



PRESENTATIEGIDS

2024-2025



Wij zijn Van Wijnen

En samen bouwen we aan ruimte voor een beter leven

Samen bouwen aan ruimte voor een beter leven. Dat is de missie van Van Wijnen. Wat ons betreft, draait dat niet alleen om bouwprojecten. Het gaat ook over gezond zijn, over lekker in je vel zitten. Een beter leven is een fit leven. Daarom vindt Van Wijnen het belangrijk om als sponsor een bijdrage te leveren aan Leeuwarder Zwaluwen. Dat is meer dan bouwen!

Wij wensen Leeuwarder Zwaluwen een mooi voetbalseizoen toe met veel sportieve en plezierige prestaties!

VOORWOORD VAN DE VOORZITTER



We zijn 100! Op 15 augustus 2024 vierden we onze 100e verjaardag. Onze vereniging is in 1924 opgericht door een aantal vrienden in het Rode Dorp (Achter de Hoven) in Leeuwarden. Dat was een mengelmoes van kerkelijke en niet-kerkelijke vrienden. De christelijke jongens wilden graag dat de naam van onze vereniging met Oranje begon, maar dat vonden de niet-kerkelijken niks. Toen werd het maar de Zwaluwen, wat later officieel werd aangepast naar C.S.V. de Leeuwarder Zwaluwen. De zwaluw staat voor geluk, loyaliteit, vriendschap en ontberingen van lange afstanden. Na 100 jaar kunnen wij concluderen dat vriendschappen zijn ontstaan en ontberingen zijn doorstaan bij de Leeuwarder Zwaluwen. De loyaliteit blijkt uit het almaar groeiend ledenaantal. Het 900e lid komt in zicht!

100 JAAR

Wij zijn niet alleen op 15 augustus 2024 100 jaar; dat zijn we het hele voetbalseizoen. Daarom vinden er komend jaar diverse activiteiten plaats. Om een deel van deze activiteiten te kunnen betalen is er op 7 juni 2024 een succesvolle dinnershow geweest voor sponsors, waar topscheidsrechter Bas Nijhuis de spreker was. Inmiddels hebben wij ook een Zwaluwenlied gemaakt. Dit lied was officieel te horen bij het startschot van ons jubileumjaar op 15 augustus 2024, met hijsen van de speciale jubileumvlag. Op 4 oktober hebben wij een receptie met bestuurders en KNVB. Ook komt er een jubileumboek. Verder komen er diverse feestavonden voor de jeugd en volwassenen, een reünie en een nieuwjaarsreceptie met zaalvoetbaltoernooi. Ook gaan onze heren en vrouwen 1 een jubileumwedstrijd spelen tegen aantrekkelijke tegenstanders. Kortom, voor elk wat wils!

LEDENGROEI

Het aantal leden blijft gestaag groeien. Inmiddels zijn er 950 leden. Het aantal zaalvoetbalteams blijft stabiel en wij adopteren de “Walking Voetballers” van Cambuur. Vooral is er groei bij onze vrouwen- en jeugdafdelingen. Alle nieuwe leden van harte welkom!

JEUGDOPLEIDING

Het jeugdbeleidsplan dat geïmplementeerd is door Johan Rietdijk, Jesse Oppedijk en Johan Wijnsma begint zijn vruchten af te werpen. Wij staan voor het eerst in de Top 500 van jeugdopleidingen in Nederland. Het zou mooi zijn dat wij een vaste waarde op deze lijst worden en zelfs een aantal plaatsen stijgen. Wij komen van ver; mijn complimenten!

sanidirect Leeuwarden

- DIRECT WAT JE ZOEKT
- DIRECT HET BESTE ADVIES

SCHENKENSCHANS 1-5 | T. 058-2895082



ADVERTENTIE
RBF 0,5

VOORWOORD VAN DE VOORZITTER

KUNSTGRASVELD

In de vorige presentatiegids gaf ik al aan dat wij een nieuwe kunstgrasveld op ons hoofdveld kregen. Dat ligt er inmiddels, daar zijn wij zeer blij mee. Tegelijkertijd zijn alle reclameborden om het hoofdveld vernieuwd en is er bijna geen plek meer voor nieuwe adverteerders. Ook is er een nieuwe geluidsinstallatie aangeschaft.

Ondertussen zitten wij niet stil. Cambuur komt vanaf seizoen 2025/2026 trainen op het Friesland B-veld en krijgt dan een eigen veld tot haar beschikking. Daardoor kunnen wij dit veld niet meer gebruiken. We zijn daarom opnieuw een intensieve lobbycampagne gestart richting Gemeente Leeuwarden, BV Sport en diverse politieke partijen. Dat heeft erin geresulteerd dat het oude 'rugbyveld' (het achterste grasveld) in seizoen 2025/2026, of wellicht eerder, wordt vervangen door een kunstgrasveld met mineralen-infill. Momenteel zijn de besprekingen gaande om een brugje te krijgen bij het hoofdveld richting rugbyveld en het eventueel uitbreiden van de boxen bij Pallas.

FINANCIËLE UITDAGINGEN

Als club hebben wij vanaf dit seizoen te maken met financiële uitdagingen. Firda heeft per 1 september 2024 haar huurcontract beëindigd. Niet omdat ze ontevreden zijn, maar omdat Firda zich wil concentreren op de hoofdvestiging aan de Julianalaan. Natuurlijk zijn wij bezig om een andere huurder te krijgen, maar dat is niet zo makkelijk. Ook zijn er aanzienlijke energiekosten aan de orde en is het rentepercentage van onze hypotheek verdubbeld. Wij zullen dit met z'n allen moeten ophoesten.

MAATSCHAPPELIJKE ACTIVITEITEN

Zoals aangegeven nemen wij de Walking Footballers van Cambuur over, inclusief succetrainer Jan de Bruin. Deze 'senioren' spelen in een jubileumshirt met zowel een Zwaluwen als Cambuur Verbindt logo. De Derde helft bijeenkomsten op de maandagmiddagen voor 55-plussers zijn een groot succes en voorzien in een behoefte. Wij hadden ook een G-Voetbalcommissie opgetuigd, maar er is te weinig animo qua spelers. Daarom is deze commissie 'on hold' gezet.

TE MAKKELIJK AFZEGGEN

Regelmatig wordt er door onze heren seniorenleiders en -aanvoerders op de donderdag- of vrijdagavonden bij onze wedstrijdsecretaris afgezegd. Dat gebeurt veel te gemakkelijk en dit leidt terecht tot frustratie bij de wedstrijdsecretaris, want dit betekent voor hem veel extra werk. Onze vicevoorzitter Gooitzen Feenstra heeft dit ook herhaaldelijk aangegeven bij de aanvoerders. Als teams structureel te weinig spelers hebben, dan moeten ze ook makkelijker nieuwe leden in het team opnemen in plaats van nieuwe spelers te weigeren. Dit seizoen zijn de teams beter gevuld. Wij hopen dat dit probleem daardoor is opgelost.

WORD OOK VRIJWILLIGER!

