



# MIXED

Verschijnt maandelijks

ORGAAN VAN DE  
**AFDELING BRABANT**  
v.d. N.T.T.B.

Redactieadres:

Rob Hendriks  
Sibeliusstraat 466  
5011 JX Tilburg.

# MIXED, Jaargang 44, nummer 6, augustus 1995.

## Colofon:

### Redactie:

Rob Hendrikk  
Sibeliussstraat 466  
5011 JX Tilburg  
013 - 551472

Lydia van Oirschot  
Langenakker 116  
5731 JV Mierlo  
04927 - 61468

### Vaste medewerkers:

Frits van der Meulen  
Henk van Oirschot  
Dennis van de Sande  
Bert van Hoften

### Bestuur:

Dhr. Adri Dam (voorzitter)  
A. Koenestraat 11  
4731 EW Oudenbosch  
01652-14270

Mevr. Ria Elshof (secr.)  
Plutostraat 17  
5694 SV Son en Breugel  
04990-76222

Dhr. Christ van Dijk (penningm.)  
Kennedylaan 36  
5051 XG Goirle  
013-345446

Dhr. Nico van Erp (CIW)  
Begijnenstraat 169  
5341 BJ Oss  
04120-32106

Dhr. J. Boons (ACL)  
Soeverinhof 16  
5551 TS Valkenswaard  
04902-43750

Dhr. Twan Roelands (KVSO)  
Baronie 15  
5345 NG Oss  
04120-27010

Dhr. Eelco Ligtenberg (PR/sponsoring)  
Van Veldekelaan 7  
4707 AH Roosendaal  
01650-44612

## Inhoud.

Redactioneel	2
Diversen	2
Nieuweling	3
Tussen de tafels	4
Bekercompetitie	4
Interview	5
Sponsoring	6
Megatoernooi	8
Sportmedische rubriek	9
Kritiek	11
Reactie	12
Fietstocht	12
Stiphouts tafeltennisgala	13
Brabanders weinig succesvol in Lloret	14
Uit de clubbladen	16
Agenda	17

Kopij voor de volgende Mixed dient uiterlijk 9 september 1995 bij ons binnen te zijn.

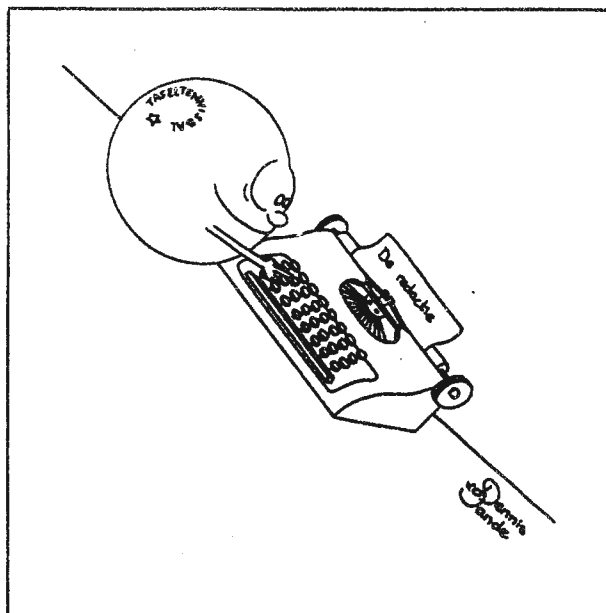
## Redactioneel.

Het Europees JeugdKampioenschap is weer achter de rug en de conclusie mag luiden dat de prestaties van de Nederlandse jeugdspelers over het algemeen niet meevielen. De jongens kadetten behaalden door een overwinning op Rusland de halve finale, en wonnen sindsdien geen partij meer. Individueel werd geen enkele goede klassering behaald.

Tekenend mag het heten dat slechts luttele dagen na het toernooi in Den Haag bekend werd dat bondscoach Peter Engel zijn blik voortaan vooral gaat richten op de jeugd.

Bij gebrek aan tegenstand heet iemand hier al snel een topper. Groot is de achterstand echter ten opzichte van echte toplanden als Duitsland, Rusland en Frankrijk. Niet zozeer qua techniek, hoewel service en (vooral) ontvangst daar veel beter zijn, maar vooral qua tactisch inzicht en mentale hardheid. Presteren op het moment suprême, dat is de eigenschap bij uitstek van een topper. Miao Miao kan dat, Tamara Boros ook, evenals Alexei Smirnov. Hopelijk vallen binnenkort aan dit rijtje Nederlandse namen toe te voegen.

De weg is lang...



## Diversen.

### AD PEETERS BEVORDERD MET ONDERSCHIEDING IN ERERAAD IN GOUD.

Tijdens het jaarlijkse avondje van de leden van de CTW met hun partners op 17 juni is Ad Peeters onderscheiden met de gouden speld in de Ereiraad van de afdeling Brabant.

In een toespraak van de voorzitter van de CTW, Nico van Erp, kon deze meedelen dat het afdelingsbestuur besloten had om Ad in aanmerking te laten komen voor deze maar zelden uitgereikte onderscheiding. Voor Ad eigenlijk een promotie, daar hij in het verleden benoemd was in de Ereiraad met zilver.

Voordat Ad de onderscheiding opgespeld kreeg, zei Nico onder andere in zijn toespraak dat Ad sedert 1982 binnen de CTW belast was met de organisatie van de bekercompetitie, die vaak als voorbeeld heeft gediend voor andere afdelingen, maar de laatste jaren een moeilijke periode doormaakt. Door geregeld aanpassingen te doen in de opzet, kon het echter toch georganiseerd blijven worden, wat zeker als verdienste van Ad gezien mag worden.

Verder mocht Nico namens de leden van de CTW een pen met inscriptie overhandigen, en waren er bloemen voor Anja Peeters, die i.v.m. familie-omstandigheden helaas niet aanwezig kon zijn.

In zijn dankwoord zei Ad dat hij bijzonder verrast was met deze onderscheiding. Hij bedankte dan ook het afdelingsbestuur en zijn collega's in de CTW voor de vele fijne jaren die hij met hen heeft gehad.

Nico van Erp.

# Nieuweling.

## ERVARINGEN VAN EEN NIEUWKOMER.

Heerewaarden.

Bij minstens tien andere verenigingen in de afdeling Noord-Brabant is de naam H.T.T.C. inmiddels bekend en weten ze ook waar Heerewaarden gelegen is.

