

FORTUNA

BODE

maart '78



ATLETIEK

Hier is dan weer eindelijk weer de lang verwachte Fortuna-bode, die om allerlei redenen vorige maand niet is uitgekomen. Daarom proberen we er nu een goede van te maken.

De wedstrijdkalender voor de maand maart ziet er als volgt uit;

5 maart Nederlandse kampioenschappen te Helmond
 12 maart 4e wedstrijd clubcrosskamp. (laatste)
 19 maart IJzeren Man bosloop Vught
 18 maart Indoorwed. Uden pup. + C/D
 27 maart 15 km. wegwedstrijd Bortel

Hieronder het vervolg van de Bestenlijst District Zuid

meisjes B ; kogel 7 Dorinne Raaymakers ;
 meisjes C ; 600 m 3 Diana Walravens ; 1.39,4 sec
 4x80 m 8 Fortuna ; 44,3 sec
 kogel 3 Dorinne Raaymakers ; 10.04 m
 discus 2 " " ; 26,90 m
 compet. 9 Fortuna ; 8236 pnt.
 meisjes p a 60 m 2 Lisette de Koning ; 9,0 sec
 kogel 5 Ingrid Steenbakkers ; 6.50 m
 ver 7 Lisette de Koning ; 3,84 m

Bestenlijsten aller tijden;

heren uurloop 17 Jan van de Schoot ; 18.033,10 m
 dames 1500 m 20 Greet Steenbakkers ; 4:49,0 u
 3000 m 14 " " ; 10.58,9 u

Wedstrijd uitslagen; Fortuna cross

sen. 20 Jan van de Schoot MD 12 Rezi Voets
 90 Gerard Wijdeven 32 Marian van Zon
 91 K. Bakker 35 Jolanda Passier
 95 B. Schuurman 42 Ellen Jansen
 96 Frit s Daniëls
 MB 6 Loes Holl
 M. 2 Diana Walravens 8 Rita van Oorschot
 15 Marian Steenbakkers
 26 Miranda vd Hooge MPA 62 Stefan van Heesch
 35 Rian van Boxmeer
 36 Dorinne Raaymakers JD 26 Peter van der Linden
 31 Ton v.d. Houdt
 MPB 21 Ivonne van Zon 33 Jan Holl
 40 Eric Van Aarle
 JPB 24 Marcel vd Linden
 30 Richard v. Heesch MPA 9 Jeanine v. Zon
 10 Lisette de Koning
 18 Jaqueline vd Aa
 19 Anja van de Rijt
 20 Jolanda v.d. Rijt

FORTUNA '67

Fortuna bestaat nu 10 jaar, maar ik geloof dat weinig mensen weten wie Fortuna was, en hoe atletiek ontstaan is.

Daarom het volgende;

De romeinen zochten in hun godsdienst geen hulp om goed te leven. Nee, ze hadden een overeenkomst met de goden.

Ze hielden erediensten voor hun en in ruil daarvoor werden ze dus door hen beschermd. De Romeine hielden er ongeveer 3000 goden op na.

Fortuna, wat letterlijk ,lot of toeval betekent, was de geluksgodin. Dus als wij goed trainen zal vrouwe Fortuna ons goed gezind zijn.

Fortuna is bijna net zo oud als atletiek, alleen is het laatste van Griekse oorsprong. Deze Grieken hielden spelen om een bepaalde God te Eren. De belangrijkste van die spelen zijn en waren de Olympische Spelen (Olympia is de stad van Zeus) Over het hele land werd er dan een wapenstilstand afgekondigd, en alle Griekse vrije mannen (dus geen slaven) konden dan aan de spelen deelnemen. Ook vrouwen werden niet toegelaten.

Op de eerste dag van de Spelen werd aan de God Zeus een offer geleverd, de tweede dag bevatte hardlopen, vuistvechten, worstelen en pankration (vrij worstelen waarbij het verboden was te bijten of om ogen uit te slaan) De derde dag bevatte dan paarde- en wagenrennen. Op de vierde dag kwam atletiek aan de beurt; -lopen, springen, worstelen, speerwerpen en schijfwerpen. Op de laatste dag tenslotte, werden de prijzen uitgereikt.