Vrijwilligers hebben wij nooit genoeg! Onze dames van de vrijwilligerscommissie doen erg hun best om de openstaande plaatsen bezet te krijgen. Dit begint zijn vruchten af te werpen: achter de bar, in de staf en in diverse commissies zijn extra vrijwilligers toegetreden. Bedankt! Wil je ook meehelpen? Meld je dan aan via www.leeuwarderzwaluwen.nl/vrijwilligers

Ten slotte wens ik alle leden een fantastisch jubileum- en voetbalseizoen toe. Dank aan ons communicatieteam en vaste schrijver Pier Schotanus voor jullie inzet voor deze presentatiegids. Verder dank aan alle adverteerders.

Met sportieve groet,

Gerbrand Busstra

Burgemeester C.S.V. de Leeuwarder Zwaluwen



ROBERT VEENSTRA

— FOTOGRAFIE & VIDEO —

ZAKELIJK | INTERIEUR

BRUILOFT | BEDRIJF

PORTRET | MODE

SOCIAL MEDIA

06-57619441

INFO@ROBERTVEENSTRA.COM

WWW.ROBERTVEENSTRA.COM





INHOUD

VAN DE VOORZITTER	3
DUBBELPORTRET: DEMI (ZWALUWEN VR1) & EBIKEME (ZWALUWEN 1)	8
FRED DE BOER ZET MET ZWALUWEN 1 IN OP BESCHEIDENHEID	11
KLASSERINGEN SEIZOEN 2023-2024	13
SPEELSHEMA ZWALUWEN 1 2023-2024	14
SPEELSHEMA ZWALUWEN VR1 2023-2024	15
SELECTIE ZWALUWEN 1 - 2024-2025	16
DE KOERS DIE WE GAAN VAREN	19
SELECTIE ZWALUWEN VROUWEN 1 - 2023-2024	24
RENÉ ALMA EN VROUWEN 1 BLIJFT EEN GOEDE MATCH	27
HERSTEL ALS EEN PROFESSIONAL MET ONZE EIGEN FYSIOTHERAPEUT	28
MEER FUTSAL	29
VOETBAL OP VRIJDAG	30
EEN KLASSIEK KELDERKLASSETEAM, OF TOCH NIET?	35
ORGANISATIE	37
SPONSOREN	40
SPONSORING	41

COLOFON

TEKST: Pier Schotanus en Sytske Balt
VORMGEVING: Dana Elmendorp
FOTOGRAFIE: Robert Veenstra en Sytske Balt
EINDREDACTIE: Sytske Balt en Baudina Schaafsma
DRUK: RBF Communicatie & Print, Leeuwarden

© September 2024. Deze presentatiegids is een productie van CSV de Leeuwarder Zwaluwen. Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van het bestuur van de Leeuwarder Zwaluwen worden vermenigvuldigd.



DUBBELPORTRET: DEMI EN EBIKEME

Ze zijn beide niet bij Zwaluwen begonnen, maar wel heel blij dat ze hier inmiddels spelen. Demi Vos en Ebikeme Biegbudu kwamen al op jonge leeftijd in het eerste.

DEMI VOS
21 JAAR
BUITENSPELER



DEMI VOS (ZWALUWEN VR1)

VOETBALLOOPBAAN: Ik kom oorspronkelijk van Vlieland, waar ik ook voetbalde. Op mijn zeventiende maakte ik de overstap naar Zwaluwen, want ik ging studeren op het vasteland. Er gingen goede verhalen rond over de club en ik ben blij dat ik daarnaar geluisterd heb. Na een jaar bij de MO17 mocht ik naar het eerste.

Op Vlieland was er niet zoveel uitdaging. Ik stond in de spits en moest soms letterlijk de bal ophalen bij mijn eigen doel en dan maar keihard rennen. Bij Zwaluwen heb ik mij goed ontwikkeld, vooral qua afmaken. Ik hoop nog iets zelfverzekerder te worden. Als je weet dat je het kunt, lukt het gewoon.

DAGELIJKS LEVEN: Ik studeer Vastgoed & Makelaardij aan de Hanzehogeschool in Groningen. Mijn propedeuse heb ik binnen, daar ben ik heel blij mee. Het lijkt me vet om later bij een makelaarskantoor te werken en mensen blij te maken met een mooi huis.

SUPPORTER: Ik was vroeger altijd voor Ajax. Nu ik in Leeuwarden woon, moet ik toch echt voor SC Cambuur zijn. Ik ben er ook vrij vaak geweest en support ze zeker. Misschien kunnen ze binnenkort toch een keer promoveren. Af en toe zitten er hele goede wedstrijden bij, maar soms ook mindere.

VORIG SEIZOEN: We zijn derde geëindigd met Vrouwen 1, dat is prima. Soms verloren we van de 'mindere' tegenstanders, maar wonnen we van de betere.

DIT SEIZOEN: Ik hoop dat we weer hoog gaan eindigen. Promoveren lijkt mij een mooi doel. We zijn speelsters kwijtgeraakt, dus ik weet niet of dat voor dit seizoen realistisch is. We horen in ieder geval thuis in de top van de tweede klasse.

MOOISTE ZWALUWEN-HERINNERING: Er is niet een specifiek moment dat eruit springt. Ik vind het wel een hoogtepunt dat het zo'n familieclub is. Mijn teamgenoten zijn mijn vrienden geworden.

ZWALUWEN VR1: We zijn één. Qua samenspel weten we heel goed wat we wel en niet kunnen en daar coachen we elkaar op. We vechten hard voor elkaar en ik vind het een eer dat ik met dit team op het veld mag staan.

SCHOTLAND: Het was een fantastisch teamweekend in Schotland, met een leuke oefenwedstrijd. De tegenstanders, Inverness Caledonian Castle, speelden op het tweede niveau in Schotland, maar we hebben ze verslagen! Verder gingen we zwemmen in het meer van Loch Ness, dat was prachtig om te doen. Het was in december, dus koud was het wel. Helaas hebben we geen monster gezien.



EBIKEME BIEGBUDU
20 JAAR
MIDDENVELDER

EBIKEME BIEGBUDU (ZWALUWEN 1)

VOETBALLOOPBAAN: Met twee van mijn beste vrienden ging ik op voetbal bij LVV Friesland toen ik zes jaar was. Daar heb ik tot de Onder 13 gespeeld. Ik zat bij mijn zusje, Juanita in het team. Dat was geweldig. Op een gegeven moment ging zij naar Zwaluwen. Mijn vrienden van school zaten ook allemaal hier en ik wilde graag met hen voetballen. Daarom heb ik mijn moeder een paar keer lief aangekeken en toen mocht ik ook naar Zwaluwen.

Ik begon in de Onder 15 en heb alle selectieteams doorlopen. Na een tijdje in het tweede, mocht ik naar het eerste. Twee keer degraderen is zwaar, maar wel leerzaam.

DAGELIJKS LEVEN: Ik werk bij Vattenfall in de klantenservice. Ik ga binnenkort weer studeren, commerciële economie aan het hbo bij NHL Stenden.

SUPPORTER: Echt fan wil ik niet zeggen, maar ik volg het wel steeds meer. Vooral Cambuur omdat een vriend van mij, Matthias Nartey, daar nu speelt. Dat is leuk om te zien. Ik ben benieuwd hoe het gaat in het nieuwe stadion. Volgens mij hebben ze een betere selectie dan vorig seizoen. Ik volg Feyenoord Onder 21 ook graag. Daar speelt een andere vriend, Timo Zaal. Vorig seizoen zijn ze kampioen geworden en hebben ze de beker gepakt.

