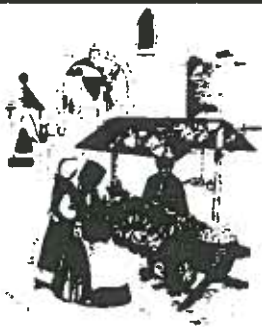


**DE TO**



**KONTAKT**



Speciaalzaak  
**Bert Maneschijn**

De best gesorteerde groenteman  
uit de omgeving

Westeinde 67  
Vriezenveen  
Tel. 2259

Rijssensestr 125  
Nyverdal  
Tel. 17961

IMPORTEUR VAN  
WIJNEN EN SAPPEN

BIER · WIJN ·  
FRISDRANK EN  
GEDISTILLEERD



BENT U AL LID VAN ONZE SUPPORTERSVERENIGING ?

GOED KERAMIEK BLIJFT UNIEK !

"STEENGOED"

**HUIB KNAPE**



Begherstraat 22, Vriezenveen  
tel. 05499 - 1878

Ook op uw markt.



REPAREER NU ZELF  
UW AUTO IN  
ONS HOBBYCENTRUM.

AUTOBEDRIJF en AUTORIJSCHOOL

J.A. HOLLAND

OOSTEINDE 218-220  
7671 AE VRIEZENVEEN.  
Tel. 05499-1235,  
b.g.g. 05499-1501.



B.V. METAALWARENINDUSTRIE

**WITTEVANMOORT**  
VRIEZENVEEN

Fabrikante van.

L.P.G. autogastanks  
onderdelen voor  
landbouwmachines  
verwarmingapparatuur  
ventilatieapparatuur  
ziekenhuismeubilair  
silobouw  
containertransport  
promfietsen  
enz

**ALLESKUNNERS  
IN PLAATBEWERKING I**

Grote keuze in  
BLOEMEN en PLANTEN  
zelf uitzoeken in de kas bij



bloemenhuis **'DE ANJER'**

# DETO kontakt

KONTAKTOFGAAN VAN DE SUPPOORTERSVERENIGING D.E.T.O. TE VRIEZENVEEN.

JAARGANG 11

OKTOBER 1984

NUMMER 104

BESTUUR SUPPOORTERSVERENIGING D.E.T.O.:

TEL.:

Voorzitter	C. Tijhof	Vondelstraat 9	2098
Secretaris	F.H. Goosselink	Gronsweg 12	2320
Penningmeester	G.H. Borkent	Begherstraat 26	2794
	A.H. Mulder	Engelsstraat 35	3608
	C.H. Mulder	Schout Doddestraat 28	4206
	H.J. Ekkert	Westeinde 460	3256
	G. Dnoeren	Gosteinde 266	3046
	B. Kobus	Dr. Foomstraat 10	
	M. Prins	Gosteinde 289	2844

REDAKTIE DETO-KONTAKT:

P. Kolman	De Roodstaart 15	2402
B. Kobes	Begherstraat 30	1048
E. Kobes	Membrandtstraat 47	
M. Prins	Gosteinde 289	2844
G. Webbink	De Groenling 23	2589
Mevr. Webbink	Lude Hoevenweg 50	3462
G. de Jone	Gosteinde 107	1574
H. Wjoengs	De Goudvink 10	2207
H. Albersen	De Aalscholver 3	4113

BEKENDTE VOORNAE VERENIGING SOEH NEDERLANDSE TOE OVERWINNING:

Voorzitter	G.J. Pool	De Patrijs 4	1664
Secretaris	E. v.d. Veen	Linthorstlaan 26	1541
Penningmeester	J.G. Alberts	Gosteinde 369	3160
2e voorzitter	G. Prins	Gronsweg 25	3764
2e secretaris + wedstrijdsecretaris senioren	J. v.h. Laar	De Putter 44	2876
2e penningmeester	J. Webbink	Lude Hoevenweg 50	3462
Wedstrijdsecretaris senioren	J. Nollens	De Aalscholver 1	3664
	P. Schonewille	Greflenweg 6	3442
	G. Bek	Dunantstraat 69	3868

MEDISCH-ADVISEUR:

Mr. J.A. de Jager De Wulp 28 1271

MASSERU-VERZORGER:

A. Straik Van Roekstraat 44 05480

STORTKRUISINGEN:

mevr. Pool De Patrijs 4 1664

JEUGDSECRETARIS:

J. v.h. Laar	De Putter 44	2876
J. Abbink	De Voelassen 111	3009
H. Schonewille	Greflenweg 1	3442
G. Veldhof	Petersburgstr. 3	2407
G.F. Hindriks	De Silvermeene 28	2379
E. Bekel	Geesterenseweg 26	2709

TEL.:

REDAKTIE-ADRESSEN:

E. Bekel	Geesterenseweg 26
Mevr. Kobus	Begherstraat 30, 1048
Mevr. Inent	Vondelstraat 22, 2901

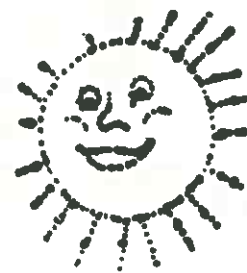
TELEFOON CLERKEN:

1877

De verantwoordelijkheid voor de artikelen berust volledig bij de schrijver. Niet ondertekende artikelen worden niet gepubliceerd. De redactie heeft het recht bijdragen te bekorten of niet te plaatsen.



# HAAL DE ZON IN UW KEUKEN



**met 'n fris vrolijk keukenblok**

in diverse frisse kleurtjes en uitgevoerd in zware kunststof, met  
bijpassende bladen in roestvrijstaal of kunststof duropal.

TEVENS GROTE KOLLEKTIE

## luxe **AANBOUWKEUKENS**

in kunststof of hout, van modern tot rustiek in kleuren van wit tot zwart.

Breng een vrijblijvend bezoek  
aan onze showroom  
voor een deskundig advies  
voor een eerlijke prijs  
voor een betere service

Koop uw keuken bij een vertrouwd adres



**v.d. Bosch**



**Beton\* Bouwmaterialen b.v.**

Hoofdkantoor en showroom te Vriezenveen, Hammerweg 11  
Geopend van 9 tot 6 uur - Zaterdags van 9 tot 12 uur.  
Of maak een afspraak voor 's avonds.  
Telefoon (05499) 1285-1638



**BENT U AL LID VAN DE**

**SUPPORTERSVERENIGING**

**DETO?**





**VOERKNECHT VRIEZENVEEN B.V.**

RADIO - TV - VIDEO  
SANITAIR  
ELEKTRA  
VERWARMING

Westeinde 161 - Vriezenveen  
Tel. 05499 - 2929

# -Jeugdsparen.

## Sneltreinsparen

## Jumbosparen

## Zilvervlootsparen

Westeinde 272  
Tel. 2305

**NMB**  
NEDERLANDSCHE MIDDENSTANDSBANK

VOOR KWALITEIT  
**HEMMER BETON**

VRIEZENVEEN - HARDENBERG  
Tel. 05499-1220 - Tel. 05232-2679

Voor al Uw  
BLOEMWERKEN  
kunt U het voordeligst terecht bij  
BLOEMENHAL

„De Lelie”

Alles rechtstreeks  
van de veiling.

Westerhaar  
De Krim  
Dedemsvaart  
Vriezenveen

TRUWPLANNEN ? EEN EXCLUSIEVE  
REPORTAGE  
IN KLEUR !

*bespreek vroegtijdig  
bij*

FOTO

**Leo SMELT**

UW  
SPECIAALZAAK

Westeinde 85, Vriezenveen  
Tel. 12 44  
Voorstraat 1, Hardenberg,  
Tel. 23 11

**Autobedrijf  
Stegehuis**

VERZETSTRAAT 7 - TELEFOON 1828

Koopt  
uw  
Staats-  
loten  
bij



**Mevr. J.F.G. Bos-Huzink**

Oude Hoevenweg 92  
Tel. 05491-258

Vriezenveen  
Giro 1619695

## Metaalveredelings- bedrijven



# COES b.v.



## Voor alle duurzame Staal-behandelingen !

# arendshorst

SCHILDERS

Voor al uw glas- en schilderwerk

Nijverheidsweg 2  
Vriezenveen  
Tel. 05499-1640



# Het achtste elftal

Na de oefenperiode, met wisselende resultaten, begon op 8 september ook voor Deto 8 de competitie.

8 september 1984 kloosterhaar 4 - Deto 8 10 - 2

Er moest in Kloosterhaar tegen het vierde elftal van de plaatselijke club worden aangetreden. Na een redelijke start werd na een kwartier duidelijk dat Kloosterhaar voor ons te sterk was. De Ruststand was dan ook 9-0. Na rust bleef Kloosterhaar aanvallen en pas bij 8-0 werd door Eppie Jansen tegen gescoord. Een kwartier voor tijd was de eindstand al bereikt 10-2,; het tweede Deto-doelpunt werd wederom door Eppie gemaakt uit een keihard genomen vrije schop van vlak buiten het strafschoop gebied.

15 september 1984 Vroomshoopse Boys 6 - Deto 8 6 - 3

In de tweede wedstrijd werd er een stuk beter gespeeld, beide ploegen waren goed aan elkaar gewaagd en met een stand van 1-2 werd gerust. Het Deto-doelpunt werd gemaakt door Gert-Jan Huisstede, die na rust ook de in-middels opgelopen achterstand verkleinde tot 2-3. Nadat de Boys op 2-4 waren gekomen ging Deto fel in de aanval en wisten we de stand op te halen tot 3-4 door een doelpunt van Marinus Hilberink. Vijf minuten voor tijd werd de wedstrijd door een misverstand in de verdediging verloren 3-5 en nog geen twee minuten later 3-6 terwijl er genoeg kansen waren om uit de wedstrijd een gelijk spel te halen.