Je hebt nu wel gemerkt dat de meeste sporten nogal gewijzigd zijn, maar Fortuna blijft wat ze is. En misschien krijgen we nog wel eens een sintelbaan maar dan moet vrouwe Fortuna ons wel erg goed gezind zijn.....

Dorinne Raaymakers

VERJAARDAGEN

februari, maart

4 feb Peter Verkuylen

10 feb Rian van Boxmeer

19 feb Wim Hellebrekers

5 maart Cor van der Heyden

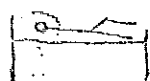
11 maart Frits Daniëls

15 maart Rina van Aarle

15 maart Adje Bergman

H
A
R
T
E
L
I
J
K

G
E
F
E
L
I
C
I
T
E
R
T



vervolg wedstrijduitslagen; Zuidnederlandse Kamp.

MB Loes Holl 12

Clubcrosscompetitie

MPA

Ingrit Steenbakkers	3,33,0	3,23	3,31
Ivonne Passier	3,41,6	3,44	--
Lisette de Koning	3,44,0	3,23	3,38
Janine van Zon	3,52,0	3,35	3,41
Jaqueline van de Aa	3,54,0	4,07	4,12
Anja van de Rijt	--	4,21	4,14
Jolanda van de Rijt	--	4,47	--

MPB

Ivonne van Zon	3,37,7	4,52	3,58
----------------	--------	------	------

MD

Rezi Voets	3,20,5	3,22	3,25
Marianne van Zon	3,35,2	3,28	3,34
Jolanda Passier	3,35,4	3,35	3,47
Ellen Jansen	4,06,4	3,45	3,52
Fien van de Rijt	--	4,24	4,09

MC

Diana Walravens	3,01,8	--	3,09
Miranda van de Hooge	3,30,0	--	3,38
Rian van Boxmeer	3,36,3	--	3,47
Marian Steenbakkers	4,48,0	--	5,01
Dorinne Raaymakers	4,48,5	--	5,01

MB

Loes Holl	3,53,0	3,15	3,26
Wilma Dapperen	3,53,0	--	--

JPB

Richard van Heesch	3,50,5	--	--
Marcel van de Linden	3,46,0	3,43	3,42

JPA

Stephan van Heesch	3,50,5	3,53	4,14
--------------------	--------	------	------

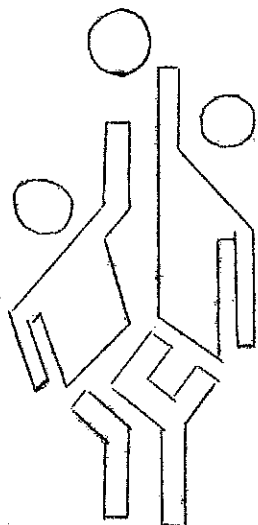
JD

Ton van de Houdt	3,04,1	--	3,26
Peter van de Linden	3,11,4	--	3,11
Jan Holl	3,30,7	3,21	--
Arthur van Heesch	3,40,0	--	--
Eric van Aarle	3,59,0	--	4,02

JA Leo van Kampen	8,45,0	3,24	--
-------------------	--------	------	----

heren

Jan van de Schoot	15,11,0	14,23	15,22
Peter Verkuylen	15,57	--	--
Gerard Wijdeven	18,01	--	--
Gijs van Aarle	18,06	17,33	17,32
Toon van Zon	18,43	18,08	18,00
Fons van Boxmeer	--	18,22	16,57
Frits Daniëls	--	16,58	--
Daniëls Sen.	--	21,04	(geen tijd)
Toon van Zandvoort	--	--	16,59 (4 km)



BASKETBALL

VOORWOORD:

De maand maart zal bijna voor twee teams de beslissing brengen over het kampioenschap. Zaterdag 4 maart ontmoeten de heren senioren in Deurne Deurne Pioniers, een team dat op het moment dat dit hier neergeschrven wordt 2 punten voorsprong heeft op onze jongens. Bij een