Hoogste tijd dus om H.T.T.C., na een seizoen meegespeeld te hebben in de afdeling Noord-Brabant, over dat seizoen aan het woord te laten.

Na tien jaar gespeeld te hebben in de "wilde" bond in het land van Maas en Waal werd het volgens een aantal (bestuurs-)leden tijd om een nieuwe weg in te slaan. Dus werd het voorstel om in de NTTB, afdeling Brabant, te gaan tafeltennissen voorgelegd aan alle leden. Vrijwel niemand maakte bezwaar, ook niet tegen de noodzakelijke contributieverhoging van 6,- naar 7,- per maand!!!

Twee teams werden ingeschreven. Er werd vantevoren gevraagd of het nodig was om in de laagste klasse te beginnen, maar gelukkig voor de spelers mocht het eerste team starten in de vierde klasse en het tweede team in de vijfde klasse. De resultaten in het eerste seizoen vielen voor de meesten niet mee, maar zeker ook niet tegen. De twee teams wisten zich beiden in hun klasse te handhaven, zij het dat het via promotie/degradatiewedstrijden moest worden afgedwongen, wat voor de spelers ook weer een nieuwe ervaring was.

De reacties onder de leden, na afloop van de competitie, waren bovenal positief. Zo zijn de gevreesde lange reistijden geheel uitgebleven. De langste reistijd was ongeveer dertig minuten. De vele nieuwe gezichten die tegengekomen zijn, worden ook als voordeel ervaren, al is het natuurlijk afwachten of volgend seizoen weer zoveel nieuwe gezichten begroet mogen worden.

Het grootste voordeel wordt echter de grote verscheidenheid aan speelstijlen genoemd, omdat daar het meeste van geleerd kan worden. Helaas ontbreekt het H.T.T.C. aan financiële middelen om een trainer aan te stellen zodat de spelers alleen van tegenstanders het een en ander aan techniek en tactiek kunnen opsteken, dus is het niet vreemd dat dit als grootste voordeel wordt genoemd.

Al met al wordt het een goede stap van het bestuur gevonden om "Brabant in te gaan".

Gehoopt wordt ook dat de tegenstanders het plezierig vinden om tegen H.T.T.C. te spelen.

Bert van Hoften.

## Tussen de tafels.

Wist u dat...

...er tussen de tafeltennispartijen door toch "rubbers geplakt" mogen blijven worden?

- Zou nu ook de tegenstander "gelijmd" mogen worden?

...Bettine Vriesekoop (naakt in de Playboy; wie volgt voor Mixed?) na de Olympische Spelen van 1988, na de ruzie met Gerard Bakker, serieus een zelfmoordpoging heeft overwogen?

...wij erg blij zijn dat ze dat niet gedaan heeft en wij serieus hebben overwogen om Playboy te kopen?

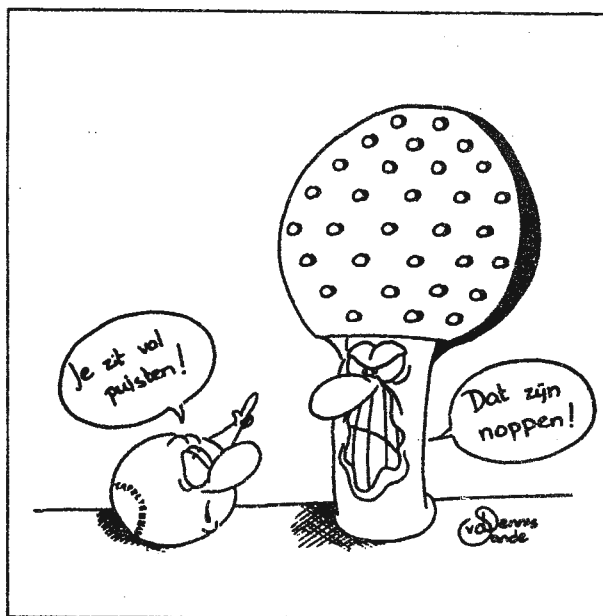
...een tafeltennisballetje ongeveer twee-en-een-halve gram moet wegen?

- Dat je van twee-en-een-halve gram een tennisarm kunt krijgen? Raar, hè?

...ik nog veel meer "wist-u-datjes" kan gebruiken voor deze nieuwe rubriek (ook over uw vereniging)?

Stuur ze naar: Bert van Hoften

Langestraat 6  
6624 AB Heerewaarden.



## Bekercompetitie.

Voor de bekercompetitie van het seizoen 1994-1995 hadden zich in totaal 14 verenigingen aangemeld. Zij brachten samen 45 teams op de been, onderverdeeld over 7 verschillende klassen. Ter vergelijking: in het seizoen 1993-1994 namen 24 verenigingen deel met in totaal 74 teams!

Op 12 maart werd in drie klassen een voorronde gespeeld in de accommodaties van de verenigingen Bergeijk, Tanaka en Valkenswaard.

De finales vonden plaats op zondag 9 april j.l. Om circa tien uur werd aangevangen in de zaal van TTV Irene in Tilburg. Rond half vijf kon ondergetekende overgaan tot de ceremonie protocolair. We mogen terugkijken op een geslaagde en gezellige finaledag.

Voor de nummers 3 en 4 waren, zoals bij veel evenementen, geen prijzen beschikbaar; zij komen in aanmerking voor een eervolle vermelding!

Voor de nummers 1 en 2 was een beker beschikbaar; de grootste uiteraard voor nummer één.

De Brabantse bekerkampioenen van het seizoen 1994-1995 zijn respectievelijk in:

3e/4e divisie: Bergeijk (K. Sengers/J. Mandemakers)

1e/2e klasse: Tanaka (R. Verschuren/E. Verhoeven)

3e klasse: Irene (J. Hendriks/R. Hendriks)

4e klasse: B.S.M. (C. Kruijssen/B. Jacobis/Y. Leijten)

5e klasse: Valkenswaard (M. Huber/K. Hendriks)

jongens jun: Stiphout (B. Boetzkes/C. van Heijster)

jongens kad: Stiphout (G. Wasser/J. Mooij)

meisjes: Bergeijk (B. van Hintum/M. Adams)

Ad Peeters, bekercompetitie leider.

## Interview.

### **KENNISMAKING MET WEDEROM EEN NIEUWKOMER IN HET BESTUUR VAN DE AFDELING BRABANT: TWAN ROELANDS UIT OSS.**

In de vorige Mixed hebt u kennis kunnen maken met onze kersverse afdelingscompetitie leider Joan Boons. Dit maal heb ik het genoegen u voor te stellen aan wederom een gloednieuw lid van het Afdelingsbestuur, namelijk Twan Roelands.

