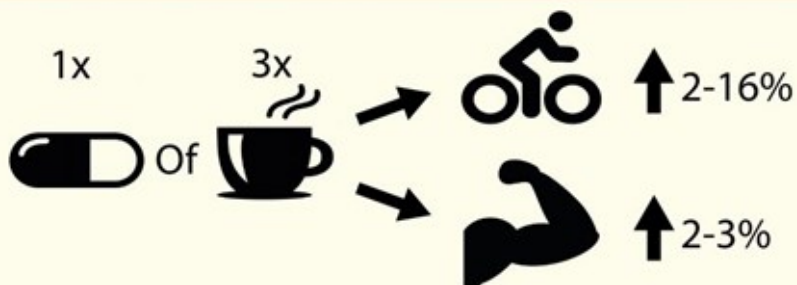
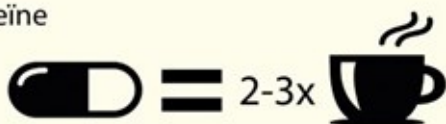
De invloed van cafeïne op sportprestaties



200 ml = 80 mg cafeïne



200 ml = 22 mg cafeïne



3-4 per dag

Minder kans op:



En



Cafeïne kan veilig het duurvermogen en spierkracht verbeteren.
Normale consumptie van koffie levert gezondheidsvoordelen op.

Advies van Gemmie

Zoals beloofd in een eerdere editie van doeltreffend, volgt hier informatie over cafeïne en sport. Cafeïne is een bekend bestanddeel van onder andere koffie, thee en chocolade. Sporters op elk niveau gebruiken cafeïne als sport bevorderend middel. Wat voor invloed heeft cafeïne nu precies? Is cafeïne veilig in gebruik? Verbetert cafeïne inderdaad de sportprestaties?

6 feiten over cafeïne bij sporters

1. Je kan cafeïne binnen krijgen door onder andere koffie te drinken of supplementen te gebruiken.
2. Cafeïne stimuleert de "fight or flight" reactie (hogere hartslag, snellere ademhaling).
3. Cafeïne verbetert het duurvermogen.
4. Cafeïne verbetert de spierkracht.
5. Voor volwassenen zijn er geen gezondheidsrisico's bij gebruik van minder dan 400 milligram per dag (vijf koppen koffie).
6. Plotseling stoppen kan zorgen voor ontwenningssverschijnselen.

De meeste sporters kiezen om praktische redenen ervoor om supplementen te slikken met cafeïne. Deze tabletten bevatten meestal rond de 200 milligram cafeïne, wat gelijk is aan ongeveer twee tot drie koppen koffie.

Hartelijke sportgroet,
Gemmie Raemakers

Handige clubinfo om te weten



Clubnaam: Voetbalvereniging Gassel

Oprichtingsdatum: 15 juni 1946

Internet: 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

Jeugdzaken

Bart Loeffen, Joland Thijssen, Ryan

Siroen, Maïke Cremers, Renee Loeffen

en Ronny van Gemert

Email: 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

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

Bij Autobedrijf Thoonen scoort u altijd!



Autobedrijf Thoonen



Service



Audi
Service



SEAT
Service



ŠKODA
Service