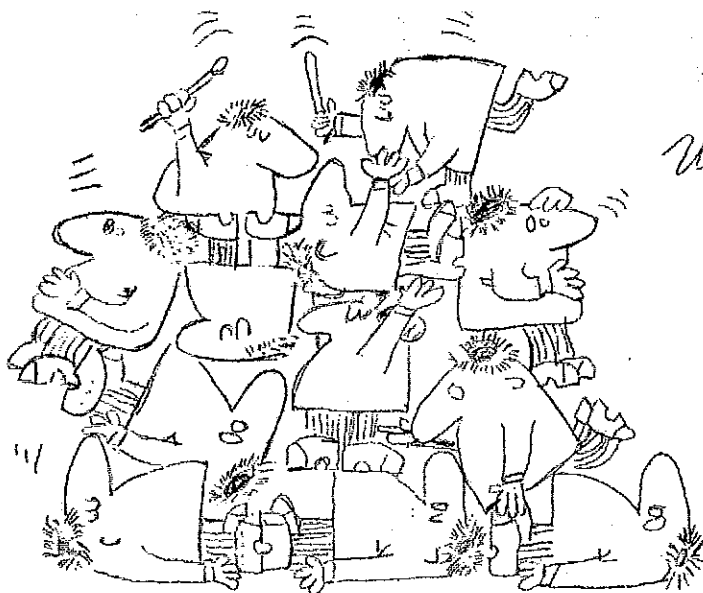
overwinning heeft Fortuna nog kampioenskansen. Bij een overwinning op Deurne en Jaspersport eindigt Fortuna gelijk met óf Deurne óf Genert, waarna dus een beslissingwedstrijd zal volgen.

De jongens welpen ontmoeten op 11 maart in Uden Rush 1, een team dat samen met onze leden de ranglijst aanvoert met ieder 2 verliespunten. Bij winst van Rush is Rush dus kampioen, bij winst van ons team is Fortuna kampioen. Bij deze wensen wij deze teams veel succes.

Verder willen wij hierbij jullie medewerking vragen bij de op hande zijnde sportkouring. Kom als je nog gekeurd moet worden, kom op tijd en gedraag je in de wachtzaal netjes ook al duurt het wachten lang.

Wij hebben versterking nodig bij de meisjes, de dames en de jongens kadetten, willen deze drie teams tenminste volgend jaar nog een redelijk team op de benen brengen. De overige groepen braaien goed: 15 jongens welpen (volgende competitie waarschijnlijk goed voor één welpenteam en een aspirantenteam) en 15 heren senioren (momenteel al goed voor twee teams).

Houden zo.....



*Wij
hebben
versterking
nodig !!!*

Jongens kadetten:			
Maarten v. Uiter	90	Wim v. Lier	23
Hans v.d. Hertel	76	René v.d. Oever	23
Renier v. Schijndel	43	Jeroen v. Kampen	12
Rinus Latijnhoywers	43	Jari Beniers	4

Heren Senioren2 (bijgewerkt tot 11 februari)			
Jan v.d. Schoot	24	Wim v.d. Ploeg	19
Ton v.d. Biezen	22	Henk Verneltvoort	18
Theo v. Uden	22	Martien Raaymakers	16
Leo v. Kampen	20	Theo v. Hammond	4

Heren senioren 1 :			
Leo v. Kampen	230	Bert v. Marle	20
Eddy Schuring	150	Ton v.d Biezen	12
Peter v. Bijstervoldt	130	Cor v. Marle	10
Jan v.d. Schoot	125	Hans Raaymakers	7
Martien Raaymakers	50	Henk Vernoltvoort	2

TOP TIEN:

1.(3) Leo v. Kampen	230	6(7) Peter v. Bijsterveld	130
2.(1) Wilma Dapperen	224		
3.(2) Antwan v. Kampen	174	7.(5) Jan v.d. Schoot	125
4.(4) Eddy Schuring	150	8.(10) Maarten v. Uiter	90
5.(6) Rita v. Oorschot	131	9.(9) Netty Snetsers	83
		10.(8) Marco v. Esch	80

Programma:

jongens welken:

11 maart : 12.00 uur : Rush 1 - Fortuna

jongens kadetten:

4 maart : 17.30 uur : Springfield - Fortuna
 12 maart : 17.00 uur : Fortuna - Erp
 19 maart : 19.00 uur : Hertogballers - Fortuna
 15 april : 19.00 uur : Attacus - Fortuna

meisjes kadetten:

11 maart : 18.00 uur : Almonte - Fortuna (verzot)
 12 maart : 16.00 uur : Fortuna - Erp
 16 april : 13.30 uur : Break-- Fortuna (verzot)

Meisjes junioren:

4 maart : 20.30 uur : Attacus - Fortuna (verzot)
 12 maart : 15.00 uur : Gennep - Fortuna
 2 april : 16.30 uur : Naak - Fortuna
 8 april : 19.00 uur : Alros - Fortuna

heren senioren2 :

3 maart : 19.00 ur : Fortuna - Pendragon
 10 maart : 19.00 uur : Fortuna - Achilles
 24 maart : 20.15 uur : Pendragon - Fortuna
 31 maart : 19.00 uur : Fortuna - lates
 8 april : 14.00 uur : Sjoko - Fortuna
 ?????????? : ?????????? : Fortuna - BB'77
 21 april : 19.00 uur : Fortuna - v. To r F
 29 april : 17.00 uur : Achilles - Fortuna
 5 mei : 19.00 uur : Fortuna v Heeze

heren senioren 1:

4 maart : 18.00 uur : Deurne - Fortuna

12 maart : 16.00 uur : Fortuna - Jasper sport

=====

Nieuwe leden :

Herman Tol (heren senioren)

Jacky Boets (jongens aspiranten)

Theo v. Hammond (heren senioren)

Theo v. Uden (heren senioren)

Fred v. Oekel (heren senioren)

Arthur v. Rooy (jongens welpon)

VERJELD GEN GEERT:

2: Marcel v. Roosmalen VAN

8: Jan v. Gerwen HERTB

8: Inc v. Schijndel GEFELICITEERD

10: Marjan Renders !!!

24: Inja v- Manrooy

25: Eddy Schuring

26: Maarten v. Uitert

29: Monique Rooyackers

=====

DIENSTPLICHT voor de vrouw

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

11.

Uitslagen: (januari en februari)

7-1 : Rush 3 - jongens welven	0-34
22-1 : jongens welven - Attavus	tegenstander niet opgekomen
12-2 : jongens welven - Tiboria	tegenstander niet opgekomen
18-2 : Hrp - jongens welven	12-9
8-1 : jongens kad. - Bl. Eagles	17-74
14-1 : Rush 2 - jongens kad.	26-27
22-1 : jongens kad. - Hertogballers	18-42
12-2 : jongens kad. - Deurne	19-16
18-2 : Qua Vadis - jongens kad.	50-18
22-1:: meisjes kad. - Bladen	42-24
28-2 : Deurne - meisjes kad.	14-30
12-2 : meisjes kad. - Vido	33-12
8-1 : meisjes jun. - Gennep Cuogars	34-10
14-1 : Bl. Eagles - meisjes jun.	tegenstander niet opgekomen
22-1 : meisjes jun. - Rush 1	28-35
12-2 : meisjesjun. - Raak Nubolen	45-15
18-2 : Bl. Eagles 2 - meisjes jun.	14-15
21-1 : Hates - heren sen. 2	39-25
27-1 : heren sen. 2 - Sjoko	58-33
12-2 : ~~B B~~ BB'77 - heren sen. 2	46-62
8-1 : heren sen. 1 - Con Brio 3	45-38
14-1 : Attacus 2 - heren sen. 1	32-33
22-1 : heren sen. 1 - Sjoko	41-32
12-2 : heren sen. 1 - Rush 4	79-31
18-2 : Qua Vadis 2 - heren sen. 1	53-46

==.==.==.==.==.==.==.==.==.==.

Score lijsten (bijgewerkt tot 18 februari)

Meisjes kadetten:

Wilma Dapperen	224	Wiltherese v. Roosmalen	8
Rita v. Oorschot	131	Mirian v.d. Riet	8
Hetty Snetters	83	Christel Gevers	6
Wilma v. Drongelen	37		

Meisjes junioren:

Monique Rooyackers	68	Mini Sney	17
Ine v. Schijndel	60	Marjan Renders	16
Janine Ver eltvoot	59	Hieke Renders	14
Hieke Karts	34	Truus v.d. Rijt	10
Wilma Dapperen	26	Carlen Boets	8
Anja v. Manrooy	18	Marjolain Adriaans	2

Jongens welven:

Antwan v. Kampen	174	Marcel Latijnhouwers	20
Marco v. Esch	80	Arnout Larhouwers	16
Gerry Doren	30	Marcel v. Roosmalen	16
Jeroen v. Doorn	24	Eric v. Aarle	10
Ronald v. Doorn	23	Wilbert Hoisterkamp	8

handbal

Handbalvrienden en vriendinnen.