Twan Roelands gaat binnen het bestuur de zaken van de afdeling Kadervorming en Sportontwikkeling behartigen. Momenteel bevinden deze zich nog in de handen van voorzitter Adri Dam, maar begrijpelijkerwijs is deze portie voor hem een beetje te veel van het goede.

Zoals de meeste bestuurders is ook Twan Roelands een druk bezet man. Hij is vestigingsmanager van een uitzendbureau in Oss, volgt de opleiding Middle Management, tafeltennist en doet bovendien aan wedstrijddansen. Ondanks deze tijdrovende bezigheden weet Twan toch nog een avond in de week vrij te maken voor zijn aankomende taak binnen het afdelingsbestuur.

Twan Roelands is in 1980 begonnen met tafeltennissen bij tafeltennisvereniging Geldrop. Daar heeft hij zo'n zes jaar gespeeld onder andere in de eerste klasse.

Een paar jaar is hij gestopt met tafeltennissen, maar in 1982 is hij andermaal begonnen met spelen bij Vice Versa te Oss. Hij speelde daar vierde en vijfde klasse, wat eigenlijk onder zijn kunnen is. Momenteel speelt hij bij TTV de Mand in Vlijmen.

Bij Vice Versa was hij wedstrijdsecretaris en is zo in contact gekomen met de bond. Twan kende Nico van Erp al persoonlijk en die polste hem om in het bestuur te komen. Samen met Adri Dam is er toen een serieus gesprek geweest. Twan heeft hierop enthousiast gereageerd, hoewel hij nog niet helemaal weet wat het allemaal precies in gaat houden.

"Het streven is om per jaar een technische opleiding te draaien," zegt Twan. "De doelstelling is om het kader van iedere vereniging te scholen, te verbeteren". Dit betreft niet alleen training voor jeugd en senioren, maar ook jeugdbegeleiding in de ruime zin van het woord.

Wat Twan in zijn huidige baan is, wil hij ook in de afdeling Brabant worden: een aanspreekpunt voor iedereen. De verenigingen, de bond en andere sportfederaties. Hij wil graag plannings maken, contacten leggen en bepaalde zaken actiever onder de aandacht van de verenigingen brengen. Voorheen gebeurde dit voornamelijk door publicaties in Rond de Tafel en Mixed, maar dit vindt Twan niet genoeg. Hij wil graag de clubs leren kennen en weten wat er leeft binnen de clubs.

"Ik heb het idee dat men denkt dat de bond voornamelijk een competitie-orgaan is, maar dat is niet het enige". Zo is er het afgelopen jaar een cursus voor jeugdtrainers georganiseerd en daaraan hebben zo'n tien a twintig mensen meegedaan met goed gevolg. Daaruit blijkt dat er toch behoefte is.

"Zoals iedereen weet is kader enorm belangrijk binnen de vereniging. De sfeer binnen de club staat en valt bij de vrijwilligers en het kader. Mensen lopen weg als er niets georganiseerd wordt en als het bestuur niet actief is".

Dat Twan met geestdrift aan zijn functie gaat beginnen zal iedereen merken die hem spreekt. "Voor mezelf is het een uitdaging om met hernieuwde en frisse moed deze afdeling te ondersteunen". Op mijn vraag of hij al in gedachten heeft hoe en wat hij wil gaan doen, antwoordt hij behoedzaam. "Ik heb wel ideeën, maar wil daar nog voorzichtig mee zijn. Ik weet namelijk niet of ze wel uitvoerbaar zijn". Daar ben ik niet bang voor, maar de tijd zal het leren. Rest mij nog om Twan succes te wensen namens alle medewerkers van Mixed.

Lydia van Oirschot.

## **Sponsoring.**

### **NEVER DESPAIR IS NIET MEER...**

Ach, zult u denken, dat is snel gegaan. In de vorige Mixed hebt u nog van Erwin Andriessen kunnen lezen dat de club naar de eredivisie gepromoveerd was. Is het met ND dan net zo snel gegaan als met verschillende zwaar gesponsorde tt-clubs die de afgelopen jaren het loodje hebben moeten leggen?

Gelukkig kan ik u gerust stellen, of mogelijk ook niet...: Never Despair is de komende drie jaar uit beeld, maar er is iets moois voor teruggekomen. SPS/Never Despair gaat vanaf september 1995 met 33 teams, waarvan 9 landelijk, het land en de afdeling in.

Na het kampioenschap van heren 1 heeft het bestuur ook niet stil gezeten (overigens zit dit al jaren niet stil...) en is op zoek gegaan naar een sponsor. Het zoeken heeft geresulteerd in het bedrijf SPS, dat eerder ook al eens voor nieuwe clubkleding zorgde.

SPS in 's Hertogenbosch is producent en leverancier van verf en sierpleisters. Het bedrijf kenmerkt zich als een onderneming, die flexibiliteit koppelt aan een gedegen produkt en als een bedrijf, waar kwaliteit en service reeds 20 jaar hoog in het vaandel staan. Voor Never Despair gelden soortgelijke eigenschappen als: honkvast, prestatiegericht en serieus werken aan een topprodukt. (Zo kijkt althans onze sponsor tegen ND aan en ik wil dit uiteraard zeker

niet tegenspreken). Dat beide partijen elkaar gevonden hebben, mag dus eigenlijk geen toeval heten. SPS treedt 3 jaar op als hoofdsponsor en doet dat in de vorm van een geldbedrag, gekoppeld aan het spelniveau van het eerste herenteam.

Dat Never Despair, pardon SPS/Never Despair, blij is met deze steun van een echt Bosch bedrijf, zal duidelijk zijn. Een deel van de toezegging is inmiddels besteed: u zult bemerken dat al onze teams in de nieuwe competitie met een keurige outfit de naam van onze sponsor gaan uitdragen.

Terugkomend op de eerste alinea in dit artikeltje, merk ik op dat, ook na drie jaren als het sponsorcontract afloopt, niet gevreesd hoeft te worden voor het ter ziele gaan van Never Despair. De club hoopt in 1997 haar 50-jarig bestaan te vieren met SPS. De verbintenis bevat wellicht beide partijen dan zo goed, dat ook na die drie jaren nog zken met elkaar te doen zijn...