22 september 1984 Vesos 5 - Deto 8 7 - 2

Door afwezigheid van onze keeper Maneschijn werd het doel verdedigd door Marinus Hilberink, die het vooral in de eerste minuten erg moeilijk had en waarin Vesos dan ook tweemaal kon scoren. Deze achterstand werd door Arjan Teunis tot 2-1 verkleind en Deto bood goed tegenstand tegen het sterkere Vesos. Fouten en misverstanden waarover verder niet gesproken brachten de ruststand op 5-1. Na rust keepte Marinus zekerder en de verdediging verzette zich fel, maar kon ondanks dit niet voorkomen dat de achterstand opliep tot 7-1. Door een benutte strafschoop van Jan Rijzer werd de uiteindelijke eindstand van 7 - 2 bereikt.

29 september 1984 Deto 8 - ASV 4 4 - 3

Deze wedstrijd bracht onze eerste overwinning. In een goede eerste helft werd hiervoor de basis gelegd. Met gastkeeper Erik Stegeman kon een achterstand niet voorkomen worden. Direkt na dit doelpunt werd de aanval op ASV geopend en Eppie Jansen maakte uit een strafschoop gelijk. Nu brak een sterke periode van ons aan; binnen drie minuten werden evenzoveel doelpunten gemaakt, 2-1 Ben Meulenbeld, 3-1 Wim Heino en 4-1 Arjan Teunis. Dit was tevens de ruststand. Na rust liet Deto zich terug zakken en kwam daardoor snodt bij de problemen. ASV kon terugkomen tot 4-3 mede door een ongelukkig doelpunt van Jan Aman. De eerste punten zijn binnen en de laatste plaats op de ranglijst wordt overgelaten aan ASV.

Jan Rijzer.

## Dankbetuiging

Langs deze weg willen wij het damesteam en leiders hartelijk bedanken voor de prachtige cadeaus die we hebben gekregen na de geboorte van onze zoons Jan-Peter en Mark.

Annette en Margriets Eikel.

# Hygiëne

## deel 2

### KLEDING

Elke tak van sport stelt zijn eigen eisen aan kleding en schoeisel. Uiteraard kan binnen dit bestek geen opsomming worden gegeven van welke kleding gekozen dient te worden voor elke tak van sport.

Toch is er een aantal ALGEMENE EISEN te noemen.

Algemeen gesteld kunnen we aan sportkleding twee functies onderscheiden:

- a. Kleding als lichaamsbedekking;
- b. Kleding waarvan de functie afhankelijk is van de tak van sport.

Kleding als lichaamsbedekking:

- Onderkleding: Onder het sportbroekje draagt men een slipje of een zwembroek van een stof, die gemakkelijk vocht opneemt. De onderkleding behoort een andere te zijn dan men voor de andere sportactiviteiten aan heeft en dient ook na het beëindigen van deze activiteiten verwisseld te worden. Onderkleding mag niet knellen.
- Boven het ondergoed: draagt men sportkleding, die het zweet gemakkelijk kan opnemen. Het best kan men daarom kleding van katoen dragen. Tijdens inspanning gaat men zweten, waarbij de kleding vochtig wordt. Bij vochtige kleding wordt de warmte sneller afgevoerd, bij warm weer is het noodzakelijk dat warmte snel wordt afgevoerd, anders zou een te hoge lichaamstemperatuur ontstaan. Bij koud weer bestaat het gevaar van te snelle afkoeling waardoor de kans op ziekte groter wordt. Om dit te vermijden moet men bij lage buitentemperatuur - indien mogelijk - een trainingspak dragen of, als dat niet mogelijk is er voor zorgen in beweging te blijven. Vooral voor jeugdigen is het lange tijd zonder voldoende bovenkleding stilstaan schadelijk.
- De kleding mag niet knellen; , omdat door knellen een goede doorbloeding van de huid en spieren wordt belemmerd. Op plaatsen, waar elastiek in de kleding is verwerkt, moet men opletten, dat dit elastiek niet strak zit. Knellende kleding hindert ook het normale bewegingspatroon.
- De kousen : verdienen aparte aandacht. Kousen mogen niet door elastiek worden opgehouden. De doorbloeding van de huid, maar in dit geval in het bijzonder de doorbloeding van de kuitspieren, wordt dan ernstig belemmerd, waardoor nogal eens kramp optreedt. Kousen moeten dan ook worden opgehouden met b.v. veterbandjes. De voeten van de kousen moeten goed passend om de voeten zitten en geen stoppen of gaten bevatten, omdat men anders op een onregelmatig oppervlak loopt, waardoor de kans groot is, dat er blaren ontstaan. Omdat ook de kousen goed vocht moeten opnemen, moeten ze van katoen of wol zijn gemaakt.



- Schoenen : mogen niet knellen, maar ook beslist niet te wijd zitten. Te wijde schoenen geven de voeten onvoldoende steun, waardoor de kans op blessures van de enkel- en voetgewrichten aanmerkelijk toeneemt (verstuingen). Ook kunnen te wijde schoenen blaren, wonden of blauwe nagels veroorzaken. De schoenen moeten soepel zijn. Zijn ze te stug, dan wordt de voet belemmerd in zijn beweging en worden ook de beenspieren overbelast; er kunnen zelfs rugklachten uit ontstaan. Belangrijk is dat de schoenen niet te ver zijn uitgelopen en dat de hakken niet te veel aan één zijde zijn afgesleten. Hierdoor komen de voeten steeds schuiner op de ondergrond te staan, waardoor de voeten, knieën en de rug veel zwaarder worden belast dan noodzakelijk is. Voor schoenen is van groot belang, dat de greep op de grond goed is; dat geldt zowel voor zaal- als voor veldsporten. Aandacht voor de goede hoogte van de noppen onder de schoenen is geboden. Foutieve nophoogte kan het ontstaan van gewrichtletsel in de hand werken.
- Beschermede kledij: Bij sporten, waar men op ongelukkige wijze in contact kan komen met harde sportartikelen (hockey, honkbal, voetbal e.d.) kunnen ernstige verwondingen ontstaan, indien men hier tegen niet de gewenste maatregelen heeft genomen. Dit is in de praktijk vooral belangrijk bij het "zo maar even spelen", "het zo maar even inslaan" en "het zo maar even intrappen", waarbij iemand zonder scheenbeschermers, kniestukken e.d. maar even voor keeper speelt bij hockey of voetbal.
- Slijtage kledingstukken: Sommige kledingstukken kunnen, indien er harde materialen in zijn verwerkt, bij verregaande slijtage verwondingen veroorzaken in een contact met andere spelers. Ringen e.d. moeten worden afgedaan en een bril moet worden aangepast aan de sportbeoefening; zo moet bijvoorbeeld worden gelet op versleten noppen van veldschoenen, waardoor spijkers uitsteken, slijtranden gevaarlijk kunnen uitsteken. Men wordt dan ook aangeraden met veldschoenen niet te lopen op harde ondergrond zoals tegels, stenen of asfalt. Veldschoenen dient men niet af te kloppen tegen muren, maar schoon te maken met een harde borstel.

Overgenomen uit de hand-  
leiding  
Algemene Basis Opleiding  
Sport.

Jan ter Braak.

U behaalt steeds meer winstpunten

OOK VOOR  
UW  
FAMILIE-  
DRUKWERKEN

met drukwerk in boekdruk of offset  
van **DRUKKERIJ BOSWINKEL**

Vriezenveen. Westeinde 583, tel. 1232

VOOR EEN GESLAAGDE DROPPING.

Moet u bij café

**B.J. Waayer** zijn.

Hardenbergerweg 164, Langeveen  
tel. 05491-260



**REPARATIE ONDERDELENCENTRUM  
MEULENBELD**



- onderdelen voor wasautomaat, koelkast, electr. huish. app.
- Radio en T.V.
- Installatie materiaal voor vakman en doe-het-zelver.
- Videofilm verhuur.

WESTEINDE 69 — VRIEZENVEEN — TEL. 05499-1802

**Aquarium liefhebbers**

Voor al uw tropische vissen, planten en  
aquariumbenodigdheden naar:

**R. KLOMP**

Oosteinde 159 - Vriezenveen.  3003

**Sportvrienden**

voor al uw kado's  
natuurlijk naar:

**KADOSHOP SPIT**

Westeinde 268 - Vriezenveen  
Tel. 05499 - 1214

voor een naaimachine naar **NAAIMACHINE HANDWERKHUIS**

**EKKEL**

diverse soorten o.a. Bernina-Elna-Lewenstein enz. Sterna garantie service!  
Vakkundige reparaties zowel Huishoud- en Industriemachines.  
Tevens het adres voor Wol/Handwerkpakketten en div. klein vakartikelen.

Westeinde 409 - Vriezenveen - tel. 1420

**JOOP MULDER**  
**4 = 6 ZELFBEDIENING**

Het adres voor al uw levensmiddelen

Westeinde 281, Vriezenveen  
tel. 1381 - 2842

ook voor levensmiddelen of fruitmanden.

**AANNEMERSBEDRIJF**

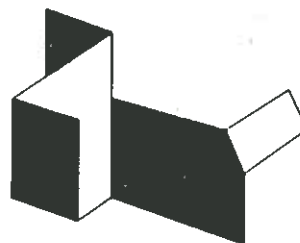
**BRAMER** bv

„voor al Uw bouwwerken“

**VRIEZENVEEN GEESTEREN**

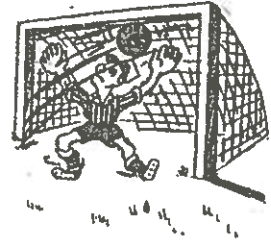
Almeloseweg 36 Haarbrinksweg 33  
Tel. 05499-2555 Tel. 05492-1215

ons  
beeldmerk  
kunt u overal  
tegenkomen in het  
hele land...  
ons kunt u vinden  
op 05499-2145



Hegeman bouw

Boslandweg 2-4  
7671 RL VRIEZENVEEN



## DETO C 2

8 september 1984 Deto C 2 - Luctor C 2 5 - 2

Een betere start van deze eerste competitiewedstrijd hadden wij ons niet kunnen wensen.