K

De zaalcompetitie loopt ten einde en zien we verderop in de bode de standlijsten dan kunnen we gerust vaststellen dat we goed gespeeld hebben. Niet minder dan vier van de vijf teams eindigen dadelijk bovenin zoniet bovenaan. Er zijn nog steeds kansen op kampioenen. De hoogste ogen gooien de meisjes A-pup. Tot 12 februari bijna ongeslagen op kop staan ze momenteel, omze een een wedstrijd van HCG c verloren hebben, op een gedeelde eerste plaats. Winnen ze 12 maart de thuiswedstrijd van HCG d dan wordt er op 2 april een beslissingswedstrijd gespeeld tegen BHV.

A

Ons tweede meisjes pup. team is door ongelukkige samenloop van omstandigheden van de eerste plaats verdreven. Dit team maakt nog kans indien ze hun laatste wedstrijden winnen en Pius X een wedstrijd gelijk speelt of verliest. We zullen er voor duimen. De jongens asp. eindigen wel zeker op de tweede plaats. De laatste wedstrijd, die ze moeten spelen, zal thuis zijn tegen WLC/DES en een uitdaging voor hen zijn om te laten zien dat ze niet voor niets op de tweede plaats staan.

M

De dames eindigen gelukkig niet op de laatste plaats en hebben dat aan de laatste wedstrijden te danken, waaruit ze nog enkele puntjes konden slepen.

P

Tot slot dan de heren senioren die vorig jaar NUCA als meerdere moesten erkennen en nu aanhikken tegen Tremeg mits ze Zephyr nog een keer kunnen verslaan.

I

Wel namens iedereen een sportief en succesvol einde van de zaal competitie toegewenst.

O

Direkt na de zaalcompetitie start de tweede helft veldcompetitie, waarvoor vier teams (heren, dames, pup. A en asp.) ingeschreven zijn.

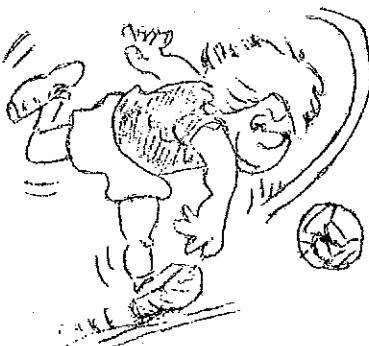
E

Buiten-mededingen speelt het meisjes pup-B team mee, want die waren de eerste helft (sept. okt '77) nog niet ingedeeld. Voor de veldcompetitie spelen we op veld 7 in sportpark "de Neul"

N

?

simon



Standenlijsten bijgewerkt tot 12 febr. 1978.

Dames A5 Da.

1. Nuca	8-16
2. Arrows	9-11
3. Aristos	9-10
4. Oranje Wit	9-8
5. Fortuna	8-4
6. Zephyr	9-1

Heren A5 Ha.

1. Tremeg	10-18
2. Zephyr	10-16
3. Fortuna	10-14
4. Jupiter	10-11
5. Havoss 2	10-6
6. Arrows	11-3
7. Vriendschap	9-2

Jongens Asp.

1. WLG/DES	9-18
2. Fortuna	10-13
3. Oranje Wit	9-12
4. Havoss	9-9
5. Eindhoven	8-8
6. Stratum Meteor	10-4
7. Apollo	9-0

Meisjes pup. A.

1. Fortuna	11-21
2. BHV	10-17
3. HVG c	10-15
4. HEW	11-11
5. Oranje Wit	10-8
6. HCG d	11-5
7. De Vriendschap	12-4
8. Jasper Sport	9-3

Meisjes pup. B.

1. Pius X	12-21
2. Fortuna	11-18
3. HVV	11-15
4. VHC	11-15
5. HCG	12-9
6. Mahak	10-6
7. Jupiter	12-6
8. Lido	11-0

Nieuwe leden.