Hans van der Bruggen  
voorzitter SPS/Never Despair

#### **TTV IRENE EN PERFECTION AUTOMATISERINGEN SAMEN AAN DE SLAG.**

Op 7 juli 1995 hebben in Tilburg Perfection Automatiseringen en TTV Irene een sponsorovereenkomst gesloten voor 2 jaar met de intentie deze overeenkomst voor meerdere jaren te verlengen. Het eerste jaar zal de vereniging worden aangeduid met "TTV Perfection Irene", daarna zal het zijn TTV Perfection.

Perfection Automatiseringen is een automatiseringsbedrijf dat in 1988 is opgericht in Tilburg en zich met name richt op administratieve processen van handels- en productiebedrijven. Perfection heeft een regionaal karakter en biedt dagelijks werk aan 16 mensen. De nadruk bij de activiteiten ligt niet op de directe verkoop van produkten maar juist op het voor- en natraject. In 1990 kreeg het bedrijf een onderscheiding van het Ministerie van Economische Zaken voor het innoverend presenteren van het bedrijf.

In juni 1994 kwam een vijftal leden van Irene bij elkaar voor de oprichting van een sponsorcommissie. Het bestuur had namelijk, in verband met een terugloop in ledental, besloten het budget voor trainingen en onkosten van spelers te bevriezen. De sponsorcommissie haalde dus elders fondsen vandaan. Tachtig procent van de binnengehaalde gelden wordt voor de topsport aangewend.





Het eerste herenteam heeft, door terugtrekken van Shot Wageningen, een plaats in de eredivisie toegewezen gekregen. De dames, gedegradeerd uit de eerste divisie, zullen trachten zo snel mogelijk het verloren gegane terrein terug te winnen.

Gerard Wenstedt,  
sponsorcommissie TTV Perfection Irene.

## **Megatoernooi .**

Zoals onderhand iedereen wel zal weten wordt op zondag 17 september a.s. in het AGPO-racketcentrum in Breda het megatafeltennistoernooi georganiseerd, in verband met het 60-jarig jubileum van de NTTB.

Vijftienhonderd deelnemers op zo'n 180 tafels, dat spreek je makkelijk genoeg uit, maar al degenen die wel eens een Brabants Kampioenschap hebben meegemaakt, en zich dan realiseert dat het megatoernooi nog eens drie keer zo groot is, weet hoeveel werk hierin gaat zitten.

Al maanden is daarom een speciaal comité actief, bestaande uit Jan Burgers (ttv Breda, organisator van de Brabantse 1995), Nico van Erp (voorzitter CTW afd. Brabant), Joost Schoenmakers en Jan Maas (toernooileiders), Ton Jongenelen en Bert de Graaf (organisatoren, samen met Jan Burgers), Eelco Ligtenberg (AB), Ton van Happen (hoofdbestuur NTTB), Eddie Posno (sponsor) en ondergetekende (publiciteit). Meerdere malen hebben deze mannen vergaderd, waarbij de omtrekken van het geheel langzaam gestalte kregen.

De inschrijving, die (nog tot en met 31 augustus) openstaat voor zowel leden van de NTTB als van de wilde bonden, als geheel niet-leden, begint nu op gang te komen. Liefst had men alle namen zo snel mogelijk in het bezit gehad, maar de tussenliggende vakantieperiode gooide hier roet in het eten. Wel duidelijk is inmiddels dat ook een flinke Belgische afvaardiging aan het toernooi zal deelnemen.

### **Waarom dit toernooi?**

Jan Burgers, Ton Jongenelen en Bert de Graaf hadden al langer de wens om een groot tafeltennistoernooi te organiseren in Breda. Toen men hoorde van de plannen die de jubilerende bond had, was 1 en 1 snel bij elkaar geteld. En met het idee "als je iets doet, moet je het goed doen", was daar het plan om het grootste toernooi te organiseren dat ooit, waar ook ter wereld, op een dag heeft plaats gevonden, met 1500 deelnemers op 180 tafels, verdeeld over de drie hallen, die het prachtige Agpo-racketcentrum omvat. Een en ander zou straks wel eens een treffende gelijkenis kunnen vertonen met een krioelende mierenhoop. Maar evenals mieren hogelijk georganiseerde beestjes zijn, zal de ogenschijnlijke chaos op 17 september in werkelijkheid langs strakke lijnen verlopen.

In plusminus 50 verschillende klassen zullen spelers van allerlei allooi, van vaderlandse (en internationale?) top, tot huis-, tuin- en keukenpingpongers, van 8 tot 80 strijden om de beschikbaar gestelde prijzen.

Ter verder vermaak zal er een zogeheten randprogramma plaatsvinden, in een grote tent die tegen de hal geplaatst zal worden. met een stand van Posno-sport, een stand van KVSO, een tentoonstelling van tafeltennismemorabilia, eventueel muziek, kortom voldoende om bezig te blijven.

Alle voortekenen lijken erop te gaan wijzen dat de thuisblijvers ongelijk gaan krijgen. **HIER MOET U BIJ ZIJN!**

Rob Hendrikkx.

## Sportmedische rubriek.

Na vorige maal de rug behandeld te hebben, zakken we ditmaal af naar een ander vitaal lichaamsdeel, namelijk de knie. Ditmaal slechts twee bijdragen wegens gebrek aan motivatie bij de arts.

### DE FYSIOTHERAPEUT.

Knieklachten zoals die in de praktijk het meest voorkomen, zijn grofweg te onderscheiden in traumatische klachten en overbelastingklachten. Bij traumatische klachten is er sprake van een verdraaiing of verstuiking van het kniegewricht, waarbij meestal vocht in de knie ontstaat. Doorgaans is dan een van de passieve structuren beschadigd. Dit kunnen de diverse

kniebanden zijn, het kniekapsel of de menisci. De klachten bestaan uit bewegingsbeperking in het gewricht, een gevoel van instabiliteit en in mindere mate pijn.

Bij overbelastingklachten is sprake van langdurig of veelvuldig herhaalde belasting op het kniegewricht. Er ontstaat dan een irritatie van het kniekapsel of het gewrichtskraakbeen. Soms ontstaat ook hier vocht bij, maar de voornaamste klacht is pijn bij belasting.