Al in de eerste minuut stonden we met 1-0 voor door een doelpunt van Bart Bos. Wij bouwden de voorsprong nog voor de rust uit tot 5-0. Doelpuntenmakers: Roy ter Halle, Ferdinand Borsje (2x) en Bart de Lange (uit een strafschoep). Na de rust vatten wij het iets te gemakkelijk op, zodat Luctor nog twee keer kon tegen scoren. Eindstand dus 5-2 en de eerste competitiepunten waren binnen.

15 september 1984 Den Ham C 2 - Deto C 2 0 - 1

Ook hier werd door ons al in de eerste minuut gescoord door Patrick Oost. Dit was tevens de ruststand.

Na de rust werd de voorsprong met man en macht verdedigd. Dit lukte ons met veel moeite en wij gingen met twee kostbare puntjes naar huis.

22 september 1984 Omhoog C 2 - Deto C 2 0 - 2

In deze uitstekende voetbalwedstrijd kwamen wij na ongeveer een kwartier spelen op een 1-0 voorsprong door een doelpunt van Ferdinand Borsje. Na nog enkele kansen gemist te hebben gingen wij de rust in met een 1-0 voorsprong. Ons uitstekend voetbalspel werd na de rust niet zo duidelijk in doelpunten omgezet. Wel werd er een kwartier voor tijd een doelpunt gemaakt door Patrick Oost, zodat de eindstand 2-0 werd. Wij gingen weer met twee punten huiswaarts. Door deze overwinning kwamen wij op een gedeelde eerste plaats terecht, samen met SVZW.

29 september 1984 Deto C 2 - Stevo C 2 2 - 1

Aangezien wij drie zieke spelers thuis moesten laten moesten wij deze wedstrijd beginnen met tien man. Desondanks kwamen wij na vijf minuten spelen op een 1-0 voorsprong door een doelpunt van André v.d. Kolk. Vijf minuten later was het weer raak. Dit keer door een doelpunt van Bart de Lange (uit een strafschoep). Na ongeveer 20 minuten spelen kwam Bert Jan Vos van C 1 ons versterken, zodat we met elf man verder konden. Er werd voor de rust niet meer gescoord. Na de rust een veel sterker Deto dat maar moeilijk tot het maken van doelpunten kwam. Wel viel er aan de andere kant een doelpunt, door een "onnodige" handsbal van Bart de Lange in het strafschoepgebied, zodat Stevo door een strafschoep alsnog terug kwam in de wedstrijd. Gescoord werd er niet meer, zodat wij weer twee puntjes aan ons totaal konden toevoegen.

Henk Smelt.

.....

**KOOPT**

**BIJ ONZE**

**ADVERTEERDERS**



# DETO A 2

15 september 1984 Dos A 2 - Deto A 2 2 - 2

Het was onze eerste competitiewedstrijd en dan direct al tegen Dos. Iedereen had er zin in en we begonnen de wedstrijd met goede moed. In de eerste helft waren beide ploegen ongeveer even sterk. De ruststand was dan ook 0 - 0 . In de rust kregen we naast de thee ook nog wat aanwijzingen van invallende leider Jan Bruins. In het begin van de tweede helft waren wij sterker en dat leverde dan ook een doelpunt op. Gescoord werd door Berno Vos. In ongeveer de zeventigste minuut van de wedstrijd kregen wij het moeilijk en werd ons voetbalniveau lager. Dos werd wat sterker. Dit leverde Dos twee doelpunten op. In de laatste tien minuten werd het door een kopbal van Wim Kunst nog 2 - 2 .

22 september 1984 Luctor A 2 - Deto A 2 1 - 2

We begonnen deze wedstrijd met veel moed en wilskracht. Na ongeveer twintig minuten gespeeld te hebben kwamen wij op voorsprong door een doelpunt van Rudy Tienstra en na ongeveer vijfendertig minuten werd de wedstrijd gestaakt door de scheidsrechter omdat het regende. Na de regen hebben we toch maar doorgevoetbald. Direkt na de scheidsrechtersbal kregen de Almeloërs een vrije trap net buiten de zestien en die werd door hen ook benut. De tweede helft ging minder goed, maar toch werd er van onze kant nog een doelpunt gemaakt eveneens door Rudy Tienstra.

29 september 1984 Deto A 2 - Voorwaarts A 2 2 - 6

Voorwaarts is altijd een zware tegenstander om tegen te voetballen en het is meestal dan ook wel een harde wedstrijd. Dit keer echter liep het anders. De eerste twintig minuten waren wel voor ons. Wij kwamen danook op een voorsprong van 2 - 0 door doelpunten van Mark Wolterink en Berno Vos. Daarna zakten wij terug, er lukte niets meer en alles ging mis. Er werd te veel gepraat! In het hele elftal was de concentratie en de organisatie weg waardoor Voorwaarts dan ook verdiend gewonnen heeft met de ruime zege van 2 - 6 .

6 oktober 1984 O N A 3 - Deto A 2 2 - 2

We zagen tegen deze wedstrijd op omdat ook O N altijd een moeilijke tegenstander is, maar dat viel deze wedstrijd allemaal nog wel mee. Het ging gelijk op en dat bleek ook uit de eindstand: 2-2. De doelpunten van onze kant kwamen alle twee van Rudy Tienstra.

-----  
Tussenstand topscoorders A 2:

- |                              |              |
|------------------------------|--------------|
| 1. Rudy Tienstra             | 5 doelpunten |
| 2. Berno Vos                 | 2 doelpunten |
| 3. Wim Kunst                 | 1 doelpunt   |
| Mark Wolterink               | 1 doelpunt   |
| Arjan Nijen-Twilhaar ( A 1 ) | 1 doelpunt   |

Henri Netters.