Mari van Gorp (Coach v/h dames-team)
Benni v.d. Sande
Hélène van der Putten
Dorothee Hageman
Anja van Wanrooy

Verjaardagen in maart.

Wim van Veggel	26 mrt.
Annemieke Habraken	5 mrt.
Miranda van Lieshout	29 mrt.
Gerrie Mulders	22 mrt.
Ellen de Greef	21 mrt.
Josie Hutters	15 mrt.
Rien van Kuringe	9 mrt.
Kees van Aert	18 mrt.
Richard Schoones	26 mrt.
Heléne van der Putten	14 mrt.
Anja van Wanrooy	24 mrt.

Weetjes!

- Gehoord tijdens de lunchpauze van de bondsjaarvergadering: "Mij geen tweede bakje koffie, anders kan ik dadelijk niet slapen".
- Jeugdhandbaltoernooi in sportpark voor l/n van de basisscholen op vrijdag 5 mei.
- Lisette de Koning en Ingrid Steenbakkers (Atletiek) hebben samen al meer dan 200 stickers verkocht. GEWELDIG!
- In de maand april houden we weer een donateursactie.
- Als de pupillen kampioen worden, gaan we naar de kampioensavond in Eindhoven!
- Dat er nu drie verschillende stickers op je tas kunnen zitten. Ze zijn te koop voor f.1,00 bij Simon.
- West Duitsland is de nieuwe wereldkampioen handbal. Rusland eindigde op de tweede plaats.

PROFICIAT

UITSLAGEN

Meisjes pupillen b.

12-2 Jupiter b (eersel) 15-1
19-2 Lido c (heeze) 23-3

Meisjes pupillen a:

12-2 BHV (Boxtel) 16-5
18-2 Or.Wit (Helmond)c 8-1
25-2 HCG c (Geldrop) 4-5

Jongens aspiranten

11-2 Or. Wit Helmond/b 0-5

Dames senioren:

12-2 Or.Wit Helmond 3' 5-12
19-2 Aristos (Best) 3-13
26-2 Nuca (Nuenen) 2-15

Heren senioren:

12-2 KPJ Son 19-8 (vriendschappelijk)
26-2 Jupiter 2-(Eersel) 17-11

Programma:

Meisjes pupillen b:

12-3: tegen VHC e thuis om 13.40 uur
18-3: tegen HVV c in Veldhoven om 14.20 uur; vertrek 13.30,
coach: Jan de Koning.

Meisjes pupillen a:

12-3: tegen HCG d thuis om 12.50

Jongens aspiranten:

5-3 tegen Eindhoven b in Eindhoven om 13.45 uur; vertrek 13.00 uur
coach Michiel v.d. Sande.
12-3: tegen WLC/DIES b thuis om 12.00 uur

Heren senioren:

12-3 tegen Zephyr in Schijndel om 15.00 uur; vertrek na wedstrijd
M.P.A. uit sporthal

Zondag 12 maart om half drie is er een vriendschappelijke wedstrijd voor de meisjes aspiranten. Het team zal bestaan uit Mariam Schleyppen, Anita van Hoof, Anja v.d. Heijden, Heléne v.d. Putten en Dorotheé Hageman, aangevuld met enkele andere leden.

Omdat de dames met een team minder in hun poule zaten, zijn er twee wedstrijden minder te spelen, zodat er in maart voor hen geen competitie wedstrijden meer zijn.

BELANGRIJKBELANGRIJKBELANGRIJKBELANGRIJK

Herindeling trainingstijden op maandagavond in sporthal!

5 uur tot 5.45 uur	meisjes welpen, pupillen en aspiranten
5.45 uur tot 6.30 uur	jongens welpen, pupillen en aspiranten
6.30 uur tot 7.15 uur	dames junioren en senioren
7.15 uur tot 8.00 uur	heren junioren en senioren

Bovenstaande nieuwe indeling is besloten op de bestuursvergadering in overleg met de trainers, van 27 februari, en gaat in met ingang van maandag 13 maart.

De reden hiervan is dat de heren en dames groep dusdanig gegroeid is dat het rederlijker wijze niet meer mogelijk is in twee halve zalen te trainen.

