

# NIEUWSBRIEF PRO VOLLEY

[www.pro-volley.be](http://www.pro-volley.be) - [info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be)



## Thematraining

De zomervakantie loopt stilaan op zijn einde. Dit wil zeggen dat ons zaalaanbod van start gaat, dus ook onze thematrainingen!

Tijdens een thematraining koppelen we de opleiding van spelers en de opleiding/begeleiding van de eigen clubtrainers. We geven de clubtrainers extra handvaten mee om zelf met een bepaald thema aan de slag te gaan binnen hun eigen trainingen binnen jouw club.

### Inhoud pakket:

**Trainerskorps** vanuit Pro Volley, aangevuld met een actieve deelname van eigen clubtrainers

**Duur:** 3.30u

- 45min.: voorbereiding met clubtrainers
- 1.45u: thematrainingen
- 1u: naverwerking met clubtrainers

We bieden **verschillende thema's** aan binnen de categorie U11 en U13, maar uiteraard kunnen we ook een thema samenstellen op **maat van de noden** van jouw club/trainers.

## IN DIT NUMMER

THEMATRAINING

CLUB- EN  
TRAINERSBEGELEIDING

KLEDINGLIJN

HERFSTSTAGE

PRO VOLLEY SMASHT

MEET OUR TEAM!  
ZAALTRAINERS

## MOGELIJKE THEMA'S:

### U11

#### Algemeen

- Balbaaninschatting ,teamwork en probleemoplossend denken, ...

#### Onderhands

- Balvaardigheid, receptie spelen, receptie na verplaatsing, verdediging, ...

#### Bovenhands

- (Gericht) bovenhands spelen, verplaatsing voor het spelen van pas, ...

#### Slag

- Van dribbelen naar float, topspinslag, aanvalsaanloop, spin en tip, ...

#### Wedstrijdgericht

- Spelsysteem 3-3 leren, anticiperen in wedstrijdsituaties, ...



### U13

#### Algemeen

- Teamwork en probleemoplossend denken, ...

#### Receptie

- Receptie spelen (naast lichaam), conflictzones, verschil met verdediging, ...

#### Pas

- Verplaatsing voor pas, achterwaartse pas, pasovername, ...

#### Aanval

- Verschil float/spin, gecontroleerd slaan, voor-en na de aanvalsactie, ...

#### Blok

- Verplaatsing, vormspanning, relatie aanval-blok, ...

#### Verdediging

- Verplaatsing, duiken/rollen, free-los-down, ...

#### Wedstrijdgericht

- Spelsysteem 4-4 leren, mentaliteit, anticiperen in wedstrijdsituaties, ...



*Heb je nog vragen over deze thematrainingen? Neem dan gerust contact op via [info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be)!*

## Club- en trainersbegeleiding

**We hebben verschillende thema's in aanbieding om je trainers te prikkelen om zichzelf te verbeteren op bepaalde onderdelen.**

Er zijn 2 mogelijkheden om trainers -of clubbegeleiding te integreren in je clubwerking:

- **Individueel begeleidingsmoment** aanbieden en dieper op inspelen met je trainerskorps
- **Pakket begeleiding** waarbij we 1x per maand langskomen in je club om actief aan de slag te gaan met je trainerskorps

#### Inhoud pakket:

- 2 begeleiders vanuit Pro Volley
- **Duur:** 2u
- We bieden verschillende topics aan, enerzijds voor trainers, anderzijds voor clubbegeleiders of jeugdcoördinatoren, maar uiteraard kunnen we ook een topic samenstellen **op maat van de noden** van jouw club/trainers.

# Kledinglijn zaal

Al enkele jaren werken wij samen met Trainersmateriaal.be voor het meest kwalitatieve materiaal voor trainer en speler. Ook dit jaar kan je t-shirts, shorts, knielappen, ... bestellen via onze webshop!

Bestelde jij jouw Pro Volley sportmateriaal al bij onze partner: 'Trainersmateriaal'?

Voor de T-shirts zijn er 2 modellen, het damesmodel heeft een gedetailleerde damessnit. Daarnaast beschikken we ook over een unisex-model. Er is keuze uit een **geel of zwart T-shirt**.

De kostprijs van het T-shirt bedraagt € 20.

Er is ook de mogelijkheid om je **naam op het T-shirt** te laten drukken. Hiervoor bedraagt de meerprijs € 7.

**Trainers**  
MATERIAAL.BE



## Hoe bestellen?

Trainingskledij bestellen kan via **onze clubshop**:

<https://www.trainersmateriaal.be/collections/pro-volley> OF **scan de QR-code**

*Psssst! Vergeet je ons niet te taggen op sociale media wanneer je staat te shinen in jouw nieuwe Pro Volley-outfit? ;)*

# Herfststage

Joehoeeee! De inschrijvingen van de herfststage lopen op volle toeren! Heb jij zin om 3 dagen lang vol sport & spel te beleven?