Bij kniebandletsel is tevens sprake van passieve instabiliteit; teveel ruimte in het gewricht. Als een knieband helemaal is doorgescheurd, wordt een eventuele operatie overwogen, maar meestal wordt eerst geprobeerd met spiertraining de stabiliteit te vergroten. Een operatie kan dan vaak achterwege worden gelaten. Als bijvoorbeeld iemand zijn voorste kruisband helemaal heeft doorgescheurd en ondanks training zijn knie niet goed kan gebruiken in zijn dagelijkse activiteiten, is een operatie aangewezen. Daarbij wordt op dit moment een stukje kniepees in plaats van de voorste kruisband geplaatst. Het resultaat is vaak verrassend goed en de kniefunctie komt vaak helemaal terug. Kracht- en coördinatie training blijft ook hierbij noodzakelijk om te revalideren.



Als een meniscus kapot is, wordt meestal via een kijkoperatie het kapotte stukje van de meniscus afgeknipt en verwijderd, zodat het restant de functie voor zover mogelijk kan overnemen. De knie wordt wel altijd iets instabieler, dus training is weer nodig. Vroeger, voordat de kijkoperatie bestond, ging de knie helemaal open en was enige weken gips nodig omte herstellen. tegenwoordig gaat de kijkoperatie vaak in dagbehandeling en kan men dezelfde dag weer lopen, zij het vaak nog met een of twee krukken.

Een veel voorkomende overbelastingsklacht is irritatie van het kraakbeen aan de achterkant van de knieschijf. Met name tegen wind in of bergop fietsen en traplopen is dan pijnlijk rond de knieschijf. De klacht komt veel voor bij pubers die snel groeien en dan met name bij meisjes, waarbij door hormonale veranderingen het kraakbeen wat zachter en dus kwetsbaarder wordt. Doorgaans houden de klachten vanzelf op te bestaan, wanneer de volgroeidheid is bereikt, maar dat kan nog wel eens een paar jaar duren. Sporten is intussen niet goed mogelijk, dus proberen we daar iets aan te doen. tegenwoordig doen we een oefenprogramma, waarbij de spieren aan de binnenkant van het bovenbeen worden getraind, om de loop van de knieschijf te beïnvloeden. Om te zorgen dat er zonder pijn kan worden geoefend, bestaat er een tapemethode, waarbij de knieschijf naar binnen wordt getrokken. De behandeling kan in drie weken succesvol zijn, maar soms ook maanden duren.

Er bestaan nog veel meer soorten knieklachten, maar de hierbovenstaande komen het meest in de sportpraktijk voor. Het moge duidelijk zijn dat gericht oefenen en trainen het voornaamste deel van de fysiotherapeutische behandeling vormen.

Hans van der Hulst, fysiotherapeut NTTB.

#### **DE MASSEUR.**

De knie is het zwaarst belaste gewricht van het lichaam. Het lichaamsgewicht en de spierkracht oefenen op het kniegewricht veel grotere krachten uit dan op elk ander gewricht. Daarbij komen ook nog grote krachten door het draaien. Als de voeten door een stroeve vloer of stroeve schoenzolen bij een draaiing blijven staan, wordt de knie als het ware gewrongen. De sportmasseur kan alleen aan de buitenkant van de knie wat voor de sporter doen als daar ergens pijn optreedt. De spieren van de bovenbenen aan de voorkant worden bij tafeltennis veel gebruikt. Dit kan leiden tot spierpijn in die spieren zelf en dat is goed te masseren. De aanhechting van deze spieren loopt over de knieschijf en zit vast net onder de knie. Daar kan ook pijn optreden en ook dat is te verhelpen in normale gevallen en vooral als dat niet te lang heeft geduurd. Masseur en sporter moeten daar alert op zijn.

De zijkanten van de knie kunnen ook pijn doen. Daar lopen een aantal banden om de knie heen die helpen om de bewegingen te regelen. De aanhechtingen van die banden kunnen ook wel eens pijn doen, zowel aan de binnenkant als aan de buitenkant. Ook dat kan goed verholpen worden.

De spieren van het onderbeen zitten ook bij de knie aan het bot vast en ook hier geldt dat spieren en aanhechtingen geamseerd kunnen worden.

In de knie zitten de menisci en ook weer banden. Daar kan de masseur niet bij en daar is de sporter bij problemen aangewezen op de fysiotherapeut of dokter. De menisci zijn twee schijfjes kraakbeen in het gewricht, die door herhaaldelijk grote belasting beschadigd kunnen

raken. Er breken dan kleine stukjes af, die in de knie, waar ook vocht in zit, gaan rondrijven en dat doet pijn.

Redenen waarom de een meer last van zijn knieën heeft dan een ander zijn kleinere of grotere afwijkingen in de vorm van het been. Twee bekende vormen zijn de X-benen en de O-benen. Bij de X-benen wordt de buitenkant van de knie zwaarder belast dan bij rechte benen en bij O-benen de binnenkant. Door training van de betreffende spieren is enige verbetering te bereiken.

Weer kom ik terug op de warming-up. De een komt op de fiets naar de training of wedstrijd, de ander met de auto. De fietser komt dan, vooral in de winter, met koude knieën binnen, de ander met stijve knieën van het gebogen zitten en niets doen. Beiden moeten hun knieën op gang brengen door inlopen, vooruit, achteruit en zijwaarts. Ook de knieën hoog heffen in de richting van de borst en tegen je achterste schoppen (je eigen achterste dus) is goed. En dan natuurlijk het stretchen van alle spieren van het been, ook tijdens wedstrijden als je een tijd moet wachten.

Na de training of wedstrijd is het goed om een cooling-down te doen om de spieren en aanhechtingen tot rust te brengen en de doorbloeding weer optimaal te maken.

Tenslotte voor een ieder naar eigen behoefte en die behoefte is voor iedereen en vaak per keer anders, een massage als extra ondersteuning en om te voorkomen, dat er problemen ontstaan of als ze er zijn deze zo snel mogelijk te verhelpen.

Jan van Lente, sportmasseur COSMOS/TTVV.

## **Kritiek.**

### **BLIJ MET NIEUWE ACL MET JUISTE VISIE!!**

Met belangstelling heb ik kennis genomen van het artikeltje in de vorige Mixed, waarin de nieuwe ACL, Joan Boons, werd voorgesteld. Fijn is het toch dat er toch altijd weer mensen zijn die zich beschikbaar stellen voor het afdelingswerk.

