

HOCKEY IS LEUK!



WELKOM

Welkom bij MH&LC Tempo! In deze brochure staat handige en nuttige informatie over hockey én onze gezellige club. Handig voor nieuwe en bestaande leden! Wij wensen je veel plezier toe met je (nieuwe) sport!

Gezelligste familieclub

Trainingen halen het beste uit jezelf

Veel teams met veel variatie

Mooi en herkenbaar Tempo tenue

Spelregels leren door te doen

Plezier binnen én buiten de lijnen

Bereid om steentje bij te dragen?

Trots op onze accommodatie

Communicatie

Contact

Lid worden?



Gezelligste familieclub

Tempo is een familieclub waar prestatie belangrijk is maar plezier voorop staat. Kwaliteit in alle aspecten van dienstverlening bij Tempo staat centraal. Je kan op verschillende niveaus hockeyen: van prestatiehockey tot recreatief hockey.

De doelstelling van het jongste jeugdhockey is om kinderen op een plezierige, (sociaal) veilige en dynamische manier te leren hockeyen en ze stap voor stap voor te bereiden op elftal hockey. Daarnaast willen we kinderen leren wat het is om onderdeel te zijn van een team en van een club.

Als kinderen veel kennis en ervaringen opdoen kunnen ze steeds beter zelf bepalen wat ze leuk vinden en waar ze naartoe willen. Voor kinderen tot en met 12 jaar ligt de focus niet op presteren, wél op spelen, ontdekken en plezier maken.



“Het maken van nieuwe vriendjes en vriendinnetjes is één van de leukste dingen van teamsport hockey”



Trainingen halen het beste uit jezelf

Hockey is een prachtige sport en vraagt veel oefening op drie vlakken:

1. Techniek voor het goed hanteren van je stick
2. Samen (tactisch) spelen
3. Spelregels tijdens de wedstrijd

Ons doel is om ieder lid 2 keer per week training te geven (afhankelijk van voldoende trainerscapaciteit). Deze dubbele trainingen worden gegeven voor (jeugd)teams vanaf O10. Voor jeugdteams O8 en O9 is er 1 keer per week training. Vanaf O12 zijn er ook keeperstrainingen. We vinden het belangrijk dat je het beste uit jezelf haalt en vinden het belangrijk dat je kwalitatieve training en begeleiding krijgt.

Trainingen worden gegeven door:

- professionele trainers
- goed opgeleide veldcoördinatoren
- ervaren ouders
- oudere jeugdspelers die opgeleid worden als trainer

Naast het leren hockeyen, ontdek je misschien ook jouw favoriete plek op het veld. Aanvallen, verdedigen of keepen. Voor keepers zijn er speciale keeperstrainingen.

Naarmate je ouder wordt, train je vooral met je eigen team maar soms ook nog met andere leeftijdsgenoten.



Tempo is altijd op zoek naar nieuwe trainers. Afhankelijk van kennis en kunde biedt Tempo vergoedingen voor alle jeugdtrainers.

Veel teams met veel variatie

Je kan op verschillende niveaus hockeyen, variërend van hoog competitief naar recreatief. Omdat we een grote club zijn, kunnen we je ook indelen in eenzelfde leeftijdsgroep.



Jeugd teams

Leeftijd	Team	Aantallen	Veld
5-6	Funkey*	-	-
7	O8	Drietallen	1/8
8	O9	Zestallen	1/4
9	O10	Achttallen	1/2
10-11-12	O12 - 1e/2e jaars	Elftallen	1/1
13-14	O14 - 1e/2e jaars	Elftallen	1/1
15-16	O16 - 1e/2e jaars	Elftallen	1/1
17-18	O18 - 1e/2e jaars	Elftallen	1/1
LG-hockey	(vanaf 16 jaar)	Achttallen	1/2

* Geen wedstrijden

Senioren teams

Dames 1	Heren 1
Dames 2	Heren 2
Dames 3	Heren 30-1
Dames O25-1	Heren 45-1
Dames O25-2	
Dames O25-3	
Dames O25-4	
Dames O25-5	
Dames 30-1	
Dames 30-2	
	Trimhockey

Mooi en herkenbaar Tempo tenue

We hebben een prachtig herkenbaar clubtenue, wat je draagt tijdens de wedstrijden. Het tenue bestaat uit:

- Blauw wit shirt met het Tempo logo (Indian Maharadja).
- Blauwe broek voor de heren / blauw rokje voor de dames (Indian Maharadja)
- Witte kousen met Tempo logo (Indian Maharadja)
- Oranje shirt uit-tenue (niet officieel)



Als je het graag wilt zien of passen; er zijn in het clubhuis proefexemplaren beschikbaar. Daar krijg je ook uitleg over aanschaf van het tenue. Tempo heeft ook een reservetenue. Dit is niet verplicht om aan te schaffen.

Tempo tenue

Bitje en scheenbeschermers

Veiligheid staat voorop. Verplicht onderdeel van ons outfit voor iedereen is het gebruik van scheenbeschermers en bitje. Hoewel je tijdens trainingen in gewone sportkleding mag komen, zijn het gebruik van scheenbeschermers en bitje voor iedereen verplicht.

Sportbitjes zijn verkrijgbaar bij meeste sportwinkels maar ook bij de bar in het clubhuis. Bij Tempo worden regelmatig zogeheten 'hapdagen' georganiseerd voor een op maat gemaakte bitje. Een andere optie is om deze bij tandarts of orthodontist te laten maken.

Hockeystick

Belangrijk onderdeel is de hockeystick. De lengte van de stick is belangrijk en vooral bij kinderen is het verstandig om niet een te grote stick te kopen.