Trommel alvast al jouw vriendjes/vriendinnetjes op want de **INSCHRIJVINGEN ZIJN VANAF VANDAAG OPEN VOOR IEDEREEN!**

## Wat moet je zeker weten:

- **Datum:** Maandag 28/10, dinsdag 29/10, woensdag 30/10, dagelijks van 9 tot 16u
- **Waar:** sporthal Balsakker in Lille
- **Voor wie:** U11 (2014-2015)
- **Kostprijs:** € 90
- **Thema:** bovenhands spelen en spelverdeling (pas)
- **Inschrijven:** [www.pro-volley.be](http://www.pro-volley.be)

*Neem zeker een kijkje op onze sociale media om de sfeer van vorige edities alvast op te snuiven!*

Pro Volley | organiseert  
**HERFSTSTAGE U11**  
geboortjaar 2014-2015

**Wanneer:** Maandag 28/10, dinsdag 29/10, woensdag 30/10, dagelijks van 9u tot 16u

**Waar:** Sporthal Balsakker, Lille

**Kostprijs:** € 90

**Thema:** bovenhands spelen en spelverdeling

**Inbegrepen:**

- 6 techniektrainingen
- volleybalactiviteiten zoals challenges, smashvolleybal en tornooi
- stage T-shirt
- drankje voor 's middags (lunchpakket zelf meebrengen)
- tussendoortje in de voor- en namiddag

**Inschrijven:**

- vanaf 15/08/2024 voor Pro Volley-leden
- vanaf 1/09/2024 voor niet Pro Volley-leden

Foto's van onze vorige editie zijn terug te vinden op onze facebookpagina!

In samenwerking met **HEYLEN VASTGOED**

Meer info & inschrijvingen:  
[www.pro-volley.be](http://www.pro-volley.be)

# Pro Volley SMASHT!

De ontwikkeling van Pro Volley staat niet stil en daarom kondigen we met veel trots ons nieuw project aan: Pro Volley SMASHT!

En vanaf vandaag zijn de **INSCHRIJVINGEN OPEN VOOR IEDEREEN!**

## Wat houdt dit in?

- **Wat:** Dit zijn 5 toernooien om je slagvaardigheid te verbeteren, telkens op woensdagnamiddag van 14.30u tot 16.30u
- **Voor wie:** U11 (2014 en 2015) of U11 in competitie
- **Data:** 16/10, 27/11, 08/01, 12/02, 19/03  
(Je schrijft in voor de 5 toernooien, niet voor aparte momenten.)
- **Locatie:** sporthal 't Beerke in Beerse
- **Doel:**
  - Slagvaardigheid verbeteren
  - Stimuleren om meer te slaan tijdens spelvormen
  - De toernooien volgen elkaar op in moeilijkheidsgraad.
- **Kostprijs:** € 80
- **Inschrijven:** [www.pro-volley.be](http://www.pro-volley.be)

## **! OOK CLUBTRAINERS KUNNEN ZICH INSCHRIJVEN !**

Ze ontvangen na inschrijving:

- De spelvormen
- Tips en tricks om de spelvormen beter te leren spelen
- Hoe afbouwen? Hoe opbouwen?
- Technische aandachtspunten

*Zit je met bepaalde vragen over dit concept?*

*Contacteer ons steeds vrijblijvend via [info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be)*



**PRO VOLLEY SMASHT!**  
Geboortjaar 2014- 2015

**Wat:** Dit zijn 5 SmashVolley-toernooien telkens op woensdagnamiddag van 14.30u tot 16.30u  
**Data:** 16/10, 27/11, 08/01, 12/02, 19/03  
(Je schrijft in voor de 5 momenten, niet voor aparte momenten.)  
**Locatie:** Sporthal 't Beerke in Beerse  
**Doel:**

- o Slagvaardigheid verbeteren
- o Stimuleren om meer te slaan tijdens spelvormen

De toernooien volgen elkaar op in moeilijkheidsgraad.  
**Kostprijs:** € 80  
**Voorinschrijven** PV-leden: 15/08/2024  
**Inschrijven:** 1/09/2024

**! OOK CLUBTRAINERS KUNNEN ZICH INSCHRIJVEN !**  
Ze ontvangen na inschrijving:

- o De spelvormen
- o Tips en tricks om de spelvormen beter te leren spelen
- o Hoe afbouwen? Hoe opbouwen?
- o Technische aandachtspunten

## Voorstelling zaaltrainers

Ook dit jaar mogen we weer rekenen op heel wat trainers die de zaaltrainingen mee in goede banen zullen leiden! Wij stellen ze graag even kort aan jullie voor. Wil je meer weten over één van hen? Check dan onze Facebookpagina!



### **Jolien Schuermans**

Hoofdtrainer volleybalschool, U11 & U13

37 jaar

Administratief medewerker school



### **Jolijn Vandersmissen**

Hoofdtrainer U15

32 jaar

Leerkracht





**An Laeremans**  
Assistent  
24 jaar  
Leerkracht



**Dauke Vreys**  
Assistent  
22 jaar  
Student



**Roos Van Ham**  
Begeleider fysieke testen/preventie  
19 jaar  
Student



## Belangrijke data

- 1/09 Start inschrijvingen Herfststage
- 1/09 Start inschrijvingen Pro Volley Smasht!
- 1/09 Start Zaalprogramma

### Twijfel je nog om deel te nemen aan 1 van onze Pro Volley activiteiten?

- Neem dan zeker eens een kijkje op onze sociale media om al in de sfeer te komen met foto's van vorige jaren!

### Heb je nog vragen?

Dan kan je steeds contact opnemen via [info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be)

**Wens je onze nieuwsbrief voor spelers niet meer te ontvangen?  
Stuur dan een mailtje naar [info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be) om je uit te schrijven.**

### Contactgegevens:



[info@pro-volley.be](mailto:info@pro-volley.be)



0499 277 377



[www.pro-volley.be](http://www.pro-volley.be)



[www.facebook.com/ProVolleyBelgium](https://www.facebook.com/ProVolleyBelgium)



[instagram.com/provolley.be](https://www.instagram.com/provolley.be)

