



NIEUWSBRIEF 2

Gullegem, oktober 2017

Beste speler, beste ouders,

Het nieuwe voetbalseizoen 2017-2018 is in volle gang.

Met deze 2^e nieuwsbrief van het seizoen brengen wij u op de hoogte van het reilen en zeilen binnen onze club.

Halloween kleurplaten wedstrijd FC Gullegem

De kantine heeft een Halloween kleurplaten wedstrijd ingericht waaraan iedereen gratis mag deelnemen. Je maakt kans op een mooie prijs en de tekeningen zullen worden opgehangen in de kantine. In bijlage vind je de kleurplaat die je kan afdrukken en door de kids laten inkleuren. Vergeet niet het strookje in te vullen en de tekening in te dienen in de kantine. Voor de liefhebbers zijn er puzzels voorzien. Ook hiermee kan je een prijs winnen. Je zal ook in de kantine kleurplaten kunnen inkleuren.

Kunstgrasveld

Het kunstgrasveld wordt volop gebruikt. Toch willen we er nog even op wijzen dat de regels voor het gebruik van het kunstgrasveld strikt gevolgd moeten worden. Het is bijvoorbeeld niet toegestaan om tussen de officiële matches op het kunstgras te spelen. Hiervoor kan je steeds terecht op de andere terreinen.

Kledij

Er is steeds mogelijkheid om extra kledij te bestellen. Zeker nu de koude en natte dagen er aan komen is een regenjas of een extra paar kousen welkom. Je kan dit steeds bestellen via kledij@fcgullegem.be



Gedrag langs de zijlijn

Koude handen. Koude voeten. Koude oren. De vele ouders langs de zijlijn kennen het gevoel. Gelukkig kunnen ze zich opwarmen aan de eindeloze inzet van hun voetballende zoon of dochter.

We roepen graag op om dit in alle sportiviteit te blijven doen.

Respecteer de scheidsrechter, hij of zij is een belangrijke schakel in onze sport.

De spelers aanmoedigen mag en laat het coachen maar over aan de trainer.

Je doet je er ook jouw voetballertje veel plezier mee.

En precies dat is de essentie: plezier! Lachende gezichten willen we zien. Op en naast het voetbalveld.

Meer vragen we niet.



De ouderraad

Dit jaar gaan we opnieuw van start met een ouderraad. We zoeken ouders met een mening die maximaal 3 keer dit seizoen willen samenkomen, samen met enkele mensen van het jeugdbestuur om ideeën uit te wisselen, te bespreken wat er leeft in de club en vooral om onze spelertjes en spelers een zo goed mogelijk kader te geven om hun favoriete sport te beoefenen.

In bijlage vindt je een flyer die je kan bekijken en invullen.

Medewerkers gezocht

Jeugdvoetbal is enkel mogelijk wanneer de ouders mee achter de club staan. Zo is het levensbelangrijk dat ouders of familieleden vervoer voorzien naar uitwedstrijden, en dat ze de jongeren positief aanmoedigen tijdens de wedstrijden. Verder zoekt de club medewerkers die een hand uit de mouwen willen steken.

Zo zoeken we hulp bij het organiseren van evenementen, bedelen van de kledij, catering tijdens evenementen, ticket- en lotjesverkoop, sponsorwerving, pers, communicatie, enzovoort.

Wil je als ouder mee helpen met de uitbouw van FC Gullegem? Jouw engagement is van goudwaarde voor ons! Spreek gerust iemand van het jeugdbestuur of de trainer aan als je je wil engageren.



Wist je datjes

Wist je dat Briek Jolie, speler bij de U17, geslaagd is voor zijn examen Scheidsrechter en vanaf nu officiële scheidsrechter is bij de voetbalbond. Hierdoor is Briek, samen met Pieter-Jan Hochepped, al de tweede jeugdspeler is die het tot officiële scheidsrechter schopt. Dikke proficiat !

Wist je dat we opnieuw een heleboel nieuwe scheidsrechters hebben gerekruteerd voor de wedstrijden van de onderbouw. Graag wat steun en begrip tijdens de wedstrijden zodat het voor iedereen leuk is.

Wist je dat we dit seizoen opnieuw een stickeralbum uitbrengen van FC Gullegem. De foto's werden ondertussen genomen en het boek is bijna klaar. Het stickerboek zal gelanceerd worden in november.

Wist je dat onze eerste ploeg een goede start heeft gemaakt. Jeugdspelers mogen gratis naar de thuiswedstrijden komen kijken.

Wist je dat onze kinesist Steven Eggermont regelmatig op de club is voor opvolging van kwetsuren. Je kan hem bereiken op tel. 0498/599233. Hij werkt in de praktijk Kinekor.

Wist je dat Emilie Claerbout, speelster bij de IP U16 onlangs deel uitmaakte van de selectie Red Flames U17 en de voorrondes speelde in Servië voor het EK. In november speelt Emilie nog met de Red Flames U16 in Noorwegen. Proficiat Emilie.