-----

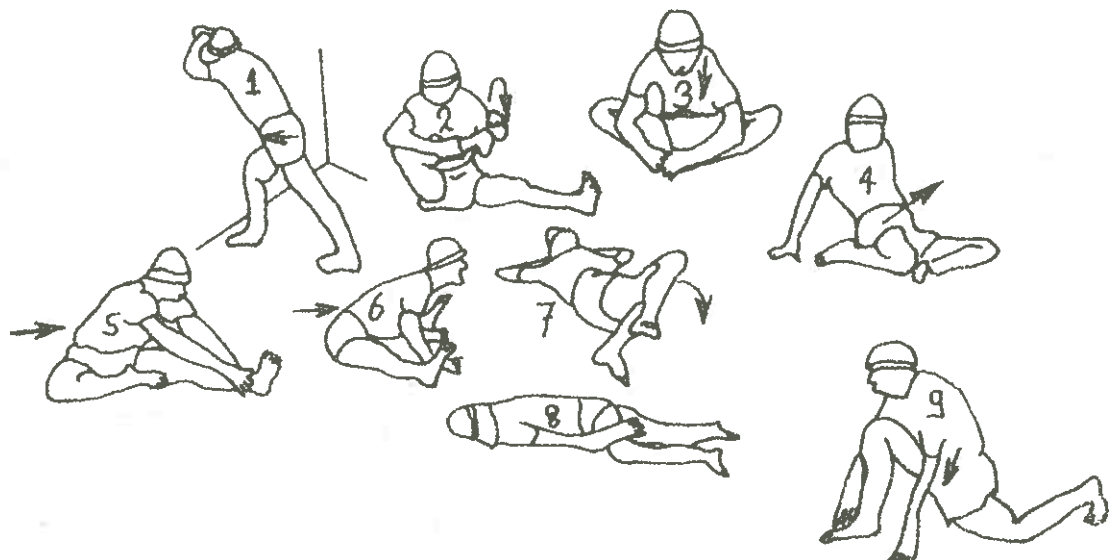
# Rekoefeningen

door Hennie Wijbenga

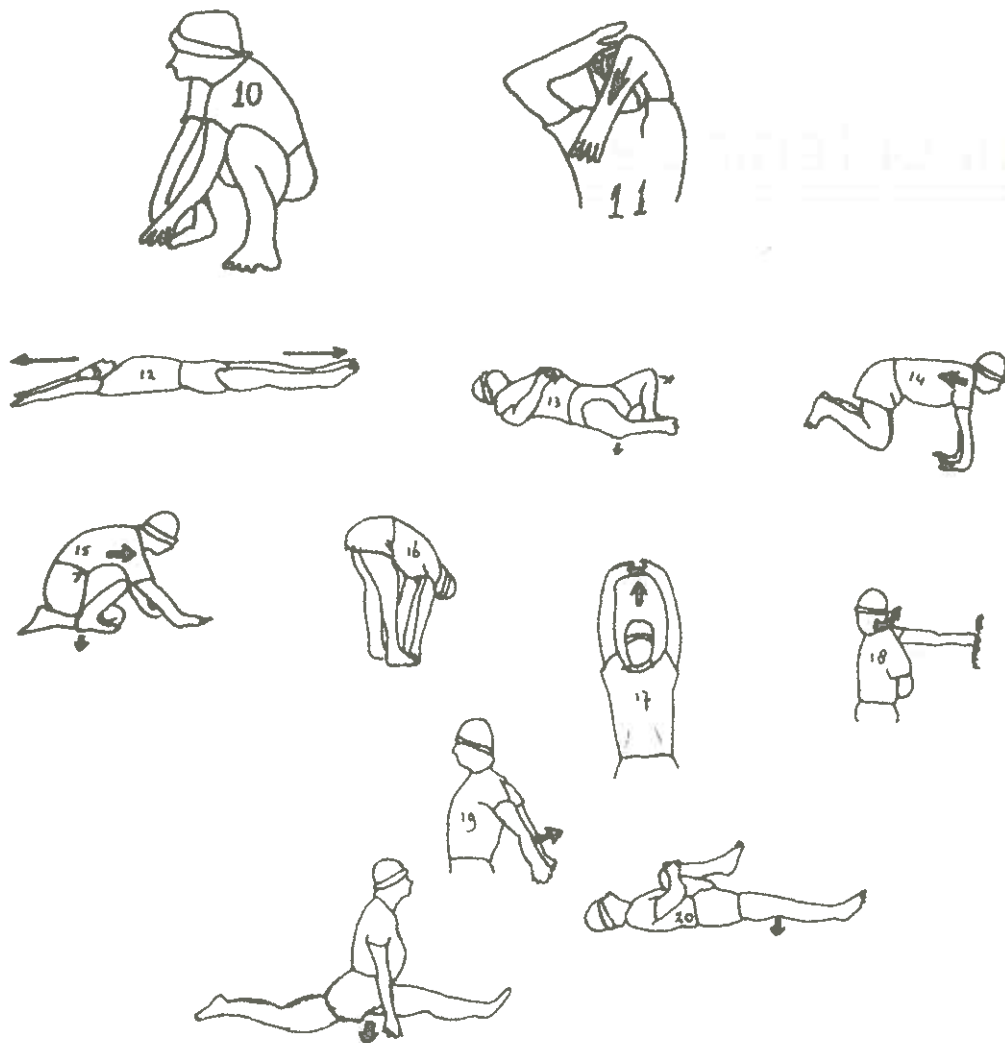
Zo nu en dan zie je tijdens trainingen en warming-ups voetballers in ingewikkelde standjes op de grond liggen of bezig een doelpaal om te duwen. Tijdens de warming-up enkele weken geleden kreeg ik ook allerlei opmerkingen hierover toen er door mij ook enkele van deze oefeningen werden gedaan. De desbetreffende voetballers kunnen het redden zich warm te maken door elkaar zachtjes de bal toe te spelen of de keeper ondersteboven te knallen. Wat is de bedoeling van deze oefeningen? Men probeert de spieren te rekken, met het doel het spierstelsel zo optimaal mogelijk in te stellen ten aanzien van de gewrichten van benen, armen en romp voor de extra belasting die een wedstrijd of training met zich meebrengt.

Aangezien ik weinig af weet van de anatomische en fysiologische achtergronden ga ik hier maar niet verder op in.

Via een trainer van een atletiek vereniging heb ik de belangrijkheid van deze oefeningen ingezien. Volgens hem moet je maar aannemen, dat het merendeel van de spieren de neiging heeft tot verkorting. Deze verkorting geeft aanleiding tot een te hoge basisspanning van de spier wat vaak weer een matige doorbloeding tot gevolg heeft. Wanneer je nu een aantal rekkingen in een redelijk tempo uitvoert, betekend dit al een vorm van een warming-up en zal als zodanig meehelpen ter voorkoming van blessures en ter verbetering van je prestaties. Ter verduidelijking geeft hij een voorbeeld: - Een spier verbindt twee of meerdere botstukken aan elkaar, waarbij hij tevens één, twee of meerdere gewrichten moet overbruggen. Denk eens aan een ketting van een fiets, die je vergelijkbaar kunt stellen met een spier en de beide assen met twee gewrichten. - Als je ketting strak gespannen staat betekend dit dat je je bijna wezenloos trapt met beschadiging (slijtage) van ketting en vervorming van de assen of tandwielen. Aan de hand van de volgende voorbeelden zien we welke rekkingen je het beste kunt doen. De pijltjes geven de bewegingsrichting aan.







De uitvoering:

 n.b. alleen voor heren boven de 35

- lichte rek:

breng de betrokken spieren 10 tot 30 tellen op rek tot je een lichte spanning voelt - **NOGIT VEREN**;  
 ontspan de rest van je lichaam;  
 rek aanhouden tot het spanningsgevoel gaat afnemen;  
 is dit niet het geval dan nieuwe stand met verminderde spanning opzoeken;  
 dit drie tot vijf keer herhalen;

-toenemende rek:

zelfde situatie en houding als bij de lichte rek;  
 ga nu een klein stukje verder, m.a.w. vergroot het spanningsgevoel;  
 spanning tien tot 30 seconden aanhouden;  
 rest van lichaam ontspannen;  
 ter voorbereiding is drie tot vijf keer voldoende.

-maximale rek:

zelfde uitvoering als punt 2. maar nu probeer je het spanningsgevoel tot een maximum op te voeren.

De figuren 12 tot en met 21 zijn wat minder belangrijk, doch zij kunnen individueel nuttig zijn, hetgeen je zelf moet ervaren door ze een keer te doen.

Bezoek de trainingen!

# Fa. R.H. Nijland

## Kroon Supermarkt

Het juiste adres voor al uw  
**LEVENS MIDDELEN!**



Manitobaplein 2 · Vriezenveen · Tel. 05499-1404

## Fabrieksverkoop van betere meubelen

Directe verkoop meubelen aan particulieren  
Meer dan 3000 m<sup>2</sup> toonruimte tegen speciale prijzen

Geopend: donderdag van 9 tot 9 uur (koopavond)  
Vrijdag en zaterdag van 9 tot 5 uur in de fabriekshal van v/h Jansen & Tilanus, Kanaalweg Noord te Vriezenveen.

**LÖWIK EN ZN. MEUBELN VRIEZENVEEN**



Haring als zalm  
Hou je maar kalm

## Vishal Stegehuis

Dijkstraat 24 (bij de tunnel) Almelo  
tel. 05490 - 15459

ZATERDAG's MANITOBAPLEIN  
WOENSDAG's WESTEINDE (bij de brug)



## Nieuwbouw

- › VERBOUW van alle
- › METSEL en timmerwerken

## G.E. van't LAAR

Oosteinde 171, Vriezenveen  
Telefoon 05499 - 1526

## LEEMANS Transportbedrijf

handel in zand en grind  
en containervervoer

OOSTEINDE 115 - VRIEZENVEEN

TEL. 05499 - 1207

NA SPORT EN SPEL SMAAKT  
EEN HARTIG HAPJE WEL!

Manitobaplein 2a  
Vriezenveen  
Telefoon 1935



Voor vakkundige voetverzorging  
naar:

**G.H. Webbink - Wenker**  
GROENLING 23, VRIEZENVEEN

 05499-2589

Gedipl. Chiropodiste-Pedicure.

Ruime sortering in behang - uit voorraad leverbaar.  
Voor al uw buitenschilderwerk Allihol houtveredeling  
en Wijzonol. Allebei leverbaar in transparant en in  
dekkend.  
Verder alle soorten schildersbenodigdheden voor de  
doe-het-zelver.

**AMAN's**

schildersbedrijf  
Geesterenseweg 1  
Tel. 1777

## SKEETBAAN "TWENTHE"

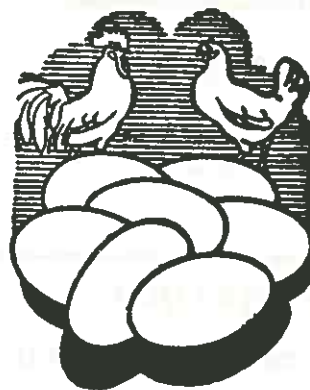
Nu ook kegelcentrum (2 banen)

J. Spalink, Koelenbeekweg 10  
Geesteren - tel. 05491 - 338

Trapbaan met 15 machines en 2  
skeetbanen.

openings- \* dinsdag  
tijden: \* donderdag } 12.00-  
\* vrijdag } 18.00 u.  
\* zaterdag }

Tevens jachtopleidingsinstructies.  
's zaterdags van 10.00 tot 14.00 u.  
en volgens afspraak. Instructeur  
aanwezig.



Voor verse  
bruine  
eieren

natuurlijk naar:

**Pluimveebedrijf WAANDERS**

Schout Doddestraat 17 - telefoon 05499 - 1969

## vishandel "frits smoes"

Begherstr 34,  
Tel. 05499-4457

Iedere zaterdagmiddag bij het filiaal  
landbouwbank op het oosteinde  
van 12.00 tot 18.00 uur

Voor al Uw snacks groot  
en klein moet U natuurlijk bij  
"de inkoop" zijn

Westeinde 351, Vriezenveen  
Tel. 05499-1892

SPUIT- EN MOFFELBEDRIJF

## G. Aalderink en Zn. b.v.

Uw adres voor:

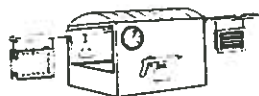
Oppervlaktebehandeling  
o.a. Fosfateren.

Chromateren, Spuiten en  
Moffelen

Ook alle soorten

Aluminium.

Speciale Autosputcabine



7676 SV Westerhaar.Schuineveg 8

TEL: 59125



## BLOEMSIERKUNST

## „La Bouquetterie“

Westeinde 555 - tel. 05499 - 2124 - Vriezenveen

## Dames- en Herenkapsalon



VOOR ELK GEWENST MODERN EN  
MODIEUS KAPSEL

Westeinde 276 - Vriezenveen - Telefoon 1443

## Heuver laat u zuiniger rijden!



De  
vakman  
voor:

- BANDEN
- ACCU'S
- UTLATEN
- SCHOKDEMPERS

Speciale meeneemprijzen  
voor de doe-het-zelver

Gratis controleren  
en adviseren

Zuiniger autorijden begint bij:

## Heuver

uw bandenvakman  
voor veiliger  
en zuiniger  
rijden!

Den Ham Dorpsstraat 49  
(Tel. 05495 1521)

Hardenberg Nieuwe Haven 31  
(Tel. 05232 2169)

Hoogeveen Industrieweg 42  
(Tel. 05280 63906)

openingstijden: van 8 tot 12 uur  
van 13 tot 17 15 uur. Zat. 8 tot 12 uur



## B. MOLLEN & ZN.

wekelijks gevraagd

**KWALITEITS-SLACHTVARKENS**

en

**BIGGEN**

Hardenberg, Postbus 71

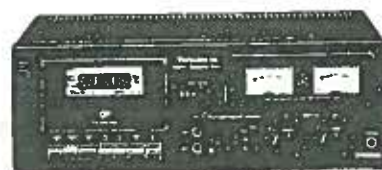
tel. 05232-62335, b.g.g. 63541  
telex 36181

I  
M  
P  
O  
R  
T  
E  
X  
P  
O  
R  
T

## STEREO APPARATUUR

voor ieders knip....