VORIG SEIZOEN: Ik houd niet van verliezen, maar dat deden we best vaak. Het kost veel kracht om door te blijven gaan. Vorig seizoen had ik ook veel blessures en pijntjes. Het zat niet mee. Na negen jaar bij deze club heb je liefde voor Zwaluwen en wil je de club op niveau houden.

DIT SEIZOEN: Het is een onvoorspelbaar seizoen in de derde klasse. Als het meezit draaien we mee in de top 6, maar ik denk dat we zeker een paar keer verrast gaan worden. Soms speel je op 'knollentuinen', waar het hele dorp langs de lijn staat. Het kan moeilijk worden om daar punten te pakken. Ik heb er heel veel zin in. Ook omdat Kevin en Rico Kruize nu in het eerste zitten. Voor hen kwam ik vroeger naar deze club.

MOOISTE ZWALUWEN-HERINNERING: In het tweede werden we kampioen van de reserve eerste klasse. Kampioen worden is het mooiste dat er is. Iedereen had plezier dat jaar, ook de spelers die weinig of geen minuten maakten. Dat is het mooiste jaar geweest. Veel spelers van die lichter zitten nu in het eerste.

ZWALUWEN 1: We hebben nog steeds een sterk team, met veel jonge jongens van de club. Ik heb zin om met dit team te voetballen.



***Van harte gefeliciteerd
met het 100-jarig jubileum***

JUMBO

Ruyter, van Loonstraat

De leukste supermarkt van Leeuwarden

FRED DE BOER ZET MET ZWALUWEN 1 IN OP BESCHEIDENHEID



Fred de Boer is terug op het oude nest. De 60-jarige oefenmeester promoveerde in het seizoen 2005/2006 met Leeuwarder Zwaluwen naar de eerste klasse. Ondertussen is ons ledenaantal verdubbeld, maar is het eerste elftal twee keer achter elkaar gedegradeerd. “Het is nu tijd om bescheidenheid te tonen en hard aan de slag te gaan”, aldus onze hoofdtrainer.

“Het was een heel warme overdracht”, zegt Fred de Boer, die dit seizoen het stokje overneemt van interim-trainer Johan Groote. “Ik ben zelfs bij Johan thuis geweest om te praten over voetbal. Daar kan ik mijn voordeel mee doen. Nu is het tijd voor een mooi jaar.”

‘WORTELEN’

Toch kunnen we volgens De Boer niet verwachten dat het kunstje uit 2006 – promoveren dus – zomaar wordt herhaald. “Ik vind het belangrijk dat Zwaluwen bescheidenheid toont. Niet alleen het eerste elftal is twee keer op rij gedegradeerd, ook het tweede is gedegradeerd uit de reserve hoofdklasse. We moeten nu onze mond houden over prestaties. Eerst maar eens hard werken en een team worden. Onze voorzitter, Gerbrand Busstra, verwoordde het mooi en zei: ‘Ik hoop dat we kunnen wortelen in de derde klasse.’”

Aan de staat van dienst van De Boer zal het niet liggen. De afgelopen jaren eindigde hij met VV Winsum in de subtop van de eerste klasse. Eerder stond hij aan het roer bij onder meer ACV Assen, ONS Sneek, Drachtster Boys en sc Heerenveen-vrouwen, waar hij Kerstin Casparij (nu verdediger bij Manchester City) liet debuteren. “Inmiddels heb ik bijna alle verschillende dingen die een trainer kan doen gedaan”, lacht De Boer.

GEWEND GERAAKT AAN VERLIEZEN

De belangrijkste les uit zijn gevarieerde loopbaan: “Je moet je speelstijl aanpassen aan je spelers. Als je bij Manchester United werkt en miljoenen te besteden hebt, kun je spelers kopen die bij jouw spelopvatting passen. In het amateurvoetbal kan dat niet. In mijn negen jaar bij ACV heb ik vier speelstijlen gehanteerd, omdat spelers komen en gaan. Bij Zwaluwen wil ik in ieder geval een fit en hecht team smeden, dat zich kan aanpassen aan verschillende ondergronden en tegenstanders.”

“INMIDDELS HEB IK BIJNA ALLE VERSCHILLENDE DINGEN DIE EEN TRAINER KAN DOEN GEDAAN”

“De jongens zijn gewend geraakt aan verliezen”, vervolgt De Boer. “Dat moet veranderen. We hebben vooral ‘eigen’ spelers dit jaar, weinig van buitenaf. Dat biedt ruimte voor talenten uit de jeugd en het tweede om door te stromen. Ik hoop dat dat gebeurt. We gaan hard werken en voetballen met plezier. Dan maken we er, met alle spelers en mijn assistent-trainer Hylke Schrale, een mooi jaar van in de derde klasse.”



P de VRIES
INSTALLATIETECHNIEK

AL MEER DAN
90
JAAR

Wij bieden werktuigbouwkundige installaties, klimaatinstallaties, elektrotechniek en service & onderhoud voor bedrijven, aannemers en particulieren.

PDEVRIES.NL

ONDERDEEL VAN DE **VDK** GROEP

APK-keuring

Onderhoud/repairatie

Schadeherstel

Pechhulp

Lease service

BOSCH
Service
Car Service

Auto Buikema

Orionweg 8 8938 AH Leeuwarden • 058 21 66 77 5
www.autobuikema.nl • info@autobuikema.nl



VOS
CATERING
GROU

Vos Catering Grou o.a.: "De pannen van Vos"

Vanaf 2 personen te bestellen, wisselende diners v.a. €13,95 p.p.
Min. 1 dag vooraf te bestellen voor 15:00 uur
Weekendbestellingen graag op vrijdag voor 15:00 uur

Gekoeld geleverd, u bepaalt zelf wanneer u eet! De pan verwarmt het diner in ca. 25 minuten. Weekendpartyan 50 st. saté, Happyhapjesbox, Smikkelpanken zoet & hartig, heerlijk voor bij de borrel of hightea!

Al meer dan 25 jaar uw optimale cateraar met feestelijke partijen, recepties, bruiloften, bedrijfsopeningen. Ruime keuze in lunch, buffetten & BBQ's.

Te bestellen in de webshop www.voscatering.nl

KLASSERINGEN SEIZOEN 2023-2024

TEAM SEIZOEN '22-'23 SEIZOEN '23-'24

VELDVOETBAL - HEREN SENIOREN

Zwaluwen 1	11e eerste klasse	11e tweede klasse
Zwaluwen 2	8e hoofdklasse reserve	14e hoofdklasse
Zwaluwen 3	3e derde klasse	5e vierde klasse
Zwaluwen 4	3e derde klasse	4e derde klasse
Zwaluwen 5	2e vierde klasse	3e derde klasse
Zwaluwen 6	8e vierde klasse	7e vierde klasse
Zwaluwen 7	1e vijfde klasse	3e vijfde klasse
Zwaluwen 8	11e vijfde klasse	7e vijfde klasse
Zwaluwen 9	3e zesde klasse	5e zesde klasse
Zwaluwen 10	11e vijfde klasse	12e zesde klasse
Zwaluwen 11	6e vijfde klasse	6e vijfde klasse
Zwaluwen 12	7e zesde klasse	9e zesde klasse
Zwaluwen 13	-	3e derde klasse
Zwaluwen 35+1	1e eerste klasse (7x7)	3e eerste klasse (7x7)
Zwaluwen 35+2	5e eerste klasse (7x7)	3e eerste klasse (7x7)
Zwaluwen 35+3	-	5e eerste klasse (7x7)
Zwaluwen 35+4	-	2e eerste klasse (7x7)
Zwaluwen 45+	3e eerste klasse (7x7)	3e eerste klasse (7x7)