Mogelijkheden tot uitbreiding van de zaalhuren zijn gezien de overbezetting van de sporthal niet mogelijk, tevens zou de vereniging niet financieel draagkrachtig genoeg zijn om er nog een uur bij te huren.

We hopen dat alle leden begrip hebben voor deze situatie en wanneer we nu eens proberen punktueel op tijd te beginnen, dan zullen we allemaal maar minimale schade ondervinden van de verkorte trainingstijden.

Het bestuur.

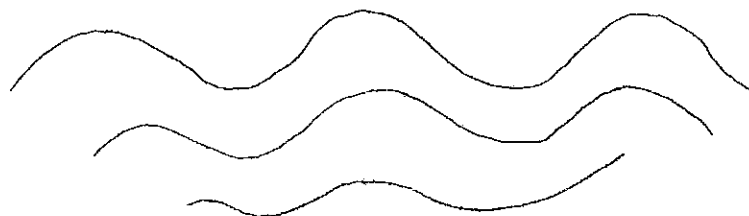
SPORTKEURING

: Op woensdagavond 15 maart in het Wit Gele Kruisgebouw aan de Hogevonderstraat.

Opgeroepen worden:	Chris Rokven	8 uur
	Michil v.d.Oever	9.15 uur
	Rien van Kuringe	9.15 uur
	Anja v.d. Heyden	8. uur
	Tilly van de Biggelaar	9.15 uur
	Jan van de Oever	9.15 uur
	Eelco Schuurman	8 uur
	Kees van Aert	9.30 uur

mee brengen die avond 1. anamnese-formulier
2. flesje urine.

Heb je nog geen sportkeuring geef je dan op bij Simon tegen betaling van f. 5,00. Niet mee wachten, meteen doen!
Sportkeuring moet!!



LEES EN PAS TOE.

Verdedigen bij het zaalhandbal.

Het verdedigen begint op het moment dat men in de aanval dreigt de bal te verliezen. Dit betekent dat de aanvallers steeds de bal in het oog moeten houden en zich voortdurend op in moet stellen dat zij bij balverlies direct terug moeten sprinten naar het eigen doelgebied.

Het verdedigen eindigt wanneer de aanval van de tegenpartij dreigt de bal te verliezen.

Wanneer men het verdedigen nauwkeurig analyseerd, blijken er specifieke elementen in te herkennen,

1. schuiven.

Schuiven is zijwaarts bewegen evenwijdig aan de cirkel met de rug naar het eigen doel. Men beweegt met de aansluitpas en houdt de handen iets zijwaarts op heuphoogte.

2. Uitstappen.

Uitstappen is bewegen van de cirkel af. Het uitstappen geschiedt meestal op de balbezitter of op een aanvaller, die de bal zal krijgen om daarmee te voorkomen dat de balbezitter zal schieten in de regel wordt er niet verder uitgestapt dan tot de 9-meter-cirkel. Er zijn vele opvattingen over de voeten en handenstand bij het uitstappen die mede afhankelijk zijn van het foit of men de aanvaller frontaal, dan wel zijn schotarmzijde wil verdedigen.

3. Invoegen

Invoegen is het bewegen vanuit de uitgestapte positie terug naar de cirkel, waarbij men zich weer voegt in het verdedigingsverband. Het invoegen moet snel gebeuren met de richting van de bal mee. Hoe sneller hoe beter, want dan kan de andere verdediger gemakkelijker uitstappen omdat er weer voldoende verdedigers op de cirkel zijn om rugdekking te geven.

4. samenwerking.

Voor het verdedigen houdt dit in:

- a. rugdekking geven aan een uitgestapte verdediger. De verdedigers aan weerszijde van de uitgestapte verdediger schuiven iets naar elkaar toe om zodoende het gat op de cirkel enigszins op te vullen.
- b. overnemen van de cirkelloper of instartende aanvaller.
- c. blokken door een groep verdedigers.
- d. het zich onttrekken aan een sper bij het spelen van een truc door de aanval van de tegenpartij.
- e. goede samenwerking tussen doelverdediger en verdediging.

5. Blokken

Blokken is het tegenhouden van de bal door de verdediging na een schot van de tegenpartij. Belangrijk bij het blokken zijn: moed, hardheid, taiming en techniek.

Piet van den Bosch.