**Herman Mollen**  
Kanaalweg noord Vriezenveen



## van de SUPPORTERSVERENIGING

Namens de Bouwcommissie zeggen wij onderstaande bedrijven en particulieren hartelijk dank voor hun bijdragen ten behoeve van onze nieuwe overdekte zittribune:

### Uit Vriezenveent

Abbink's Zaadhandel,	De Zilvermeeuw 20.
Algemene Bank Nederland,	Manitobaplein 4.
Diercnarts J. Alma,	Nett. Potstraat 28.
Aman's Snoephandel,	Dunantstraat 40.
Arendshorst Schilders,	Nijverheidsweg 2.
AMRO-BANK,	Petersburgstraat 4.
Drukkerij Boswinkel,	Westeinde 581.
Café "De Piep'n,	Oosteinde 31.
Assurantiekantoor Buddenberg en Kobes,	Grensweg 11.
Bouwmaterialen v.d. Bosch,	Hammerweg 11.
Garagebedrijf Benërink,	Weitzelweg 1.
Zonneweringsindustrie "Vriezenveen",	Weitzelweg 2.
Bakker Huishoudtotaal,	Geesterenseweg 22.
Bondspaarbank,	Westeinde 34a.
Bloemsielkunst "La Bouquetterie"	Westeinde 555.
Brandstoffenhandel Brucink,	De Watersnip 10.
Aannemersbedrijf Bremer b.v.,	Almeloseweg 36.
Roelofs C 1000 Voordeelmarkt b.v.	Krijgerstraat 74.
Slagerij Dasselaar,	Oosteinde 207.
Eshuis Bouwmaterialen,	Oosteinde 36.
De Gloepe Tuinmeubelen,	Verzetstraat
Aannemersbedrijf Hegeman b.v.,	Boslandweg 4.
Drankenhandel J. Höffte,	Westeinde 32.
Camping "Het Berkenven",	Oude Hoovenweg 94.
Interdruk Nederland b.v.,	Oosteinde 55.
Café-Restaurant Koebrugge,	Oosteinde 18.
Kl. Achamer Kleding,	Westeinde 304.
Kobes-Plastics,	Nijverheidsweg 9.
Rijwielhandel Kleinhalle,	Oosteinde 298.
Mezervlechtersbedrijf Kiers,	Weitzelweg 6.
Meubel en Tapijtenhandel Löwik en Zn,	Oosteinde 350.
Bloemenhuis "De Lelie",	Westeinde 19.
Aannemersbedrijf G. van het Laar,	Oosteinde 171.

Reklamespuitbedrijf Morsink,  
Handelsonderneming Mollen,  
Metaalwarenindustrie van Moort,  
IJzerhandel Nijkamp,  
Cash en Carry M. Pape,  
Potgrondbedrijf "De Arend",  
J. Post,  
RAEO-BANK,  
Rij-Verkeersschool Rohof,  
Aannemersbedrijf Roelofsen,  
Dakdekkersbedrijf Solied,  
Garagebedrijf Schipper,  
Administratiekantoor Stegeman,  
Technisch Bureau Voerknecht,  
Schoenhandel Webbink,  
Café "Het wapen van Vriezenveen",  
Aannemersbedrijf Webbink,  
Michers-Metaal b.v.,  
Hotel-Café Zandwijk,

Uit Almelo:

Bouwman Groothandel in Suikerwerken,  
Glashandel Cellie,  
Lampen en Metaalhandel Calot,  
Horecagroothandel Goossen,  
Transport-Kontainerbedrijf Grobben b.v.,  
Opel-dealer Kamp,  
Natuursteenindustrie Lamers,  
Tankstation Lenters,  
Ijzervederkingindustrie Meintema,  
Sportspecialzaak G. v.d. Riet,  
Vishandel Stegehuis,  
Ford -dealer Schiphorst,  
Bar-Discotheek "Manhattan"

Uit Langeveen:

Café Schuurman,  
Café B.J. Waayer (Hinneken)  
Café-Restaurant Waayer,

Bedrijfsweg 1.  
Kanaalweg Noord 10.  
Westeinde 632.  
Westeinde 73.  
Oosteinde 190.  
Paterswal 9.  
Oosteinde 349.  
Manitobaplein 5.  
Verzetstraat 72.  
Oosteinde 243.  
Bedrijfsweg 14.  
Bedrijfsweg 9.  
Westeinde 508.  
Westeinde 161.  
Oosteinde 90.  
Westeinde 6.  
Oosteinde 373.  
Verzetstraat 65.  
Kanaalweg Zuid 1.

G. Flinkstraat 24.  
Nieuwstraat 152.  
Slachthuisakade 32.  
Bornesestraat 161.  
J.v.d. Hoopweg 8.  
Weezebeeksingel 4.  
Plesmanweg 29.  
Plesmanweg 32.  
v.d. Hoopweg 5.  
Grotestraat 209.  
Dijkstraat 24 a.  
Sluiskade n.z. 37.  
Holtjesstraat 23.

Hardenbergerweg 215.  
Hardenbergerweg 164.  
Hardenbergerweg 275.



Uit Geesteren:

Kousenindustrie Ten Cate,  
Bouwmat.-Betonindustrie J.D. Huzink b.v.  
Kappersbedrijf Lenferink,  
Paardenhandel Maathuis,  
Varkenshandel G. Reekers,  
Schiet en Kegelcentrum Spalink,  
Café Steggink,  
Café Warmelink,

Langeveenseweg 55.  
Breemhaarsweg 6.  
Dorpsstraat 33.  
Dorpsstraat 1.  
Vriezenveenseweg 52.  
Koelenbeekweg 10.  
Dorpsstraat 31.  
Dorpsstraat 62.

Uit Borne:

Steenhouwerij Boers en ZB.,

Tichelkamp weg 69.

Uit Hoge Hexel:

Café-Restaurant Braakman,

Bekkenhaarsweg 28.

Uit Maria-Parochie:

Bouwbedrijf Groothuis b.v.

Ootmarsumseweg 12a.

Uit Den Ham/Hardenberg:

Mazda-dealer Zandman,

Voorstraat 17

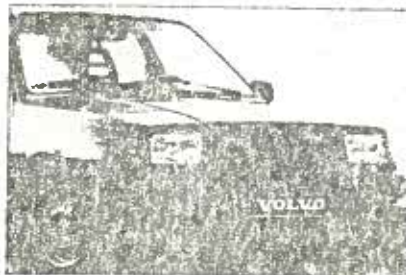
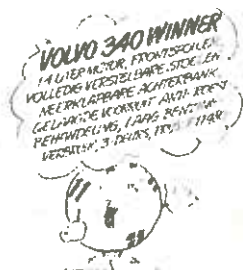
## NIEUWE T.V.-SHOW NIEUWE PRESENTATOR NIEUWE GRATIS EXTRA PRIJZEN

Speel mee en kijk donderdagavond 25 oktober a.s. om 20.25 uur naar TV. Nederland 2, want dan start de eerste van de nieuwe serie Mid-Lotto Shows. Met een compleet nieuw spelprogramma spannend en sportief.

Met een nieuwe presentator: - introductie

overbodig - Johnny Kraaykamp jr.

Kortom, 70 minuten top-amusement, waarin de trekking van de Mid-Lotto centraal staat. En ook nieuwe gratis extra prijzen: dit keer de superluxe Volvo-Winner\*, en verder geldprijzen van f 250,- en f 25,-.



# DETO 4



De in de volksmond ook wel genoemde "Heyink-elf" begon op 8 september aan de competitie, na een aantal oefenwedstrijden die met wisselend succes werden gestreden. Een groot aantal "nieuwe" spelers moeten samen met de enkele uitverkorenen van het vorig jaar de prestaties leveren. We zijn n.l. een "prestatie-elftal", zo is ons gezegd, maar welk elftal is dat dan niet? In ieder geval beginnen we in mooie nieuwe shirts, waarvoor dank namens vrouwen en kinderen, aan de eerste competitie-wedstrijd.

8 september 1984      Enter-V. 3 - Deto 4      1 - 1

Qua spel valt het wat tegen, want Enter zit er stevig op. Toch komen we op 0-1 door onze gastspeler Theo Boers. Als Gerrit Oelen de bal met het borstje van de lijn haalt meent de scheidsrechter een handsbal te hebben gezien. Enter is blij met de strafs chop, die een gelijk spel oplevert. Gezien de krachtsverhouding is het ook wel een juiste uitslag.

15 september 1984      Deto 4 - Sp. Rijssen 2      1 - 1

Henk Hilberink en Harry Veldsing geblesseerd en Hans Aman zit in Duitsland om daar de economie weer op poten te helpen. Gelukkig is het derde elftal vrij. Een miraculeus doelpunt zet ons op achterstand en Harry v.d. Belt in het boekje. Hein Kerkdijk scoort echter voor de rust nog de gelijkmaker. Na rust spelen we een soort Engels voetbal, waarbij de tegenstander nauwelijks op onze helft komt, maar de tweede goal mag er schijnbaar niet in. Wel mag Gerrit Oelen erin, maar dan in het boekje. De beste man schrijft blijkbaar wel erg graag! Het blijft 1-1- al had er meer ingezet.