VELDVOETBAL - DAMES SENIOREN

Zwaluwen VR1	5e tweede klasse	3e tweede klasse
Zwaluwen VR2	1e vierde klasse	5e vierde klasse
Zwaluwen VR3	3e eerste klasse (7x7)	5e eerste klasse (7x7)
Zwaluwen VR30+	3e eerste klasse (7x7)	2e eerste klasse (7x7)

VELDVOETBAL - JEUGDTEAMS JONGENS*

JO11-1	5e tweede klasse	3e tweede klasse
JO11-2	1e derde klasse	6e derde klasse
JO11-3	5e vijfde klasse	4e derde klasse (1e vierde klasse)
JO12-1	-	3e eerste klasse (1e tweede klasse)
JO12-2	-	3e tweede klasse (2x 1e derde klasse)
JO12-3	-	4e vierde klasse
JO13-1	4e hoofdklasse	8e derde klasse
JO13-2	12e derde klasse	-
JO14-1	2e derde klasse	4e eerste klasse
JO14-2	4e derde klasse	12e tweede klasse (1e derde klasse)
JO15-1	1e eerste klasse	7e eerste klasse
JO15-2	8e vierde klasse	13e derde klasse (1e vierde klasse)
JO17-1	3e hoofdklasse	6e hoofdklasse
JO17-2	2e vierde klasse	-
JO19-1	-	9e eerste klasse
JO23-1	4e eerste klasse	-

VELDVOETBAL - JEUGDTEAMS MEISJES

MO11-1	3e eerste klasse	1e eerste klasse
MO11-2	1e eerste klasse	-
MO13-1 (9-tal)	2e tweede klasse	5e tweede klasse
MO15-1	4e hoofdklasse	1e hoofdklasse (najaar)
MO15-2	-	3e tweede klasse
MO17-1	-	3e hoofdklasse (1e eerste klasse)

ZAALVOETBAL

Zwaluwen 1	-	10e derde klasse
Zwaluwen 2	10e derde klasse	2e derde klasse
Zwaluwen 3	5e derde klasse	-
JO11-1	6e regio Leeuwarden	2e regio Leeuwarden
JO11-2	4e regio Leeuwarden	5e regio Leeuwarden
JO12-1	-	4e regio Leeuwarden
JO12-2	-	4e regio Leeuwarden
JO13-1	2e regio Leeuwarden	3e regio Leeuwarden
MO11-1	-	1e regio Leeuwarden
MO13-1	1e regio Leeuwarden	3e regio Leeuwarden

Winnen of verliezen... soms zit het heel dicht bij elkaar. Ook afgelopen seizoen bleek dat maar weer. Hoe hebben onze teams het gedaan in seizoen 2023-2024? Op deze pagina staat het op een rij!

De jeugdteams spelen in één seizoen meerdere kortere competities (fasen). In dit overzicht staat de klassering van de laatste competitie vermeld. Als het team in een eerdere competitie dat seizoen kampioen is geworden, staat dat er tussen haakjes achter vermeld.

*Voor de teams JO7 t/m JO10 worden de uitslagen niet bijgehouden door de KNVB. Van deze teams is dus geen klassering.

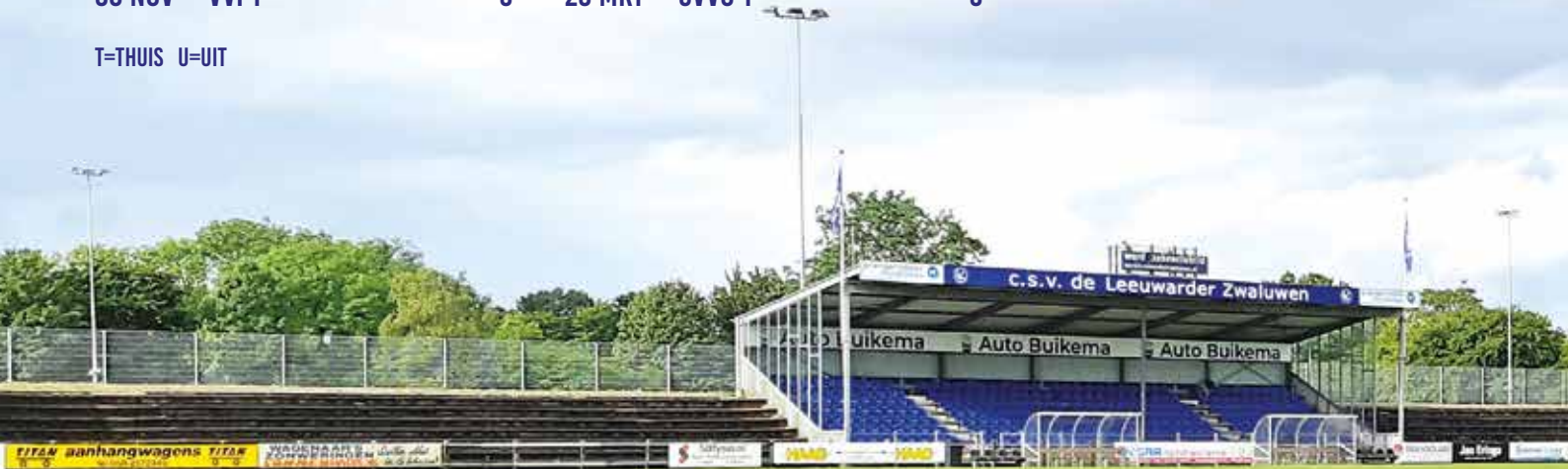


SPEELSCHEMA | ZWALUWEN 1 | 2024-2025

3E KLASSE P

21 SEP	ST.ANNAPAROCHE 1	T	7 DEC	VV NIJLAND 1	U	5 APR	SC BERLIKUM 1	T
28 SEP	DWP 1	U	18 JAN	AVC 1	U	12 APR	VV NIJLAND 1	T
5 OKT	WORKUM 1	T	25 JAN	V.V. DRONRIJP 1	T	3 MEI	QVC 1	U
19 OKT	SC JOURE 1	T	1 FEB	ST.ANNAPAROCHE 1	U	10 MEI	VVI 1	T
2 NOV	MINNERTSGA 1	U	8 FEB	DWP 1	T	17 MEI	AVC 1	T
9 NOV	CVVO 1	T	1 MRT	WORKUM 1	U	24 MEI	V.V. DRONRIJP 1	U
16 NOV	SC BERLIKUM 1	U	15 MRT	SC JOURE 1	U			
23 NOV	QVC 1	T	22 MRT	MINNERTSGA 1	T			
30 NOV	VVI 1	U	29 MRT	CVVO 1	U			

