



Aan de ouder(s)/verzorger(s) van en aan de leerlingen van de 2^e klassen locatie Mijdrecht

Mijdrecht, 25 september 2023

Betreft: sportdag 2^e klassen; kenmerk 20230925-2425

Geachte heer, mevrouw, beste leerling,

In deze brief lees je de informatie voor de **sportdag op Maandag 2 oktober**. Zoals jullie weten, bestaat de sportdag uit 3 tijdsblokken. Zorg dat je elk blok op tijd kunt beginnen. Dat betekent omgekleed op de juiste plek op de juiste tijd! Hieronder het schema op welke tijd welke klas bij welk onderdeel wordt verwacht.

	blok 1 09.00-10.15	blok 2 10.40-11.55	blok 3 12.20-13.35
klas	sport	sport	sport
M2A	Atletiek	Voetbal / hockey	Trefbal
M2B	Trefbal	Atletiek	Voetbal / hockey
H2A	Voetbal/Hockey	Trefbal	Atletiek
H2B	Voetbal/Hockey	Trefbal	Atletiek
A2A	Trefbal	Atletiek	Voetbal / hockey
A2B	Atletiek	Voetbal / hockey	Trefbal

Onderdeel	locatie	nodig
Trefbal	lo-zalen op school.	zaalschoenen
Atletiek	kunstgrasveld van Argon	veldschoenen
Voetbal	grasvelden 4, 5, 6 van Argon	veldschoenen
Hockey	hockeyvelden van HVM	veldschoenen

Belangrijke dingen om rekening mee te houden:

- Zorg voor de juiste schoenen! Bij kou: zorg voor een lange broek en een trui!
- Lunchpakket.
- Laat waardevolle spullen thuis! **Er is geen bak voor waardevolle spullen!**
- Zorg dat je op tijd aanwezig bent bij de onderdelen en let goed op de speeltijden!

Vanzelfsprekend wil je het maximale resultaat behalen, winnen is erg leuk! Wij vinden het belangrijker dat jullie het vooral naar je zin hebben! Wees dus sportief, gun de ander ook succes en houd je aan de spelregels! (Zie extra blad)

Wij hopen dat jullie een leuke, sportieve dag tegemoet gaan!

Met vriendelijke groet,
namens de sectie L.O.

Evelien Dros

Locatie Mijdrecht Diamant 9, 3641 XR Mijdrecht
telefoon: 0297 - 28 34 59, e-mail: info@hetvlc.nl

Locatie Vinkeveen Bonkestekersweg 1, 3645 KZ Vinkeveen
telefoon: 0297 - 26 15 14, e-mail: info@hetvlc.nl





Spelregels:

Trefbal:

Er wordt gespeeld met 2 teams. Als je geraakt wordt door de bal dan ga je naar het achtervak aan de andere kant van het veld. Lukt het om iemand af te gooien dan mag je weer terug. Is iedereen afgegooid in een vak dan krijg je een punt. Vervolgens start het spel weer opnieuw. Als de tijd om is dan krijgt het team met de meeste mensen in zijn hoofdvak een extra punt.

Regels:

- Afwerpen is niet toegestaan.
- Bal tegen het hoofd, telt ook.
- Bij een vangbal is de persoon die gooit af.
- Als je vanuit je eigen vak bij de bal kunt, dan mag je deze pakken.
- Er wordt altijd gestart met een 'schijndode' in het uitvak.

Atletiek:

Iedere leerlingen doet 5 onderdelen. Per onderdeel zijn er namenlijsten aanwezig. Op deze lijsten worden de resultaten (tijden en afstanden) genoteerd.

- Rondje Argon/duurloop: 1 maal.
- Bal verwerpen: 4 pogingen, beste telt
- 60m sprint: 4 pogingen, beste telt
- 5-sprong uit stand: 4 pogingen, beste telt
- Estafette wordt ook in totaal 4 keer gelopen. Je loopt in een tweetal. Bij een oneven aantal zal iemand extra moeten lopen. Teams worden ter plekke samengesteld; de namen van de lopers worden genoteerd.

Hockey/voetbal:

Naar aantal worden de teams verdeeld (5:5/6:6/7:7).

Er wordt gespeeld op een half veld. Schoolregels zijn van toepassing -> slidings zijn dus **niet** toegestaan. Lichamelijk contact dient zo veel mogelijk vermeden te worden! Let op gevaarlijk spel!