22 september 1984      Drienerlo 2 - Deto 4      2 - 5

Heel veel mensen gaan die dag naar de T.H.T., maar ze blijken niet voor ons maar voor de Open Dag te komen. Drienerlo scoort de eerste goal, maar Rudie Hemmer maakt er voor de rust nog 1-1 van. Hein Kerkdijk valt uit met een zere kaak (en echt niet van het praten) en Bennie Twiest komt er in. Hij scoort achter elkaar 1-2 en 1-3. Harry Veldsing, geheel hersteld, zorgt voor 1-4 en 1-5 en Drienerlo mag nog een keer tegen scoren. De uitslag van 2-5 zorgt voor een stuk optimisme in de ploeg. Slechts één speler is minder vrolijk!

29 september 1984      Deto 4 - Sp. Denekamp 2      5 - 2

De koploper op bezoek, dus we zijn gemotiveerd! Na vijf minuten is het al 1-0 door Hein Kerkdijk na een afstand schot van de goed spelende Gerrit Oelen. Een uitstekende combinatie wordt door Rudie Hemmer afgerond en we gaan rusten met een 2-0 voorsprong. Henk Hilberink krijgt weer last van z'n genotsspier en moet vervangen worden door Bennie Wessels. Sp. Denekamp na rust terug tot 2-2 via een twijfelachtige strafs chop en een doelpunt na "vermeend" buitenspel. Henk Westerhof brengt de ommekeer door vanaf twintig meter in de kruising te schieten. Ben Nijhuis en Rudie Hemmer maken nog 4-2 en 5-2. Een ruime overwinning dus.

Voorlopig doen we leuk mee met goed verzorgd voetbal. Alleen zullen we met elkaar de zelfbeheersing op moeten brengen om ons niet af te reageren op de scheidsrechter. Bedenk wel, dat het zonder deze mensen helemaal een puinhoop zou worden. Laten we dus blijven voetballen met elkaar! Alle gastspelers (Theo, Bennie, Jan, Rini, Alex, Bennie en Hans) nog bedankt en graag een keer tot wederdienst bereid.

(ter overdenking voor alle elftallen!! red.)

B.N.

## Heeft u schade aan uw auto?

Laat hem door ons vakkundig uitdeuken en spuiten.  
Gegarandeerd als nieuw !

NATUURLIJK BIJ DE VAKMAN

### H. KELDER

Bavesbeekweg 4, Vriezenveen, tel. 05499-4269



Tonnendijk 1  
VROOMSHOOP  
DEDEMSVAART

Voor al uw elektrische en  
sanitaire installatiewerken  
eerst aan BERKHOF  
denken.

**Technisch  
Installatie Bureau  
H. BERKHOF B.V.**

Telefoon 05498 - 2436  
*Elektrische  
huishoudelijke artikelen*

MAKELAARS- en ASSURANTIEBEDRIJF

### H. BRUNINK

Petersburgstraat 6 - Tel. 1596  
VRIEZENVEEN

- ☆ Bemiddeling bij koop en verkoop en  
taxaties van onroerende goederen;
- ☆ Verzekeringen, hypotheeken en financieringen.
- ☆ Vrijblijvend alle gewenste inlichtingen

## DROGISTERIJ HEUVER

Alle soorten eau de cologne en  
parfumeriën o. a.

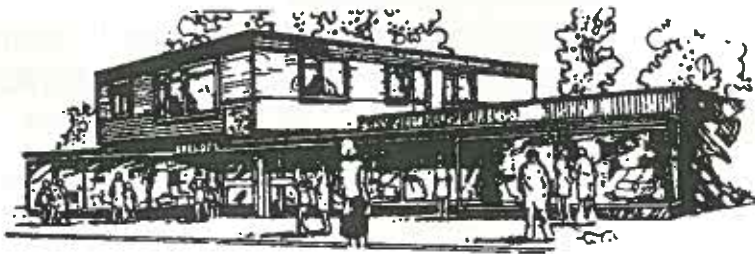
Tabac - Nonchalance - Suggestion

**Kasten                   Schaarhekken  
Keukens                 Schrootjes  
Aanbouwkeukens       enz.**

## DEKKER

West 537 - telefoon 1698

Tevens uw adres voor onderhoud en verbouw.



## ROELOFS

Interieurverzorging B.V.

Westeinde 103,  
Vriezenveen  
Tel. (05499) 1487



Voor kwaliteit, service en  
garantie voor uw

*Tel- of  
Schrijfmachines*

Kantoorboekhandel

### F. Boswinkel

Westeinde 581  
Vriezenveen



## J. A. Rohof & Zn.

SCHILDERSBEDRIJF  
Alli-hol houtbescherming  
Transparant / dekkend

Almloseweg 29  
Vriezenveen  
tel. 05499 - 1697

## VENEMANS ROGGEBROOD

Steeds uw  
tafelgenoot

voor vlees en kwaliteit van

- vleesschotels
  - koud buffet
  - hapjes schotel
  - barbecueschotel
- SLAGERIJ**

moet u bij **DASSELAAR** zijn

Oosteinde 207

*modehuis*

**vriezenveen**

# Kobes

**westeinde 400**

**Voor kwaliteit  
en service**



**SCHOENHANDEL  
WEBBINK**

Vriezenveen

Oosteinde 90



TECHNISCH - BURO

**HELAN b.v.**

INSTALLATEUR VAN ELEKTRA -, GAS -,  
WATER - EN C.V. INSTALLATIES

VRIEZENVEEN

TELEFOON 05499 - 2324

TWEEWIELERCENTRUM

**NIPHUIS & Zn.**

voor de betere merken: RIJWIELEN en BROMFIETSEN  
SPORTKLEDING, REGENKLEDING, ONDERDELEN, ACCESSOIRES  
enz.

Ook voor 100% service, garantie en reparaties  
(een bekend adres in Vriezenveen almeer dan 40 jr.)  
WESTEINDE 140 Vriezenveen Telefoon 1462

**Utiliteitsbouw  
Betonwerken  
Woningbouw  
Onderhoudswerken  
Houtbouw**



**Aannemingsbedrijf**

**De BLAAUW B.V.**

Westeinde 287  
VRIEZENVEEN  
Telefoon 05499-1327

Groothandel in  
Horeca - produkten

**H.G. GOOSSEN**

Bornsestraat 161, Almelo  
tel. 05490-12976



**Depôt voor Vriezenveen  
J. LUBBERS**

Tel. Den Ham 05495 - 2688  
Hal en bezorgen gratis!  
Eventueel brengen  
Grensweg 11

**Moderna Stomerij**

**Voor en na  
de wedstrijd  
gezellig bijeen ?**

*Kom dan naar het vertrouwde adres :*

*Café - Restaurant*

**ZANDWIJK**

★ Grote zaal voor bruiloften en partijen — Annex slijterij

Kanaalweg Zuid 1, Vriezenveen - tel. 1280

**SCHEPERS  
Touringcarbedrijf**

Voor al uw REIZEN in BINNEN- en  
BUITENLAND. TEVENS UW TAXI

Hoofdweg 8 - Westerhaar  
Tel. 05498-9106

Voor complete Woninginrichting

**Gebr. BORGER**

Vriezenveen  
Westeinde 559, telefoon 1395  
Westeinde 626, Kanaalweg 57  
Oosteinde 54 en 227, tel. 1200

Wij halen en brengen u voor een bezoek  
aan diverse toonzalen. **Zowel modern als klassiek**

LASAPPARATEN OOK TE HUUR  
ZAAGMACHINES  
TAFELBOORMACHINES  
SLIJPMACHINES

**KOERSEN**

Verzetstr.92

Tel. 1685

HEERLIJKE VIS HEERLIJKE VIS

Wij staan iedere dinsdag en vrijdagmiddag  
van 2.30 uur tot 6.30 uur op het  
Manitobaplein tegenover het Postkantoor

MET ALLE SOORTEN VIS

**Vishal H. v.d. Berg** Almelo Tel. 17910



KONINKLIJKE NEDERLANDSCHE VOETBALBOND  
AFDELING TWENTHE

De Twentse Voetbal Bond verzorgt ook de volgende kursussen:

SCHEIDSRECHTER VELDVOETBAL:

Toelating: minimum leeftijd 16 jaar (niet langdurig geschorst geweest)  
Bevoegdheid: leiden van zowel senioren- als juniorenwedstrijden in één van de afdelingen van de K.N.V.B.

Kosten : f25,--

SCHEIDSRECHTER ZAALVOETBAL:

Toelating: minimum leeftijd 16 jaar (niet langdurig geschorst geweest)

Kosten : f12,50

SCHEIDSRECHTERS-ORIENTATIEKURSUS:

Doel : De deelnemers inzicht geven in het toepassen van de spelregels en voor te bereiden op de taak leiding te geven aan voetbalwedstrijden waarvoor geen officiële scheidsrechters zijn aangewezen.

Toelating: 16 jaar, minimumleeftijd

Kosten : f10,--

Note : Deze opleiding kan uitstekend dienen als basis voor een eventueel later te volgen officiële scheidsrechtersopleiding.

JEUGDVOETBALSPELLEIDER:

Doel : De kursisten voor te bereiden op de taak leiding te geven en/of begeleider van jeugdige beoefenaars van de voetbalsport

Toelating: minimum leeftijd 17 jaar en enige voetbal-vaardigheid

Kosten : f55,--

PUPILLENSPELLEIDER of JEUCDVOETBALBEGELEIDER:

Doel : De deelnemers een theoretische en praktische basis te verschaffen om op verantwoorde wijze leiding te kunnen geven bij training en spel van de jeugdvoetballertjes.

Toelating: minimum leeftijd 17 jaar en in het bezit zijn van het A.B.O.-bewijs (zie vorig Deto-kontakt bladz. 14)

Kosten : f55,--

N.B. Alle bedragen gelden voor het kursus-jaar 1984.







# DETO F 1

15 september 1984 Almelo F 1 - Deto F 1 0 - 2

Almelo F 1 had maar zeven spelers, precies genoeg om een wedstrijd te spelen bij de pupillen.

De tegenstand was erg groot maar toch werd het door Martin H. en Patrick Webbink 2-0 voor Deto F 1.