T=THUIS U=UIT



AVC
KORTBOSSEN 1
9405 BM ASSEN
WWW.ACVASSEN.NL



VV DRONRIJP
WELDERINGSTRIJTE 3
9035 CX DRONRIJP
WWW.VVDRONRIJP.NL



VV QVC
MEERWEG 4
8715 EK STAVOREN
WWW.VVQVC.NL



CVVO
STRAATWEG 52
8531 PZ LEMMER
WWW.CVVO.NL



VV DWP
DE GRIE 30
8464 PB SINTJOHANNESGA
WWW.VVDWP.NL



VVI
DE GREIDEN 24A
8523 NM IDSKENHUIZEN
WWW.VVIDSKENHUIZEN.NL



SC BERLIKUM
KWEKERIJLEANE 2A
9041 ER BERLTUM
WWW.SCBERLIKUM.NL



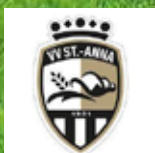
VV MINNERTSGA
FJILDLEANE 14
9047 JR MINNERTSGA
WWW.VVMINNERTSGA.NL



SC JOURE
HOGE ZOMERDIJK 5
8501 ES JOURE
WWW.SCJOURE.NL



VV NIJLAND
H. POLLEMASTRAAT 2
8771 RT NIJLAND
WWW.VVNIJLAND.NL



VV ST. ANNAPAROCHE
STATENWEG 2
9076 DS SINT ANNAPAROCHE
WWW.VVSTANNA.NL



VV WORKUM
WEVERSWEI 2
8711 GP WORKUM
WWW.VVWORKUM.NL



SPEELSCHEMA | ZWALUWEN VR1 | 2024-2025

2E KLASSE E

21 SEPT	THE KNICKERBOCKERS VR2	T	7 DEC	SC BOLSWARD VR1	T	10 MEI	VV WINSUM VR1	T
28 SEPT	BE QUICK D VR1	U	1 FEB	THE KNICKERBOCKERS VR2	U	17 MEI	SC BOLSWARD VR1	U
5 OKT	OERTERP VR1	T	8 FEB	BE QUICK D VR1	T			
12 OKT	ST BMJ VR1	U	1 MRT	OERTERP VR1	U			
19 OKT	AMICITIA VMC VR1	T	8 MRT	ST BMJ VR1	T			
9 NOV	MARUM VR1	T	15 MRT	AMICITIA VMC VR1	U			
16 NOV	ORANJE NASSAU VR3	U	5 APR	ORANJE NASSAU VR3	T			
23 NOV	VV SNEEK WIT ZWART VR1	T	12 APR	MARUM VR1	U			
30 NOV	VV WINSUM VR1	U	3 MEI	VV SNEEK WIT ZWART VR1	U			

T=THUIS U=UIT



AMICITIA VMC
KOOIWEG 1
9722 BZ GRONINGEN
WWW.AMICITIAVMC.NL



SV MARUM
HOORNWEG 40B
9363 EH MARUM
WWW.SVMARUM.NL



BE QUICK DOKKUM
TOLHUISPARK 3
9103 SN DOKKUM
WWW.BEQUICKDOKKUM.NL



THE KNICKERBOCKERS
BLAUWBORGJE 13
9747 AC GRONINGEN
WWW.KNICKERBOCKERS.NL



CCV ORANJE NASSAU
KOOIWEG 1
9722 BZ GRONINGEN
WWW.CVVORANJENASSAU.NL



VV OERTERP
GRIENE LEANE 8
9247 GT URETERP
WWW.VV-OERTERP.NL



SC BOLSWARD
BOLWERKPLEIN 4
8701 XE BOLSWARD
WWW.SCBOLSWARD.NL



VV SNEEK WIT ZWART
MOLENKRITE 132
8608 XK SNEEK
WWW.VVSNEEKWITZWART.NL



ST BMJ
KWEKERIJLEANE 2A
9041 ER BERLTSUM
WWW.SCBERLIKUM.NL



VV WINSUM
SCHILLIGEAM 1A
9951 TN WINSUM GN
WWW.VVWINSUM.NL



c.s.v. de Leeuwarder

Auto Buikema





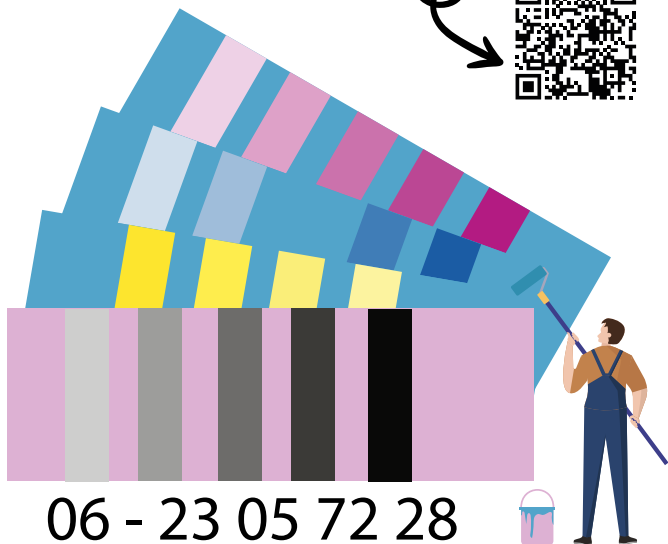
SELECTIE ZWALUWEN 1 - 2024-2025

- BOVENSTE RIJ, VLNR** Sven Atsma, Patrick Klunder, Rino Houtzager, Sil Postma, Siep Visser, Nick Mosselman, René de Haan en Sven Eijer.
- MIDDELSTE RIJ, VLNR:** Rein Postma (teammanager), Kevin Kruize, Chris Rinsma, Ynte Hoekstra, Erik Homma, Bart Wielenga, Aron Hitzert, Rico Kruize en Karam Almasri.
- ONDERSTE RIJ, VLNR:** Stan Fortuin, Ebikeme Biegbudu, Mike Herder, Hylke Schrale (assistent-trainer), Fred de Boer (hoofdtrainer), Stijn Soeten, Mateus Almeida, Jorrit van der Veen en Stefan Algra (verzorger).
- NIET OP DE FOTO:** Harry van Dijk (verzorger), Fabian van der Veen (keeperstrainer) en Ruben Messchendorp (assistent teammanager).

F. van der Molen

schilderwerken

VOLG ONS



06 - 23 05 72 28
LEEWARDEN



Loodgietersbedrijf



www.nyenhuisloodgieters.nl

H^ortelijk geleverd!

SCHOON
DENKEN

FOOX
GROOTHANDEL

Breman
SCHOONMAAKGROOTHANDEL

Edisonstraat 14 • 8801PN Franeker
www.foox.nl • www.jaapbreman.nl





DE KOERS DIE WE GAAN VAREN

In zijn vijfde seizoen als voorzitter van Leeuwarder Zwaluwen maken we de balans op met voorzitter Gerbrand Busstra. Hoe hangt de vlag erbij en wat kunnen we van de komende jaren verwachten?

CAMBUUR EN ZWALUWEN OP DE BORST

‘Verbinding maken met de wijk Nijlân en senioren’ is een belangrijk doel van het huidige beleidsplan. Dat is gelukt en ook in de toekomst gaan we daarmee door. “We zien dat we nieuwe leden krijgen die puur voor de maatschappelijke evenementen komen”, zegt Gerbrand tevreden. “Zij hebben niets met voetbal, maar worden wel blij van ‘de derde helft’, een programma waarin we van alles organiseren voor ouderen. Er komt dan bijvoorbeeld een shantykoor langs, of een inspirerende spreker.”