Wist je dat de opbrengst van de ingang voor IP voetbal en de lotjes voor de jeugd integraal naar de jeugdwerking gaat. We betalen er de scheidsrechters mee en de drankjes na de wedstrijd. We zoeken nog steeds iemand die zich hier voor wil engageren. Er is een vergoeding voorzien.

Wist je dat we opnieuw een netwerkclub zijn van KV Kortrijk. Onze trainers kunnen er clinics volgen en onze scheidsrechters mogen af en toe wedstrijden gaan fluiten op elite niveau.

Wist je dat er binnenkort opnieuw spelers in Senegal zullen spelen met de wedstrijd kledij van FC Gullegem die hier niet meer gebruikt wordt.

Wist je dat er binnenkort weer een wijnverkoop ten voordele van de jeugdwerking is. Een lekkere witte en rode wijn werden geselecteerd en zullen aangeboden worden in de maand november. Ook onze eigen jeugdspelers zullen er een centje mee kunnen verdienen.

Activiteiten & evenementen

FC Gullegem is een actieve club, zowel op het veld als naast het veld. We hebben heel wat activiteiten op het programma staan.



Rest van het jaarprogramma

- 31 oktober 2017 Onderbouw matcht + FC Gullegem Halloween Kids fuif – inkom gratis – spelers, broertjes of zusjes welkom – verkleed = kans op een prijs – DJ's zijn jeugdspelers.



**HALLOWEEN
KIDSFUIF
31/10/2017**

*Welkom vanaf 18u30
Clubhuis FC Gullegem*

Gratis inkom - kom verkleed en maak kans op een prijs

**DJ BOWS &
DJ DRES**

Tijdens Onderbouw Matcht spelen onze ploegen onderbouw en middenbouw allemaal een match en het evenement start al vanaf 16 uur. Supporters zijn natuurlijk welkom! Er is mogelijkheid om een pasta bolognaise te eten en er zal vooral veel ambiance zijn. U krijgt meer informatie van uw trainer.

- 6 december 2017 Sinterklaasfeest voor de onderbouw in de kantine (namiddag)
- december 2017 Kerstmarkt
- 13 januari 2018 Kerstboomverbranding Gullegems Ontmoetingsfeest
- 27 januari 2018 Nieuwjaarsreceptie FC Gullegem



- februari 2018 Onderbouw matcht
- 31 maart 2018 Miniementornooi
- 2 april 2018 Préminiementornooi

- 9 – 13 april 2018 Voetbalstage (niet op woensdag)
- 1 mei + 6 mei 2018 Beker van België
- 1 mei 2018 Beker van België ½ finales
- 5 mei 2018 Beker van België finales
- 6 mei 2018 Duiveltjestornooi
- juni 2018 eindeseizoensactiviteit
- 2 tot en met 7 juli 2018 voetbalkamp FC Gullegem Jeugd
- eind augustus 2018 zomerstage

Lifestyle

Maandthema onderbouw – middenbouw - bovenbouw

De klok wordt binnenkort een uurtje teruggedraaid.
De wintertijd gaat in...

Hoog tijd dus voor voetballers om binnenkort ook de winteroutfit uit de kast te halen. De herfst- en winterperiode betekent niet alleen lage temperaturen, maar ook vaak regen en koude wind.



Temperatuurverschillen hebben een belangrijke impact op de werking van ons lichaam. Ons lichaam heeft immers een constante temperatuur nodig. Aangepaste kledij tijdens een koudere periode helpt om onze lichaamstemperatuur op peil te houden en kan blessures voorkomen!

Het is dan ook essentieel om zich te kleden naargelang de weersomstandigheden. Dus nooit teveel, en nooit te weinig.

Muts, handschoenen, thermisch ondergoed, een lange opwarmingsbroek en een goede regenjas ontbreken dan ook best niet in je voetbaltas!



Keepers trainen liefst met een lange broek als de temperatuur minder dan 10°C haalt. Een lange broek houdt de beenspieren warm.

Veldspelers kunnen een lange opwarmingsbroek/tight onder hun short dragen. En is het echt heel koud, dan kan een trainingsbroek ook helpen.

Om koude voeten tegen te gaan is het belangrijk dat je droge voetbalschoenen aantrekt. Let erop ze niet te nat te poetsen en ze goed te laten drogen.

Draag verschillende lagen kledij. Een van de grootste vergissingen die je kan maken is te dikke kledij aantrekken.

Kleed je dus in laagjes die je kan uitdoen als je het te warm hebt of weer kan aandoen als je het te koud krijgt.

Blijf voldoende drinken. Dehydratatie of uitdroging komt zowel voor bij koude als bij warmte.

Kies dunne handschoenen. Eens in beweging krijg je het snel warm en kan je de bal beter ingooien!

Veel van onze lichaamswarmte gaat verloren via het hoofd, draag dus een muts om afkoeling te voorkomen!

Sociale cel FC Gullegem