Maar in de rust werd er bij Almelo F 1 toch gewisseld van spelers, terwijl er bij Deto steeds een aan de kant stond.

Twee spelers van Almelo moesten die dag een extra helft spelen, later speelden ze ook nog in een E-elftal. Door goed spelen van Deto bleef het toch nog 2-0 in hun voordeel.

22 september 1984 P.H. F 1 - Deto F 1 1 - 7

Na één minuut spelen werd het 1-0 voor P.H. F 1, dat ook zijn vorige wedstrijden al met ruime cijfers had gewonnen.

Deto F 1 liet het er niet bij zitten en door drie doelpunten van Martin H. werd het al snel 3-1. Daarna scoorde Corné Bal nog drie keer en bracht Patrick Webbink met een pracht schot de eindstand op 7-1 voor Deto F 1.

29 september 1984 O.N. F 1 - Deto F 1 1 - 1

Wederom een gelijkspel voor Deto F 1; het werd 1-0 door een doelpunt van Marchel v.d. Kraats.

Vijf minuten later werd het 1-1, onze keeper Patrick Perik moest voor het eerst dit seizoen vaak in actie komen, wat hem er goed afging. De leider van O.N. was ook scheidsrechter, wat door de Deto aanhang niet zo prettig werd gevonden.

Het is ook bijna onmogelijk om scheidsrechter en leider tegelijk te zijn.

Guus Hoevenberg.

.....

Wij doen mee aan  
Lotto en Toto.  
Speel ook eens mee.



U vult daarmee  
onze clubkas.



SPORTHUIS

Joh. Nulsink

DE SPECIAALZAAK BIJ UITSTEK

KERKSTRAAT 19 WIERDEN

Tel. 05496 - 1254



Rabobank



de bank voor iedereen

  
 Voor al uw sportartikelen  
 o.a. Voetbalschoenen  
 Sporttassen, Sportkleding  
 Trainingspakken  
**jan Yschipper**  
 Vriezenveen, Westeinde 386, Tel. 1547 **sport**

Voor gedistilleerd  
Wijnen, Likeuren enz.

Slijterij **B. WINKEL**

v/h Helno

Telefoon 1370-1639

Gratis bezorgen



Zoekt u een goede  
gebruikte of nieuwe auto ...

**autobedrijf**  
**SCHMIDT**

tevens alle reparaties banden  
en accu's etc.

Bouwmeesterstraat 35  
7671 CA Vriezenveen  
Telefoon 05499 - 2083 b.g.g. 3562

VOOR ONS EXPORT - en  
IMPORTBEDRIJF ZOEKEN  
WIJ LEVERANCIERS VAN:

**SLACHTVARKENS**



**dasvee bv**

tegenover bevredigende  
leveranties stellen wij  
regelmatige afname en  
snelle betaling

Vee- en Varkens export en import  
Postbus 5, Vriezenveen.  
telex 44890. tel. 05499-1819



shirts  
broekjes  
kousen  
ballen enz.  
voetbalschoenen  
trainings " "  
trim " "  
gym " "  
korfbal " "  
adidas " "  
puma " "  
quick " "

- Trainingspakken -

SCHOENEN - SPORTARTIKELEN

Lederwaren **Wildvank**

**BOUW- en AANNEMINGSBEDRIJF**

**WEBBINK B.V.**

NIEUWBOUW

EN

VERBOUW

Oosteinde 373  
VRIEZENVEEN  
Tel. 05499 - 1288



Voor een goed boek naar ...



**DE JONG'S  
boekhandel**

Westeinde 199 - tel. 1298

Geef een boek of een boekenbon !

Slutels klaar terwijl u wacht.  
IJzerwaren - Gereedschappen - Tuinartikelen  
Metsel- en timmergereedschap.

IJZERHANDEL  
**NIJKAMP**

Westeinde 73 Vriezenveen tel. 05499-1769



VOOR AL UW

SPORTARTIKELEN

- ★ Voetbalschoenen ADIDAS - PUMA - QUICK
- ★ Trainingspakken in kleuren
- ★ Sporttassen en kleding

**Sportspecialzaak Gerard v.d. Riet**

Grotestraat 209 - ALMELO



1e kwaliteit vlees- en vleeswaren

Slagerij **Nijeboer**

Westeinde 1, Vriezenveen  
tel. 05499 - 1202

Ook voor barbeque, fondue en gourmet



**WILT U GEZELLIG EN GOED ETEN?**

ga dan naar Café-Cafeteria,  
annex Stijterij

**BRAAKMAN**

ook voor bruiloften en partijen  
Zaal voor 50-450 personen

Bekkenhaarweg 28 - Hoge Hexel  
Telefoon 05497-265

**BOORDEVOL GEZELLIGHEID**



**HET NIEUWE KEGELHUIS**  
met grote zaal voor bruiloften en  
partijen.

**A. J. PEDDEMORS & ZN.**  
Manderveenseweg 72 - Tel. 05418-304  
MANDERVEEN achter Tubbergen.

Om niet lang over  
na te denken:

Voor al Uw geldzaken  
naar de

**AMSTERDAM-ROTTERDAM  
BANK**

kantoor Vriezenveen

Petersburgstraat 4,

tel. 2224.



DE DIERENSPECIALZAAK IN VRIEZENVEEN  
ALMELOSEWEG 2, TELEFOON 1571



**Schoenmaker & Zn.**



# JEUGDLEIDERS

## Gezelligheid en prestatie

Je kunt jeugdleider zijn bij twee soorten elftallen: de zgn. selectie-elftallen, waarbij de prestatie voorop staat en het meegenomen is, als dat op een gezellige kan. En de lagere elftallen waarbij alleen de gezelligheid telt en prestaties alleen maar mooi meegenomen zijn, omdat ze de gezelligheid bevorderen.

Bij de lagere elftallen is jeugdleider-zijn veel moeilijker. Je moet bij je opstelling - beter gezegd bij het reserve zetten - beide doelstellingen in de gaten houden.

Op de eerste plaats moet je het gezellig houden, dus iedereen precies evenveel reserve-beurten geven, daarbij ook nog opletten dat Richard ook al is hij nog zo'n goede spits veel liever op het middenveld speelt. Bij een selectie elftal is dat geen probleem. Waarom? Omdat dat de meeste kans op een overwinning geeft, daarom, omdat we straks kampioen willen worden! Punt uit!!

Bij lagere elftallen moet je als jeugdleider de psycholoog durven uithangen en - dan moet je Richard aanpraten, dat hij wel graag op het middenveld speelt, maar dat het voor het team zo leuk zou zijn als er zo nu en dan eens een doelpunt wordt gemaakt en zelfs een overwinning werd behaald, want dat houdt de moed er een beetje in!

En dan moet je Kees natuurlijk niet vertellen dat hij er als spits geen moer van kan, want dat vindt hij helemaal niet leuk. Neen, hij heeft zo'n goed loopvermogen en is met z'n spelinzicht onmisbaar op het middenveld, of zo.

Want denk er om dat zo'n wekelijkse voetbalwedstrijd voor de jongens soms heel wat meer kan betekenen dan wij ons kunnen indenken. Sommigen leven daar een hele week naar toe, zitten er op school of bij de t.v. over weg te dromen. Zaterdag zullen ze weer eens even wat laten zien! En niet alleen de selectiespelers - die hebben dikwijls nog tennis of hockey of badminton naast het voetballen - maar juist de mindere spelers die zichzelf die ene wedstrijd in de week - al is het maar in hun eingen verhalen - willen bewijzen. En dan zal jou daar zo'n jeugdleider komen vertellen, dat je geen goal kunt maken! Dat is niet leuk, net zo min als het niet leuk is als je in zo'n wedstrijd door de directe tegenstander voortdurend wordt voorbijgelopen en dan ook nog het commentaar van je medespelers moet slikken. Daar had je nou net niet de hele week naar toegeleefd. Van de jeugdleider wordt dan verwacht dat hij zo'n speler vertelt dat er nog meer in de wereld te doen is dan dat ene kleine rotventje waar hij geen vat op krijgt en hem misschien toch ook nog een paar voetbaltactische tips geeft om het spel wat beter door te krijgen. Die jeugdleider wordt bovendien geacht de rest van het team duidelijk te maken dat het niet zo gezellig is als ze allemaal op die ene kankeren, die toch ook zijn best doet. En dat is voor die jeugdleider heel wat moeilijker dan voor zijn collega bij het selectie-elftal. Die wisselt zo'n speler gewoon.

UIT: werknip N.K.S.

J. van Os.

# DETO



22 september 1984 Deto 7 - Bl. Wit 6 11 - 0

Een wedstrijd met weinig werk voor de achterhoede (ze werden gespaard voor de wedstrijd de week er op tegen SVVN) was het voor onze voorhoede prijsschieten geblazen. Ook het middenveld liet zich niet onbetuigd. Ons elftal draaide als een naaimachientje waar de doelpunten geproduceerd werden door Edo Albers (4x), Jan Meyerink (4x), Jan Holland, Bart Schrap en Okke Huitema. Een strafschop werd nog gemist.

29 september 1984 SVVN 10 - Deto 7 0 - 0

Wetende dat de "oudjes" van SVVN niet voor een kleintje vervaard waren vertrokken we naar Nijverdal. Zonder Bart Schrap, die zo in de voetbalwedstrijd, gespeeld op ons hoofdveld, op ging dat hij ons niet weg zag gaan. Pas in Nijverdal werd hij gemist. Wat schertste onze verbazing: liep Bart vlak na het beginsignaal rond het veld. Was ie vanaf het Deto-veld gefietst naar de Wierdenseweg en vandaar gelift naar Nijverdal (over mentaliteit gesproken) Met tikwerk werd het eerste kwartier naar ons toegetrokken. Hierna werd voortdurend onze achterhoede op de proef gesteld. Deze bleef echter door keihard werken potdicht. Wij kregen nog enkele reële mogelijkheden de winst mee te nemen naar Vriezenveen, maar de kansen werden gemist. Ook Henk Timmer kon laten zien dat hij niet voor niets werd gecontracteerd. Toch wist SVVN te scoren maar dit doelpunt werd afgekeurd na overleg met de grensrechter. Na een middag met z'n allen keihard werken namen we voldaan één punt in ontvangst.