Nog fijner is het dan als het iemand is die weet dat tafeltennis er is voor de spelers en niet voor de bestuurders. Volgens Joan gaat het niet om de regelgeving. Hij is van mening dat verenigingen hun eerste team zo sterk mogelijk moeten indelen, maar daaronder mag sprake zijn van uitzonderingsgevallen van mensen die per sé bij elkaar in het team willen zitten. Ik citeer uit het bewuste artikeltje: "Ik vind dat die mensen toch de mogelijkheid geboden moet worden om op een normale manier competitie te spelen." Wat fijn toch om een ACL te hebben met zo'n duidelijke visie.

Nog fijner zou het zijn als deze ACL diens visie in de praktijk ook waar zou maken. Helaas heeft zijn voorganger richting Never Despair 5 (jawel, team 5) een fout gemaakt. De fout werd gecorrigeerd door het afdelingsbestuur. Met de vervelende consequenties bleef SPS/Never Despair zitten: door weinig souplesse van de nieuwe ACL mist de competitie nu een drietal mensen (oudere jongeren) die met elkaar zeer vele competities gespeeld hebben... Jammer dat dit zo gelopen is en dat er vanuit de afdeling geen mogelijkheden zijn gecreëerd om dit te voorkomen...

Een gemiste kans van de ACL om zijn juiste visie ook in de praktijk te brengen.

Hans van der Bruggen,  
voorzitter SPS/Never Despair.

## **Reactie.**

Het is vaste politiek van dit (afdelings-)blad om bij kritiek op afdelingsbestuurders deze in de gelegenheid te stellen weerwoord te geven. Joan Boons wilde zijn visie op de kwestie graag geven.

"Ja, het gaat hier om Arie van Dommelen, iemand die makkelijk 4e of zelfs 3e divisie kan spelen, maar die in de eerste klas stond. Oké, heeft Cees van Roosendaal gezegd, maar dan geldt wel een invalverbod. Vervolgens laat Never Despair hem toch invallen in de vierde divisie, waar hij 8 van de 9 partijen wint (...). Cees heeft toen gezegd dat hij niet terug mocht in zijn eigen team. Daarover kwam veel discussie, die beslissing is teruggedraaid door het AB, wat voor Cees reden was op te stappen. Van Dommelen speelde verder met zijn team, en dat team degradeerde, op één punt, volgens Never Despair dus wegens een onterechte schorsing. Bij de teamlijsten verzochten ze dus om een eerste klas-plaats. Maar gedegradeerd is gedegradeerd, dus deel ik ze in de tweede klas in, maar in die klasse wil ik geen Adrie van Dommelen zien. Never Despair hield de poot stijf en deelde hem in dat team in, terwijl ze in de vierde divisie mensen hebben die nog geen 30 % spelen. Daar begin ik echt niet aan."

## **Fietstocht.**

### **TAFELTENNISVERENIGING UIT BEEK EN DONK IN HET NIEUWS**

Zo in de vakantietijd zullen de meeste tafeltennisliefhebbers niet veel aan tafeltennissen denken. Velen zullen met dit warme weer lekker genieten van de vakantiedagen en de ongebonden avonden, die zodra het seizoen begint weer snel gevuld zullen zijn. Deze week zat ik onderuit op de bank met de afstandbediening te spelen en wat schetst mijn verbazing: Op de Kabelkrant van het Eindhovens Dagblad staat met grote letters: TAFELTENNIS-VERENIGING UIT BEEK EN DONK ORGANISEERT FIETSTOCHT.

Ik zat opeens rechtop in de bank en raakte geïnteresseerd. Een paar dagen later belde ik de voorzitter van Een en Twintig, de heer van de Heuvel op.

- Waarom organiseert deze tafeltennisclub in de vakantie nota bene, een fietstocht?

"U bent bij mij aan het juiste adres"; zegt de voorzitter.

"Wegens het 40-jarige jubileum in 1990 ben ik begonnen met het uitzetten van een fietstocht. Dit was een van de activiteiten. Er was veel animo voor en het bleek goed in de smaak te vallen, dus dacht ik, dat doen we volgend jaar weer. Zo hebben we dat jaarlijks herhaald. Er

doen steeds meer deelnemers mee, veel (familie)leden van de vereniging, maar vooral de ouderen-generatie, die fietsen veel".

De fietstochten worden volgens een bepaald concept nauwkeuring in elkaar gezet. Meneer van de Heuvel zet de routes uit door ze te beschrijven op papier. Er worden foto's bij gemaakt door Peter van de Eijnden. Het is dus een fotopuzzeltocht. De foto's moeten door de deelnemers in de goede volgorde worden geplaatst. Omdat de route gereden kan worden vanaf eind mei tot begin september worden de route's vaak meerdere keren gereden om alle foto's goed te hebben. Aan deze puzzeltocht zitten ook nog leuke prijzen verbonden.

De heer van de Heuvel zorgt ook nog voor de nodige publiciteit. Alle gemeenschapsbladen (Lieshout, Aarle-Rixtel, Beek en Donk), regionale kranten (Gemert's Nieuwsblad, Traverse, etc.) en zelfs het Eindhovens Dagblad schrijft hij aan. Hoe de advertentie op de kabelkrant is gekomen is voor hem een raadsel.

Ten slotte ben ik nieuwsgierig waarom Een en Twintig zoveel werk verzet om toch weer ieder jaar zo'n rit in elkaar te draaien.

De voorzitter: "Het levert wat op, maar het is voornamelijk om de naamsbekendheid te doen. Positieve bekendheid."

Ik ben ervan overtuigd dat zijn streven wordt beloond, met name door alle complimenten die de heer van de Heuvel nu al ontvangt voor zijn initiatief. En voor ons is het leuk dat onze tafeltennissport nu ook eens positief in het nieuws verschijnt.

Lydia van Oirschot.

## Stiphouts tafeltennissgala.

Voor de echte tafeltennisliefhebber begint het komende seizoen goed. Allereerst vindt op zondag 17 september het Mega-toernooi plaats. Precies een week daarna staat nog een top-evenement op de tafeltennisagenda.

Op zondag 24 september organiseert TTV Stiphout al weer voor de derde keer haar tafeltennissgala, dit jaar onder de naam "**PRAASTERINK TAFELTENNISGALA 1995**".

Het Praasterink Tafeltennissgala 1995 is een invitatie-toernooi, voornamelijk bedoeld ter promotie van topsport in het algemeen en de tafeltennissport in het bijzonder.

Er is een internationaal topveld uitgenodigd om deze doelstelling kracht bij te zetten.