Verder is er nieuws op het gebied van ‘wandellend voetballen’. “We nemen de walking footballers van SC Cambuur over. Zo’n twintig spelers en hun toptrainer Jan Bruin komen onze kant op. Ze gaan spelen met twee logo’s op de borst: van Cambuur én van Zwaluwen.”

ZWALUWEN 1

Na een aantal zware seizoenen wordt het voor ons eerste elftal tijd om de rug te rechten. “Toen

we van de eerste naar de tweede klasse degradeerden, zijn er acht basisspelers vertrokken”, zegt Gerbrand. “Sindsdien hebben we een heel jong team. Het afgelopen seizoen hebben we nog vrij goed afgesloten, maar helaas kon een nieuwe degradatie niet worden voorkomen. Persoonlijk verwacht ik dat het nu een kwestie van ‘wortelen’ in de derde klasse is. Op den duur willen we weer naar de tweede klasse, maar handhaven en voetballen met plezier heeft prioriteit.”

“VERBINDING MAKEN MET DE WIJK NIJLÂN EN SENIOREN IS EEN BELANGRIJK DOEL VAN HET HUIDIGE BELEIDSPLAN”

De eerste klasse, waar we ook jaren in uitkwamen, lijkt een gesloten boek. “In die klasse liepen we op onze tenen. We zijn twee keer gered door een corona-onderbreking. Wij willen dat zeventig tot tachtig procent van de spelers uit onze eigen jeugdopleiding komt. In de eerste klasse wordt dat een moeilijk verhaal, ook omdat we spelers niet willen betalen.”

voetbalshop.nl

Leeuwarden



DE TEAMWEAR SPECIALIST VOOR ALLE VERENIGINGEN

Vanuit onze fysieke Voetbalshop.nl winkel in Leeuwarden zijn we in staat om voetbalclubs maximaal te ontzorgen op het gebied van kleding, bedrukking en het leveren van voetbalartikelen



TOP 500 JEUGDOPLEIDING

Een van de doelen van het beleidsplan 2020-2024 was het opkrikken van de prestaties van de jeugd. “Dat is gelukt, we zijn afgelopen seizoen in de top 500 jeugdopleidingen van Nederland geëindigd”, zegt Gerbrand trots. Voor het opmaken van die ranglijst wordt gekeken naar de prestaties van de jeugdteams. “Volgens mij hebben we nog nooit eerder in die lijst gestaan. Het is een doel om over vijf jaar blijvend in de top 500 te staan.” Momenteel staat Leeuwarder Zwaluwen op plek 468.

EEN ANDER DOEL

Drie teams per leeftijdscategorie realiseren. Afgelopen seizoen hadden we bijvoorbeeld slechts één JO19-team. “In de afgelopen vijf jaar is ons ledenaantal verdubbeld. Daarna hebben we een ledenstop gehad, omdat we te weinig velden hadden om verder te groeien. Ons hoofdveld is nu een kunstgrasveld geworden en in het seizoen 2025/2026 wordt het ‘oude rugbyveld’ ook een kunstgrasveld dat we kunnen gebruiken. Dat geeft ons lucht, dus we kunnen weer nieuwe leden aannemen.”

DONKERE WOLKEN

De afgelopen jaren nam de kantineomzet toe, maar voor de toekomst is er onzekerheid. “Er hangen wat donkere wolken boven het club-

huis”, bekent Gerbrand. “Onderwijsinstelling Firda maakte doordeweeks gebruik van de kantine en de bestuurskamers, maar zij hebben besloten te vertrekken uit ons gebouw. We hebben dus een huurder minder. Daarnaast hebben we te maken met hoge energiekosten en een verdubbeling van het rentepercentage op de hypotheek. Een nieuwe huurder is meer dan welkom.”

VROUWEN GAAN ALS EEN TIERELIER

“Vrouwen 1 draait al jaren mee in de top van de tweede klasse, dat is mooi. Misschien kunnen ze binnenkort promoveren, maar plezier hebben is het belangrijkste. Waar we ook trots op zijn is dat Jet van Beijeren deze zomer haar eerste profcontract heeft getekend bij sc Heerenveen. Zij komt bij ons vandaan. Verder merken we dat FC Groningen, SC Cambuur en sc Heerenveen veel interesse tonen in onze MO17-speelsters. Dat is een groot compliment. De vrouwen bij Zwaluwen gaan als een tierelier.”

Bij een club met zo’n duizend leden gebeurt veel meer dan in dit artikel staat. Om de wensen van al die leden in kaart te brengen, wil de club een enquête uitzetten. “Wat willen de leden? Wat missen ze? Dat willen we nog beter in kaart brengen en meenemen in het beleidsplan voor de komende vijf jaar”, besluit Gerbrand.



Calliope Creations

WE ACCELERATE YOUR COMMERCE!



Content
Creation



Online
Marketing



Web
Design

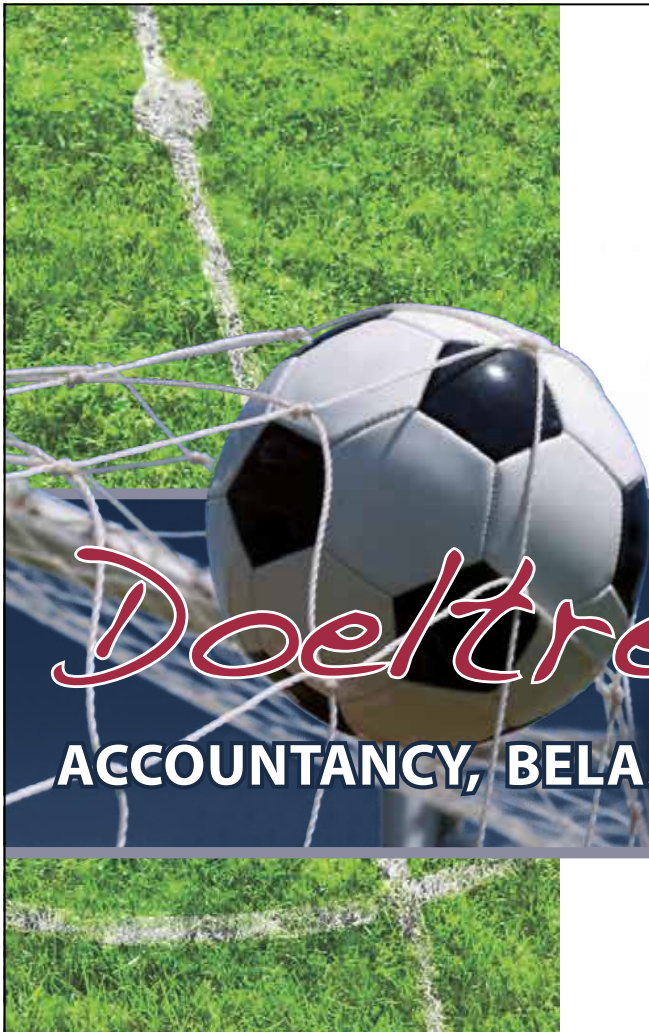
www.calliopecreations.nl

085-0606562



TRADE MARK

Heineken®



WVM

Weistra & Van der Meer

Accountants en Adviseurs

Doeltreffend in

ACCOUNTANCY, BELASTING- EN BEDRIJFSADVIES

Alexander Cohenwei 14 - 8914 BG Leeuwarden

info@wvdmgroep.nl - www.wvdmgroep.nl

Tel.: 058 - 215 93 55



Feenstra | Wonen

Makelaardij
Hypotheken
Vermogen

**Wij hebben alles in huis voor een
duurzaam thuis!**

FEENSTRAWONEN.NL
(058) 212 3000
info@feenstrawonen.nl

Schrans 147
8932 ND
LEEWARDEN



SELECTIE ZWALUWEN VROUWEN 1 2024-2025

- BOVENSTE RIJ, VLNR:** Monica Behage, Judith Brouwer, Lian Veneboer, Pien Vloon, Juanita Biegbudu en Kyra Bruinsma.
- MIDDELSTE RIJ, VLNR:** Demi Roggeveen, Nina Derix, Demi Vos, René Alma (hoofdtrainer), Plony van Savooyen, Yvonne de Witte en Joantine Douma.
- ONDERSTE RIJ, VLNR:** Monique van Overeem (teammanager), Alissa de Vries, Gwen Diepenmaat, Froukje Sliedrecht, Marieke Smit, Esra Adema, Isa Visser en Amber van der Werf (assistent-trainer).
- NIET OP DE FOTO:** Ilse de Boer en Luke Gerritsen.