Bij jonge kinderen wordt vaak de 'navel- methode' gehanteerd:

- stap 1: zet stick voor je neer.
- stap 2: uiteinde van stick moet op hoogte van de navel uitkomen.



Op onze kunstgrasvelden mag uitsluitend op hockeyschoenen voor kunstgras worden gespeeld.

Spelregels leren door te doen

Veel van de regels leer je door gewoon te doen. Als je net start met hockey moet je het nodige onthouden maar trainer en coach helpen je graag om regels beter te begrijpen en hoe je ze slim kan gebruiken bij het spelen.

Nog meer weten over spelregels? Kijk op de site van de Koninklijke Hockey Bond Nederland (KNHB) www.knhb.nl/spelregels-hockey



Voor iedere wedstrijd zijn twee scheidsrechters aangesteld. Bij de jongste en jonge jeugd zijn dat spelbegeleiders. Zij zijn geen scheidsrechters maar zorgen ervoor dat de wedstrijd veilig, plezierig en sportief verloopt. Zo leren kinderen ongedwongen de spelregels kennen en beleven vooral plezier aan het spel.



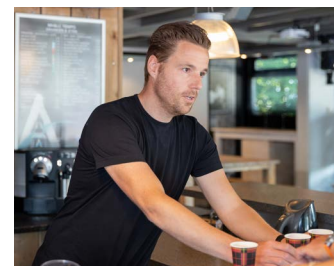
Plezier binnen én buiten de lijnen

Hockey is een hele leuke sport om te beoefenen maar ook leuk om naar te kijken. Wie herkent niet de supporters die met trots, blijdschap en misschien zelfs met verbazing naar hun kind of partner kijken. Maar hockey kan ook emotioneel zijn, dat hoort ook bij de sport, en dan is er soms boosheid wat het sportplezier in de weg kan staan. Omdat te voorkomen hebben we afspraken met elkaar gemaakt.

- Spelers en coaches gedragen zich sportief naar elkaar en naar de tegenstanders.
- Na de wedstrijd geven spelers de tegenstander en de scheidsrechter een hand.
- Toeschouwers moedigen hun team op een positieve manier aan.
- Lever als speler, coach of toeschouwer geen commentaar op de scheidsrechter. Respecteer de beslissingen van de leidsman/vrouw, zelfs als het in jouw ogen een onterechte beslissing is.
- Hockey is een teamsport dus dat doe je samen. Zorg daarom dat je op tijd aanwezig bent voor de wedstrijd.
- Het spreekt voor zich maar laat geen rommel achter op het veld, in de kleedkamers of het clubhuis.



Zo werken we samen aan een prettige sfeer binnen de club. Deze afspraken gelden niet alleen voor onze leden maar ook voor ouders, vrijwilligers en/of andere gasten.



Bereid om steentje bij te dragen?

Er is grote behoefte aan vrijwilligers en leden die naast hockey betrokken zijn bij het wel en wee van de club en bereid zijn om hier een steentje aan bij te dragen. Ieder op zijn/haar eigen niveau en specialiteit. Met zo'n bijdrage beleeft iedereen een gezellige en sportieve tijd bij Tempo.





Trots op

onze
accommodatie

Wij zijn trots op onze accommodatie met kunstmatige zand- en watervelden, die altijd toegankelijk zijn. Het clubhuis heeft vaste openingstijden en afhankelijk van beschikbare vrijwilligers proberen we zoveel mogelijk open te zijn tijdens (avond)trainingen en wedstrijden. Niet onbelangrijk, ons clubhuis is rookvrij.



Communicatie

Tempo heeft natuurlijk een eigen website maar communiceert actief op Facebook en Instagram én de Tempo app is super-handig. Je kunt er als lid onder andere informatie vinden over trainingen, wedstrijden, uitslagen, fluitbeurten en teams.

Contact

Je kan contact opnemen met Tempo door te mailen naar:
Secretaris Jurgen van Opdorp: secretaris@mhctempo.nl
Clubmanager Joost Eykman: cm@mhctempo.nl

Kom eens een kijkje nemen op onze accommodatie. Het club-huis is bereikbaar via de hoofdingang van sportpark Rozenoord aan de Beukenlaan in Bergen op Zoom.



Lid worden?

Voordat je lid wordt, wil misschien eerst kennis maken met hockey. Iedereen mag zonder verdere verplichting een keer komen kijken en meedoen. Als je dan door wil gaan, mag je drie proeftrainingen mee doen. Daarvoor moet je wel het inschrijfformulier invullen en bij opmerkingen aangeven dat het proeftrainingen gaat. Op deze manier ben je geregistreerd én verzekerd. Na de drie proeftrainingen kan je aangeven of je lid wil worden. Als je dat niet wil, zal je geen rekening ontvangen.

Als je zeker weet dat je wél lid wil worden, van harte welkom! Op www.mhctempo.nl vind je het inschrijfformulier en nog meer informatie over het lidmaatschap. Als je je aanmeldt kijkt de commissie Technische zaken waar plaats voor je is binnen de teams.

Belangrijk om te weten; ieder lid van Tempo is verzekerd tijdens wedstrijden en trainingen. Met je lidmaatschap ben je automatisch ook lid van de KNHB.

Als er veranderingen zijn in je gegevens (naam, adres en contactgegevens) dan mag je dat doorgeven aan: ledenadministratie@mhctempo.nl. Contributies worden na aanmelding geïnd door middel van een automatische incasso.





Mixed Hockey & Lacrosse Club Tempo
Marathonstraat 19 | 4624 AD Bergen op Zoom

Ingang:
Sportpaark Rozenoord
Beukenlaan 16 | 4624 AE Bergen op Zoom