Inmiddels hebben Bettine Vriesekoop, Elena Timina, Emily Noor, Patricia de Groot en Suzan Derkx bij de dames en Thierry Cabrera, Jörg de Cock, Jos Verhulst en Lui Xiang bij de heren zich al ingeschreven. In totaal zullen tien dames en tien heren gaan strijden om de totale prijzenpot ter waarde van 5000,-

Op een publieksvriendelijke manier zal getracht worden sport en spektakel aan elkaar te koppelen. Zo zal het toernooi opgesierd gaan worden met speciale optredens van "Body Tribe" (streetdance) en "Carda-Do" (martial arts-demonstratie). Voorts zullen ook in de speelzaal hapjes en drankjes geserveerd gaan worden.

Dit alles voor een entreeprijs van slechts vijf gulden per persoon (kinderen t/m 12 jaar betalen zelfs maar 2,50).

Alle ingrediënten zijn dus aanwezig voor een gezellige en spectaculaire middag.

Het Praasterink Tafeltennisgala 1995 staat in het teken van het 30-jarig jubileum van de organiserende vereniging Stiphout. Door de organisatie worden kosten noch moeite gespaard om een zo aantrekkelijk mogelijk programma te kunnen bieden en zo veel mogelijk toeschouwers met dit evenement te kunnen vermaken. Ook zij hoopt daarbij dit jaar op zo'n 1500 belangstellenden.

Dit gala-evenement wordt gehouden in tafeltenniscentrum Stiphouse, de speelzaal van TTV Stiphout, gelegen aan de Braakweg 30 te Helmond. De wedstrijden zullen starten om 12.00 uur en de finales staan gepland om 18.00 uur. Voor voldoende (gratis) parkeergelegenheid zal zijn gezorgd.

Voor reserveringen kunt u zich telefonisch wenden tot Elisio Baptista (04920-33723). Deze reserveringen dienen echter wel uiterlijk om 13.00 uur door u persoonlijk te worden afgehaald.

TTV Stiphout heet u allen graag van harte welkom. Wees echter wel op tijd, want ook hier geldt: "VOL IS VOL!"

Marcel Seelen en Elisio Baptista.

## **BRABANDERS WEINIG SUCCESVOL IN LLORET**

Op 26 mei jl. vertrokken er weer volle bussen, vanuit Eindhoven, Antwerpen en Duitsland, richting Lloret de Mar aan de Costa Brava voor de gezellige tafeltennisvakantie van zo'n 10 of 15 dagen.

Onder de aanwezigen deelnemers, ruim 400, ook weer enkele Brabantse enthousiastelingen. Naar een busrit van ongeveer 13 uur, zowaar nog om te doen, kwam men in een met zonovergoten Lloret aan. En in het eerste weekend kon men zich rustig voorbereiden, aan het strand, in de bars en/of discotheken, voor de inspanningen welke men zou moeten leveren in de dagen nadien.

De organisatie - dit jaar met een aantal nieuwelingen, was ook dit jaar weer in handen van VROCO SPORT i.s.m. Stichting Internationale Evenementen - begon maandag in de vroege morgen met de laatste voorbereiding voor het toernooi, nl. de tafels (30 stuks) op te zetten. En om iets naar de klok van 9 klonken de eerste dreunen van de volksliederen van Spanje, Duitsland, België en Nederland, welke door de speciaal meegereisde Brabantse BLOASKAPEL de KLUNGELS voortreffelijk ten gehore werd gebracht.

Vervolgens werd het toernooi geopend door dat de bal in het spel werd gebracht door 2 mensen van Hof van Holland, een plaatselijke bar/restaurant. De kop van het teamtoernooi was er af en met succes. Het zou tot donderdagmiddag duren alvorens hier de winnaars bekend waren.

Opnieuw kon vastgesteld worden dat er sprake was van een Duitse overmacht. In 6 van de 9 klassen was de eindzege voor een Duits team. In de mannen ere-divisie werd de overwinning

opgeest door het Belgisch - Nederlands combiteam TTCV/St. Niklaas. En alleen bij de mannen 1ste divisie als in de klasse hobby II was het een puur Nederlands team wat zegevierde.

Vrijdag 2 juni was de dag van het individuele toernooi. En gelukkig was er die dag meer succes voor de Nederlandse equipe. In 5 van de 12 klassen was er een eindoverwinning voor Nederlanders team. Bij de mannen ere-divisie was het een nederlandse eindstrijd tussen John Cardinaals (ttv Looping) en Remco Diele (ttv Be Quick'62) die Cardinaals in zijn voordeel beslechte. Een Brabants succes was er door Ans Hultermans van ttv Irene die bij vrouwen hobby I de finale won van Ria Beeks (de Meppers). De Duitse afvaardiging was overigens even zo succesvol als de Nederlandse. In de overige 2 klassen waren het Belgische teams die met de grootste trofee naar huis mochten. s'-Avonds werden aan alle kampioenen grote, hele grote en super grote bekens uitgereikt. Daarnaast kende de organisatie de sportiviteitsprijs toe aan de vereniging ttv B.G.S. (Ned) en waren er promotieprijsen voor BS Solingen (Dui), ttk Tonadi Bel) en ttv Sova (Ned).

Zaterdagavond was het weer een drukte van jewelste bij het vertrek van het overgrote deel van de deelnemers. En velen hebben zich voorgenomen volgend jaar weer aanwezig te zijn op een nog grootser internationaal tafeltennisttoernooi Lloret de Mar.

Einstanden 8ste internationale tafeltennisttoernooi Lloret de Mar 1995:

teamtoernooi:

mannen ere - divisie	: 1. TTCV/St. Niklaas (Ned/Bel)	2. ttv Be Quick'62 (Ned)
mannen 1e divisie	: 1. De Veluwe 2 (Ned)	2. Tus Teningen (Dui)
mannen 2e divisie	: 1. Die Wagabunds (Dui)	2. HTC (Ned)
mannen 3e divisie	: 1. Die 2 Leichten (Dui)	2. Nationale Nederlanden (Ned)
mannen 4e divisie	: 1. ttv Wartenberg/Gunzburg (Dui)	2. Das Chaos Team (Dui)
hobby I m/v	: 1. ttv Glaisham/Pegasus (Dui)	2. TTCV/Juvenes Zele (Bel/Ned)
hobby II m/v	: 1. ttv 5 (Ned)	2. IS Venray 1 (Ned)
vrouwen 1e divisie	: 1. tsv Haar 2 (Dui)	2. tsv Haar 1 (Dui)
vrouwen 2 divisie	: 1. vfl Gunzburg 1 (Dui)	2. ttv Troisdorf/Horcheim (Dui)

