

Hallo lieve Spookies – 50

Het was eindelijk weer zover; de eerste zaaltraining! Nu kunnen we weer lekker warm en droog op de zaterdagochtenden trainen!

Bij de oudsten hadden we Wendy (de moeder van Liam) die kwam helpen, super fijn!

Zij komt ons voortaan wat vaker helpen bij de trainingen en daar zijn we erg blij mee.

We begonnen met wc tikkertje om nog even een beetje warm te worden.

Hierna gingen we aan de slag met pestkaarten en dan mocht je er 1 omdraaien en dan proberen dat aantal te scoren. Roan kon dit al goed op de F-paal en Romy lukte het zelfs om op de rode paal te scoren! Heel knap.

Vervolgens gingen we pionnen van de banken gooien, waarbij het iedereen wel lukte om een pion om te gooien. Als laatste deden we een spel met matjes en dan naast jegooien, zodat je altijd een aanspeelpunt hebt.

Handig om te oefenen voor later in een partijtje!

Bij de jongste Spookies begonnen we met de warming up kat en muis.

Daarna gingen we met de dobbelsteen rollen en de hoeveelheid stippen die je gooide moest je gaan proberen te scoren. Als derde oefening gingen we schieten en zodra je scoorde, moest je proberen om de pionnen van de kast te gooien.

Tot slot nog met z'n allen een korte estafette en we eindigden met een lijnenspel!

De afgelopen weken moesten we onze trainster Robin missen,

omdat zij voor stage in Kenia was. Gelukkig was Noa bereid om een aantal weken voor haar in te vallen als trainster, waarvoor hartelijk dank!

Als het goed is, is Robin er binnenkort weer en we zijn natuurlijk benieuwd naar haar verhalen. Fijn dat je er weer bent.

Tot zaterdag allemaal!