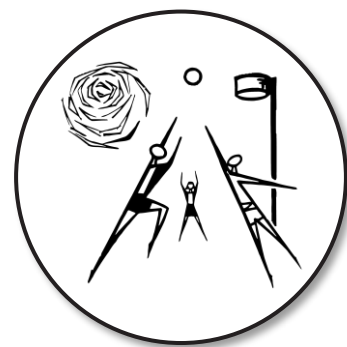


Het Korfpraatje

Het Korfpraatje is het mededelingenblaadje van C.K.V. Excelsior

in uitzonderlijke tijden



Wijzigingen trainingstijden en -momenten

Deze en volgende week is er per team slechts één training per week (donderdag 14 en dinsdag 19 mei). Hierna (vanaf dinsdag 26 mei) is er voor ieder team zowel op de dinsdag als de donderdagavond ruimte om te trainen. Het is aan de teams en trainers zelf om te bepalen of hier gebruik van wordt gemaakt. De trainingen zijn niet verplicht, iedereen is vrij om een keuze te maken om wel of niet te komen trainen. We vragen wel om jouw trainer te informeren indien je niet komt trainen.

Trainingstijden

- F t/m D-teams (t/m 12 jaar): 18:00 - 19:00 uur **(let op: tijd gewijzigd!)**
- C t/m A-teams: 19:15 - 20:15 uur **(let op: ook A-teams)**
- Senioren-teams: 20:30 - 21:30 uur

[Tijdens de trainingen gelden natuurlijk nog altijd de coronamaatregelen. Klik hier..](#)

Ook volwassen mogen training hervatten

Vanaf deze week mag Excelsior de trainingen voor (18+) junioren en alle senioren hervatten. Vanaf a.s. donderdag (14 mei) mogen zij weer gaan trainen! Op maandag 11 mei heeft Gemeente Delft namelijk onze plannen namelijk getoetst en goedgekeurd.

De afgelopen dagen hebben wij van het RIVM, de Gemeente Delft en het KNKV regels en richtlijnen ontvangen voor het hervatten van de trainingen. Aan de hand van deze documenten hebben wij het plan voor Excelsior (dat al was opgesteld voor de jeugdtrainingen) aangevuld, voor (18+) junioren en alle senioren zullen dezelfde regels gelden als voor de jeugdleden van 12 t/m 18 jaar. Wij willen iedereen vragen om deze regels goed door te nemen en zich hier aan te houden.

Deze en volgende week is er slechts één training per week (donderdag 14 en dinsdag 19 mei). Hierna (vanaf dinsdag 26 mei) is er voor ieder team zowel op de dinsdag als de donderdagavond ruimte om te trainen. Het is aan de teams en trainers zelf om te bepalen of hier gebruik van wordt gemaakt. De trainingen zijn niet verplicht, iedereen is vrij om een keuze te maken om wel of niet te komen trainen. We vragen wel om jouw trainer te informeren indien je niet komt trainen.

Trainingsschema

18:00 – 19:00 uur	19:15 – 20:15 uur	20:30 – 21:30 uur
F-, E- en D-jeugd	C- en B-jeugd en A-junioren	Senioren



Klachten? Blijf thuis!

Deze regel geldt natuurlijk niet alleen voor een training bij Excelsior, maar heb je klachten sla dan de training even over. Heeft iemand uit het gezin (koorts-)klachten blijf dan ook even thuis.

Toegang tot het Sportpark

Excelsiorleden hebben toegang tot het sportpark via de ingang bij het parkeerterrein. Het hek achter de Excelsiorkantine is alleen te gebruiken voor leden van Rugby Club Delft. Kom zoveel mogelijk met de fiets.

Kiss and Ride

Naast de spelers, trainers en een coördinator mogen er geen andere personen op het sportpark aanwezig zijn. Je kunt natuurlijk worden afgezet op het parkeerterrein. Na afloop van de training kun je ook weer worden opgehaald op het parkeerterrein. Wachten op het parkeerterrein is niet toegestaan.

Desinfecteren

Excelsior heeft een desinfectiepaal aangeschaft waardoor alle spelers en trainers voor en na een training handen kunnen reinigen.



Kantine en kleedkamers gesloten

De kantine en de kleedkamers zijn gesloten. Zorg dus dat je omgekleed richting de training komt. Douchen na afloop van de training is niet mogelijk. De toiletten zijn alleen beschikbaar bij hoge nood.

Materialen

Voor en na iedere training zorgt de trainer met handschoenen aan dat de materialen klaar staan. De materialen zullen na de training worden gedesinfecteerd.

Trainingstijden

Er zit een kwartier tussen de trainingen om geen piek in aantal aanwezigen te krijgen bij aankomst en vertrek. Kom maximaal 10 minuten voor je training naar Excelsior en ga direct na de training weer naar huis.

Slecht weer

Omdat we tijdens de trainingen indien nodig niet binnen kunnen schuilen, zullen trainingen bij slecht weer op voorhand al worden afgelast. Dit communiceren de trainers op voorhand via de Whatsapp-groepen. Bij een beetje miezer gaat de training natuurlijk gewoon door.