individuele toernooi:

mannen ere - divisie	: 1. J. Cardinaals (ttv Looping/Ned)	2. R. Diele (ttv Be Quick'62/Ned)
mannen 1e divisie	: 1. T. Mollet (ctt Gosselies/Bel)	2. G. Herschel (ttv Wibats/Ned)
mannen 2e divisie	: 1. K. Petruv (tsv Laitz/Dui)	2. F. Bals (vfl Kaufering/Dui)
mannen 3e divisie	: 1. E. van Haverbeek (KK Lede/Bel)	2. H. Huting (Nat.Nederlanden)
mannen 4e divisie	: 1. A. Schwaiger (Wartenberg/Dui)	2. A. Gulpinar (Erlenbach/Dui)
mannen hobby I	: 1. C. Hauser (Glaishammer/Dui)	2. W. Hopmans (ttv B.G.S./ Ned)
mannen hobby II	: 1. W. vd Heuvel (Ome Toon/Ned)	2. A. Sassen (vfl Gunzburg/Dui)
vrouwen 1e divisie	: 1. K. Rauscher (tsv Haar/Dui)	2. J. Bergholtz (ttv Wibats/Ned)
vrouwen 2e divisie	: 1. S. Laurien (vfl Gunzburg/Dui)	2. B. Zimmerman (Troisdorf/Dui)
vrouwen 3e divisie	: 1. J. Woerts (de Veluwe/Ned)	2. C. Bos (de Veluwe/Ned)
vrouwen hobby I	: 1. A. Hultermans (Irene/Ned)	2. R. Beeks (de Meppers/Ned)
vrouwen hobby II	: 1. F. Hendrix (ISVenray/Ned)	2. ML Theeuwen (ISVenray/Ned)

Eelco Ligtenberg



## Uit de clubbladen.

Uit het clubbulletin van Vice Versa '51 blijkt dat tijdens het gezinstoernooi de kinderen meewarige blikken wierpen op de verrichtingen van de ouders. De gevorderdenklasse werd trouwens helemaal een familieaangelegenheid, want beide winnende combinaties behoorden tot de familie Suykerbuyk.

TTV Waalwijk kent een tropenrooster. Dat betekent niet dat de wedstrijden eerder beginnen en afgelopen zijn, maar een beperkte openstelling van de zaal tijdens de zomer.

In het Schuivertje van Hotak '68 wordt een vergelijkende consumententest uitgevoerd met betrekking tot drie soorten krukken, de uitstekende deurkrukken, de redelijke barkrukken, en de zich krukken noemen mogende spelers.

In Belcrum's clubblad staat vermeld dat veel heren binnen de club in juli de Playboy gaan kopen, in verband met Bettine Vriesekoop. De nieuwe mannelijke redacteurs willen een dergelijk item ook gaan plaatsen in het clubblad. Gezocht wordt naar kandidates.

Endeetje telt zoals gebruikelijk meerdere stukken waarbij je je als lezer afvraagt in hoeverre een en ander serieus te nemen is. Opvallend verband lijkt er te bestaan tussen de vele satirische stukjes en de talrijke pseudoniemen eronder.

Twee van de deelnemers aan het Beneluxrecord (dat inmiddels door ZTTC is verbeterd) hebben intussen een andere uitdaging aanvaard. Tios-nieuws meldt een verslag, uit verschillende gezichtspunten, van de met succes voltooide marathon van Londen...

Service van Tanaka doet verslag van een weddenschap om een krat bier wie in een maand het meest af zou vallen. Hoewel een der deelnemers veel spijt had van een gevuld ei, bleek hij met 7 kilo ruimschoots winnaar. Zijn tegenstrever was namelijk een pond aangekomen.

Opnieuw een marathon in Irene Sirene. Maar dan van een apart soort. Op 13 augustus werd een zogenaamde Ekiden marathon gelopen. Dit behelst een soort estafette-marathon, waarbij zes lopers respectievelijk 5, 10, 5, 10, 5 en 7,195 kilometer lopen.

Luto-nieuws maakt melding van de koninklijke onderscheiding die oud-voorzitter Kees Hobbelen op 28 april kreeg uitgereikt door burgemeester van Tilburg Brokx. Naast vele jaren bestuurswerk (32 jaar Luto, 27 jaar afdeling Brabant) is hij nog actief als voorzitter van de hartstichting, afdeling Tilburg en secretaris van het CDA Tilburg.

Waar vele schrijvers in de rubriek "Geef de pen door" moeite hebben een halve pagina te vullen, beslaat deze rubriek in Flash-bek twee volle bladzijden. En dan staat er vrolijk onder: "wordt vervolgd"...

Hoewel het niet echt op een algemene bekendheid mag bogen, blijft men bij OTTC goede ervaringen opdoen met Dutch Tennis, een soort tennis op een badmintonbaan, met een zachte bal.

In Toffelproat van COSMOS/TTVV een verslag van een "revanche"-wedstrijd tussen de Veldhovense club en Van Sloun. Ditmaal waren echter de supporters de spelers. In een voortreffelijke sfeer werden de partijen afgewerkt, waarbij Van Sloun met 175-125 wederom met de winst ging strijken, wellicht wegens het thuisvoordeel.

Uit tennisb(l)atje van De Rots blijkt dat de trainingsgroepen daar de namen van bekende spelers hebben gekregen. Zo zijn er de Bettine Vriesekoop-groep, de Paul Haldan-groep, de Danny Heister-groep, enzovoorts. Gezien de recente resultaten vragen wij ons af of het toeval is dat de Mirjam Hooman-groep die der beginnende jeugdspelers is.

Een van boven de rivieren terugkerend ex-lid doet verschillende suggesties voor het vooralsnog naamloze clubblad van TTV Valkenswaard. Het Vosje, Drikus, De Valk en Bobo passeren de revue, maar de slotvraag luidt: waarom niet net als vroeger "De Spinner"?

## Agenda .

9	sep	Europese mannenliga
10	sep	1e ronde kwalificatiemeerkampen jeugd A/B
13	sep	Europese vrouwenliga
16/17	sep	open Bulgaarse kamp
17	sep	megatoernooi
24	sep	Stiphouts tafeltennisgala
24	sep	nationale C-meerkampen 1e ronde
29	sep	Europa Cup

Kopij voor de volgende Mixed dient uiterlijk 9 september 1995 bij ons binnen te zijn.