warder Zwaluwen





Gezocht: vrouwen met trainerstalent

ing.nl/voetbal

Steeds meer meiden en vrouwen voetballen. Mooi! Want voetbal is voor iedereen. Maar het kan beter. Daarom zet ING als hoofdsponsor van het Nederlandse voetbal, samen met de KNVB, alles op alles voor meer vrouwen in de voetbalwereld: onder andere 25% meer vrouwelijke trainers!

In Nederland is nu slechts 3% van de voetbaltrainers vrouw. Te weinig, vinden we. Omdat veel meer vrouwen het in zich hebben goed te trainen en te coachen. Heb jij het ook in je? Samen met de KNVB bieden wij diverse programma's aan om meer vrouwen op te leiden. Twijfel niet langer, schrijf je in en pak je kans.



do your thing

RENÉ ALMA EN VROUWEN 1 BLIJFT EEN GOEDE MATCH

Loch Ness, nacompetitie, complimenten en kroegen. Het is een kleine greep uit het afgelopen seizoen van onze Vrouwen 1. Geen wonder dus dat trainer René Alma vol enthousiasme voor de groep blijft staan. Zijn zevende seizoen met deze dames is aangebroken. “Er komt geen einde aan”, lacht de 41-jarige oefenmeester.

“We hebben gezwommen in het meer van Loch Ness en gelukkig zijn we geen monster tegengekomen”, blikt René terug op het teamweekend van afgelopen december, waarin de ploeg afreisde naar Schotland. Het waren onvergetelijke dagen. “We hebben een wedstrijd gespeeld tegen Inverness Caledonian Castle, uitkomend op het tweede niveau van Schotland, en met 2-3 gewonnen. Verder hebben we nog allemaal leuke dingen gedaan: golfen, wandelen door de heuvels en natuurlijk de kroeg in.”

Om het teamweekend te realiseren zette het team meerdere acties op touw: een sponsorloop, snertactie, bingo en andere loterijen. “Op deze manier was het voor iedereen betaalbaar om naar Schotland te gaan. Ik vind het prachtig dat de dames er zoveel moeite voor hebben gedaan”, zegt René.

WAAROM HET NOG STEEDS LEUK IS

Gezelligheid en goede resultaten gaan al jaren hand in hand bij VR1. Afgelopen seizoen werd de ploeg derde en mocht het in de nacompetitie strijden voor promotie naar de eerste klasse. In de eerste ronde werd er met 2-1 verloren. Toch zag René vooral goede dingen. “In de opbouw wordt het steeds beter. Nu zetten we stap voor stap onze aanvallen op, in plaats van dat we de bal naar voren rossen. Ook de tegenstanders en toeschouwers zeggen vaak dat we leuk voetbal spelen.”

Dit seizoen, waarin Vrouwen 1 weer in de top van de tweede klasse mee wil draaien, heeft het team de beschikking over een oude bekende. Juanita Biegbudu – beter bekend als Gonny – vertrok vorig seizoen naar de beloften van sc Heerenveen. Ze maakte haar debuut in het eerste, tegen Ajax, en keert nu weer terug op het oude nest. “Een heel goede speelster om er weer bij te hebben”, aldus René.

Wat is de uitdaging in het zevende seizoen bij hetzelfde team? “Ik vind het prachtig om met deze ploeg bezig te zijn en te zien dat we nog steeds beter worden. Dat blijft het doel, ook na al die jaren. Ik merk dat ik gewaardeerd word. De speelsters zeggen na afloop van een training vaak dat ze het leuk vonden. Dat is mooi om te horen.” Bovendien wordt de dames ieder seizoen gevraagd of ze door willen gaan met de trainer. “Ook dit seizoen wilden ze dat. Unaniem”, glundert René.





*Elke dinsdag
spreekuur bij
de Leeuwarder
Zwaluwen*

Herstel als een professional met onze eigen fysiotherapeut

We weten allemaal hoe het voelt: je staat op het veld, alles lijkt perfect te gaan, en dan... BAM! Uit het niets slaat een blessure toe. En altijd op het verkeerde moment! Gelukkig hebben wij dé oplossing waardoor je binnen no time weer op het veld staat: onze eigen fysiotherapeut Anne Harm Nauta. Hoe sneller je begint met behandelen, hoe sneller je weer kunt voetballen! Wacht dus niet langer en maak meteen een afspraak.

Gewoon bij de Zwaluwen

Elke dinsdagavond vanaf 18.00 uur is er een blessurespreekuur bij de Leeuwarder Zwaluwen. Lekker dichtbij dus: je kunt er gewoon voor of na je eigen training terecht! Fysiotherapeut Anne Harm Nauta is er elke dinsdag voor iedereen die lid is van de Leeuwarder Zwaluwen. Dus niet alleen voor Zwaluwen 1 of Vrouwen 1, maar ook als je bijvoorbeeld in de O8, O14 of in een gezellig kelderklasseteam speelt!

Deskundig advies

Anne Harm Nauta (Topfysio) is al sinds 2008 de fysiotherapeut van de Leeuwarder Zwaluwen. "De mooiste amateurvoetbalvereniging van Nederland," zoals hij zelf zegt. Anne Harm is gespecialiseerd in sportblessures. Hij werkte eerder al als fysio op de medische afdeling van de KNVB in Zeist, is fysiotherapeut bij de KNSB (kernploeg en regiotop) geweest en was trainer-ploegleider van de KNWU Juniorensselectie Friesland. Hij weet als geen ander welke blessures je als sporter kunt krijgen én hoe je er weer vanaf komt!

Kosteloos

De eerste screening en korte eerste behandeling bij Anne Harm is altijd kosteloos. Daarna kun je kiezen voor een verdere behandeling door Topfysio. Het hangt van je eigen zorgverzekering af hoeveel behandelingen je zonder kosten kunt krijgen. Voor jongeren tot 18 jaar zijn de behandelingen altijd kosteloos: dat zit inbegrepen bij je zorgverzekering.

Je sponsort de club

Met elke behandeling bij Topfysio sponsor je de Leeuwarder Zwaluwen. Want voor elke behandeling van een Zwaluwenlid geeft Topfysio een bijdrage aan de Zwaluwen. Dat kost jou niks extra, en het levert de club weer extra inkomsten op waar we bijvoorbeeld nieuwe ballen van kunnen kopen!