Dankzij deze regels kunnen we gelukkig weer op een verantwoorde manier gaan sporten. Uiteraard passen de trainers ook de trainingsstof aan op de huidige situatie. Zo zullen de trainers van (18+) junioren en alle senioren trainingsoefeningen verzorgen die kunnen worden uitgevoerd op 1,5 meter van elkaar. De 18+ junioren zullen gelijktijdig, maar wel in een losse groep trainen. Daarnaast zullen deze groepen trainen in vaste koppels per training, de bal mag echter wel tussen een ongelimiteerd aantal personen worden overgespeeld.

Op dit moment hebben wij nog geen trainingen gepland voor de peuters en pinguïns.

Mochten er vragen zijn stel deze dan gerust aan de trainer. Deze kan de vraag ook altijd uitzetten bij de juiste persoon.

Wij wensen iedereen weer heel veel sportplezier!

Hoe gaat het met... Excelsior 8?

"Hoe gaat het met...?" is een rubriek, waarvan de redactie graag ziet dat er inzendingen via dekorfpraat@ckv-excelsior.nl volgen. Doel van deze rubriek is dat we op persoonlijke wijze elkaar op de hoogte brengen hoe het met "ons" – in de breedste zin van het woord – gaat.

Namens Excelsior 8 wil ik ook graag een bijdrage leveren aan de rubriek "Hoe gaat het met...". Want ik kan zeggen dat Excelsior 8 juist in deze tijd heeft aangetoond een fantastisch team te zijn. Maar voordat ik jullie



meeneem door de reis van Excelsior 8 door corona-tijd wil ik allereerst onderstaand berichtje van onze coach Willeke met jullie delen, want dit bericht zegt al heel veel over ons team.

"Vandaag om deze tijd zouden we ons voorbereiden op onze laatste zaalwedstrijd. Dat we pas 3 weken geleden echt ons laatste feestelijke teamavondje hadden is in de wereld van vandaag bijna niet meer voor te stellen.

Voorlopig geen wedstrijden, en dit seizoen waren er veel waarin ik, samen met co-coach Erik, heb genoten van jullie. Geen voorbereiding op wedstrijden (de vlechtende dames op tijd uit de kleedkamer roepen), geen trainingen voorbereiden, geen trainingen geven aan een groep die uiteenloopt van 2x fanatiek aanwezig tot eens per maand. Jongens, ik mis het nu, en in de komende maanden moeten we het ook zonder doen. Ik hoop dat jullie het ook missen, dan kunnen we ons verheugen op betere tijden.

Blijf gezond, en hopelijk tot snel na 1 juni."

Bovenstaand beschrijft eigenlijk alles wat Excelsior 8 in zich heeft. Allereerst een bevlogen coach, die kan worden gezien als het cement van ons bouwwerk. Wil houdt al jaren ons team bij elkaar, kan ons (mij?) af en toe achter het behang plakken, maar weet ons keer op keer te prikkelen en te motiveren! Ik durf te stellen dat zonder Wil ons bouwwerk allang was ingestort... Wil, wij hebben je pas geleden bedankt voor dit seizoen, maar ik denk dat ik namens ons hele team spreek als ik schrijf dat heel de vereniging moet weten hoe blij wij met jou zijn. Bedankt!

Genoeg over Wil. Terug naar het berichtje, onze laatste zaalwedstrijd speelden we inmiddels 9 weken geleden voor onze feestelijke teamavond. Dit was niet zomaar een wedstrijd, destijds speelden wij namelijk onze kampioenswedstrijd... en ondanks dat het KNKV uiteindelijk de gehele zaalcompetitie heeft geschrapt, hebben wij gelukkig ruim daarvoor al ons kampioensfeestje gevierd. En of het kampioenschap nou in de boeken blijft staan of niet, uiteindelijk draait het om het vieren. Dit was om vele redenen een legendarische avond, enerzijds omdat het voor velen van ons de laatste avond was in de normaal altijd zo gezellige Delftse binnenstad, maar ook omdat Wil enkele magische woorden sprak (beelden zijn op te vragen).

Het berichtje eindigde met "hopelijk tot snel na 1 juni", dit werd gelukkig veel sneller. Sinds de "echte" uitbraak van het coronavirus met de daarbij behorende maatregelen hebben wij elkaar zo ongeveer elke week wel gezien. We konden elkaar niet opzoeken, maar de digitale vrijdagavondborrel is inmiddels vaste prik. Iedere week wordt er bijgepraat, spelletjes gespeeld en dat alles is natuurlijk onder het genot van een heerlijk drankje.

Het hoogtepunt was misschien wel afgelopen vrijdagavond. Excelsior 8 is namelijk gek op bingoën, ooit door Thijs geïntroduceerd op een van onze trainingsweekenden. De prijzen vlogen om je oren, maar het was bovenal tot in de late uurtjes erg gezellig.

Dit is wat het 8^e, het vlaggenschip, zo mooi maakt. Aanstaande donderdag staan we weer met z'n allen op het korfbalveld, ik vraag me af waar we na 9 weken beter in zijn... korfbal of bingo...

Excelsior 8, wat ben je mooi... En wat is Twist....?

Captain





Onze sponsors

In tijden van nood moeten we elkaar steunen. Dat geldt voor alle gelederen van onze mooie vereniging. Naast de steun in de teams, individuele steun, steun vanuit bestuur en commissies, zijn we ook dankbaar voor de blijvende steun van onze (Korfpraat)-sponsors.