6 oktober 1984 Eversberg 3 - Deto 7

Wegens weersomstandigheden afgelast.

13 oktober 1984 Deto 7 - Excelsior 13 6 - 0

Naast de vijver werd door ons aangetreden tegen de Rijssenaren. In een klasse nieuw tenue - onze sponsor is J. BRUNINK, Oliehandel - speelden we op een slecht veld tegen een ruwig spelend Excelsior dat alleen daardoor tegenstand kon geven. Ondanks dat zij niet aan de bak kwamen wisten ze toch reële kansen te creëren, door ietwat ongeconcentreerd voetbal van onze kant. Later liep onze machine weer gesmeerd, hetgeen resulteerde in 6 doelpunten. Doelpuntenmakers: Edo Albers (2x), Henri Plattje (2x), John Haarhuis en Herman Albersen.

Ook in deze wedstrijd hield Henk Timmer de goal dicht hoewel hij enkele kapriolen uithaalde.

H. Albersen.



"DUS WEGINGEN ER STIEKUM  
VAN DOOR....."

KOMT IE ONS  
TOCH NOG NA.....

OP Z'N FIETS!!"



ATTENTIE

ATTENTIE

VRIJWILLIGERS GEVRAAGD

- Voor het schoonmaken van de kleedkamers op maãndag- , dinsdag- en woensdagavond.
- De speciale aandacht gaat hierbij uit naar de ouders en jeugdleiders van onze jeugdleden van de F pupillen tot en met de B jeugd.
- Tijdens de laatste algemene leden vergadering van 24-9-1984 is door het bestuur het onderwerp "schone kleedkamers iedere dag" terug verwezen naar de leden (het mocht geen geld kosten). Uit de vergadering kwam toen het voorstel om bij toebeurt de senioren per elftal de kleedkamers op genoemde avonden schoon te laten maken. Een en ander zou door de leiders nader worden uitgewerkt.
- er zijn 10 senioren elftallen; daar komen A1 en A2 en het dames-elftal bij; totaal 13 elftallen met minstens 12 spelers en leiders;
- Komen hierbij nog een aantal vrijwilligers dan is men volgens een voorlopige schatting één keer in de 14 à 15 weken aan de beurt om 7 kleedkamers schoon te maken. Dat wil zeggen per seizoen van 40 weken:  $2\frac{1}{2}$  keer. Dit seizoen 84/85 maximaal  $1\frac{1}{2}$  keer.
- Onze pupillen- en jeugdleden hebben uit gezondheids overwegingen recht op schone kleedkamers.
- Opgave vrijwilligers: Bij J.A.M. ter Braak;  
Kantine Deto;  
tel. 1877;
- Schoonmaak-schema in volgend "Deto Kontakt"!!

Een lid.

# O P R O E P

## SENIOREN-, A1 EN A2 LEDEN

- Werkt allen mee om de kleedkamers van onze vereniging schoon te houden en te maken!
- Geef al uw medewerking aan het schema, door te komen, als het uw beurt is. Durf zelf verantwoording te dragen. Dit is in uw eigen belang en dat van uw vereniging DETO.
- Ook u heeft waarschijnlijk wel een zoon - buurjongen of jeugdig familielid bij uw DETO. Bedenk dan wel dat deze pupillen en jeugdleden in uw rotzooi zich moeten verkleden en verschonen, met alle gevolgen van dien.
- werk mee !! "Vele handen maken licht werk";
- Enkele praktische tips:
  1. Klop uw voetbalschoenen na de wedstrijd/training niet op de vloer of binnen-muur van de kleedkamer af.
  2. Klop ze buiten de kleedkamer tegen elkaar af.
  3. Maak er tijdens het douchen geen waterballet van, u zit niet bij een zwemclub, maar een voetbalclub.
  4. Ga niet aan de kleeerhaken en douchstangen hangen, daar zijn ze niet voor,
  5. Jeugd- en seniorenleiders houd toezicht en wijs elkaar op de eigen verantwoording ten aanzien van uw vereniging.
- Het is ook uw clubgebouw met bijbehorende kleedkamers. Wees er zuinig op en gebruik en behandel het als uw eigendom.
- Schoonmaakschema in volgend "Deto Kontakt".

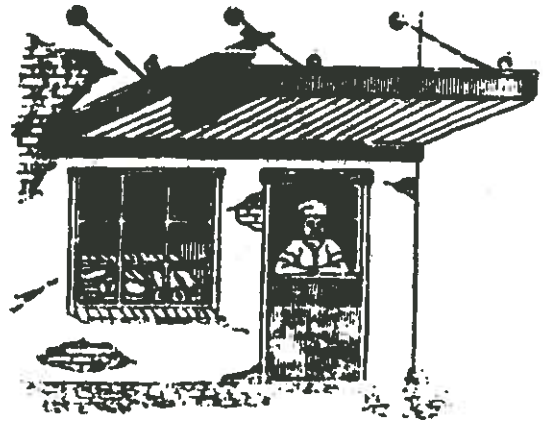
Een lid.

't Is een kwestie  
van goed samenspel.



Teamwork, daar komt het op aan.  
Niet alleen in de sport, maar  
ook in het financieel verkeer.  
Daarbij kan de ABN u helpen als  
een goede partner, waarop u  
altijd een beroep kunt doen.  
Voor het regelen van betalingen.  
Voor vakantie-reizen,  
verzekeringen, hypotheek,  
sparen enzovoorts. Samen  
komen we tot een goede uitslag.  
Komt u maar eens langs.

**ABN Bank**



**HANS WESSELS**

DE WARMSTE BAKKER

VAN VRIEZENVEEN

tel. 1510

**ROELOFS C1000**  
VOORDEELMARKT

VRIEZENVEEN'S GROOTSTE, EN GOEDKOOPSTE  
COMPLETE SUPERMARKT. LEVENSMIDDELEN  
VOOR ZEER LAGE PRIJZEN!!!

IN ONZE SLAGERIJ 1e KWALITEIT VLEES  
VOOR MESSCHERPE PRIJZEN!!!

Autoschadebedrijf

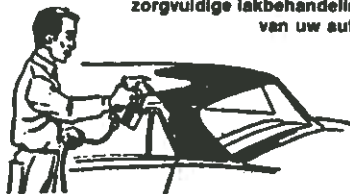
Autospuitinrichting

**Autobedrijf „ROELOFSEN”**

*voor al uw werkzaamheden voor de auto*

**CARRUSSERIE  
SCHADE  
UITDEUKEN  
SPUITEN**

Het adres voor een snelle en  
zorgvuldige lakbehandeling  
van uw auto!



Te hard gescheurd?  
Ongeluk gebeurd?  
Autoschade herstellen?

Tevens het adres voor een snelle afwikkeling  
van uw verzekeringen voor schade e.d.

Erkend  
FOCWA  
lid



KANAALWEG N. 60 - VRIEZENVEEN - TEL. 05499-1693



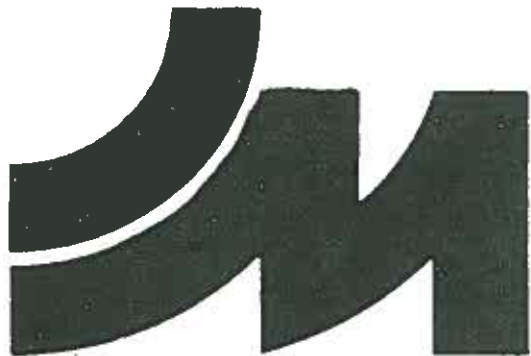
Wij zijn  
ruim  
gesorteerd  
in

**Binnen- en  
Buitenlandse  
Kaassoorten**

Tevens hebben wij vele soorten  
Dietkaas in voorraad

**KAASHANDEL  
BOKS**

Vondelstraat 25, Vriezenveen  
Tel. 05499 - 2119



AUTOSCHADE -  
REKLAMEBEDRIJF

Vriezenveen

Bedrijfsweg 3  
tel. 05499-2161

Nijverdal

**J. MORSINK BV**

Industrieweg 7a  
tel. 05486-15695

### BAARSEN diepvries HENGELO

HORECAGROSSIER van o.a. AVIKO,  
DAVINO IJS, BRETJ, NIEMEIER VERS.

Tel. 074 - 912700.

## Plegt Langeveen

VERKOOP VAN : VERHUUR VAN :

Alle soorten zand Kipauto's  
Zwarte grond Shovels  
Teeltaarde Hydraulische kranen  
ook vooraf prijsopgave

Bel. 05491 - 361 of 05499 - 2176  
of 05499 - 1781

Voor een ruime sortering dames, heren en  
kinderschoenen, laarzen en pantoffels.

SCHOENHANDEL **HUISMAN**

Oosteinde 194, Vriezenveen.  
Tel. 4281.



Wij zijn dagelijks geopend van  
8.00-12.15 uur en 13.30 tot 17.30 uur  
Ook zaterdags v.m. van 8.00-12.00 uur

Vaste prijzen vooraf!  
geen extra's

- 1 gratis montage
- 2 met volledige  
fabrieksgarantie
- 3 klaar terwijl u  
toekijkt!



Belt u eens voor  
een vrijblijvende  
prijsopgave



Bedrijfsweg 16  
Vriezenveen  
tel. 05499-2159



OOK WIJ LEVEREN TOT VOLLE TEVREDENHEID AAN UW SPORTKANTINE.

## Bouwman Groothandel Almelo

ZOETWAREN - DRANKEN - OLA IJS - SNACKS - VERPAKKINGEN.

GOVERT FLINCKSTRAAT 24 TEL. 05490 - 12325