Al veel Zwaluwenleden behandeld

In de afgelopen jaren zijn vele Zwaluwenleden je voorgegaan. Zij zijn met succes behandeld door Topfysio. Anne Harm of één van zijn collega's bij Topfysio maakt een persoonlijk herstelprogramma dat bij jou past. Want geen twee blessures en geen twee spelers zijn hetzelfde. Door een programma op maat herstel je efficiënter en heb je minder kans op terugkerende blessures.

Maak een afspraak!

Heb jij last van een blessure? Laat je niet ontmoedigen en maak meteen een afspraak voor het blessurespreekuur bij de Leeuwarder Zwaluwen. Je kunt een afspraak maken door Anne Harm te bellen of appen: 06-27034504. Voor je het weet sta je dan weer op het voetbalveld!

TOPFY SIO
fysiotherapie | sportrevalidatie

Franklinstraat 103, 8921ES Leeuwarden (tegenover winkelcentrum De Centrale)

| T (058) 844 6222 | www.topfysio.nl | info@topfysio.nl

Openingstijden Ma: 8.00-19.00u. Di: 8.00-21.00u | Wo: 8.00-21.00u | Do: 8.00-21.00u | Vrij: 8.00-18.00u



Zwaluwen 1 (zaal)

MEER FUTSAL

Het is zonde. We hebben een prachtige sporthal op Sportpark Nijlân, maar het aantal futsal-teams binnen Zwaluwen is de afgelopen jaren fors afgenomen. Nog twee van de vijf ploegen zijn over. Dat kan anders.

“In toernooivorm is zaalvoetbal heel populair binnen de club”, zegt Gooitzen Feenstra, naast vicevoorzitter en coördinator van de senioren ook coördinator futsal van Leeuwarder Zwaluwen. “De zaal is dan zelfs bijna te klein. Bijvoorbeeld met oud en nieuw, als we de teams mixen en een toernooi spelen. Toch blijft het in competitieverband wat moeizaam.”

De afname van vijf naar twee competitieve teams in korte tijd heeft volgens Gooitzen vooral te maken met randzaken. “De tijdstippen zijn vaak ongunstig. Soms ben je om 22:30 nog aan het voetballen op een doordeweekse avond. Dat is niet aantrekkelijk. Iedereen wil het liefst rond 20:00 een uurtje voetballen, maar daarvoor zijn er te veel teams in de omstreken. Dit probleem speelt natuurlijk overal, niet alleen bij Zwaluwen.”

ALTERNATIEF VOOR VELD

Verder moet futsal meer aandacht krijgen, vindt Gooitzen. “Onbekend maakt onbemind. Met meer reclame en aandacht op social media kunnen we vast groeien. Futsal is prachtig. Het spel gaat heel snel van links naar rechts. En we hebben een geweldige zaal, dus ik zou zeggen: maak er gebruik van!”

Beide teams van nu spelen op recreatief niveau. “Lekker een uurtje in de week zaalvoetballen”, zegt Gooitzen. Juist daarom is de zaal een goed alternatief voor het veld. “We zien nu dat er spelers stoppen op zaterdag en zich aanmelden bij de 35+, maar zaalvoetbal is dan ook een optie.”

Het moge duidelijk zijn: we willen groeien. “Het ledenaantal van Zwaluwen neemt al jaren toe. Met die aanwas moet er ook iets mogelijk zijn qua zaalvoetbal. We willen graag naar vier futsalteams. Dat zou goed bij onze club passen.”



VR4 (18+2)

VOETBAL OP VRIJDAG:

“NA EEN MINUUT OF 10 KOMEN WE ERACHTER DAT WE GEEN 18 MEER ZIJN”

Voetballen op vrijdagavond wordt steeds populairder bij Leeuwarder Zwaluwen. Maar liefst acht teams spelen dit seizoen competitie. René Alma (35+4), Sjoukje de Boer (VR30+) en Esra Vos (VR18+2) vertellen wat het zo mooi maakt om eens in de drie weken een paar potjes te spelen op een half veld.

“Na een minuut of 10 komen we erachter dat we geen 18 meer zijn”, zegt René Alma van 35+4. “We beginnen altijd bloedfanatiek, maar dat houden we niet vol. Dan wordt het snel minder. Vorig seizoen vlogen we de eerste wedstrijd alle kanten op en wonnen we, maar konden we de tweede wedstrijd geen stap meer zetten.”

René voetbalt met zijn vrienden en dat bevalt hem uitstekend. “Vroeger hebben we samen gespeeld bij MKV '29. Nu zijn we herenigd. We voetballen, maar eigenlijk is de derde helft nog belangrijker om bij te praten en te ouwehoeren. En het neemt weinig tijd in beslag omdat het maar eens in de drie weken is. Ik denk dat dat

de belangrijkste reden is voor de populariteit van voetbal op vrijdag. Het is ook mooi meegenomen dat het veld wat kleiner is, want we worden toch een dagje ouder.”

PADELLEN EN WATERSKIËN

Toch is voetballen op vrijdag niet alleen voor de oude garde. Naast de competities voor spelers boven de 30, 35 of 45, zijn er ook wedstrijden voor 18+. **Esra Vos** speelt in zo'n jong team, het net opgerichte Vrouwen 18+2. “Onze jongste speelster is 24, de oudste 37”, zegt ze. “Zelf heb ik bij Frisia en Leeuwarder Zwaluwen gespeeld. Nu hebben we een mix gemaakt met dames van beide clubs. Sommige teamgenoten kenden elkaar alleen nog als tegenstanders.”

“ONZE JONGSTE SPEELSTER IS 24, DE OUDSTE 37”

“We zeggen dat we het voor de lol doen, maar stiekem denk ik dat we zo fanatiek zijn dat we vol voor de winst gaan”, vervolgt Esra. “We hebben een groot team met dertien speelsters zodat niet iedereen er altijd hoeft te zijn. Maar ook op dat gebied zijn we zo fanatiek dat ik verwacht dat bijna iedereen er altijd is.”

Voetballen deden ze nog niet samen, maar padellen en waterskiën wel. “We hebben meerdere uitjes geregeld om elkaar te leren kennen. Dat zorgde direct voor verbinding. Vroeger waren we tegenstanders, maar we hebben het nu al gezellig met elkaar.”

“IK HAD JE OMA KUNNEN ZIJN, HOUD EENS OP!”

Gezellig is het ook bij de Vrouwen 30+. Zij voetballen al jaren samen op vrijdagavond. “De competitie op zaterdag was veel te zwaar voor ons, met al die jonge meiden”, lacht **Sjoukje de Boer**. “We werden aan alle kanten voorbijgelopen. ‘Ik had je oma kunnen zijn, houd eens op!’, riepen we bijna elke week richting onze tegenstanders.”

“SLIDINGS MAG JE BIJ ONS NIET MAKEN, MAAR DAT WORDT WEL EENS VERGETEN”

“In de weken dat er geen wedstrijden zijn, trainen we op donderdagavond op het pupilenveldje. Daarna gaan we de kantine in voor een borreltje. Dat is natuurlijk waarom we op donderdag trainen”, lacht Sjoukje. “Ons team is hartstikke toegankelijk. Je hoeft niet te kun-

nen voetballen, als je je maar inzet.” Met die inzet zit het wel goed. Soms iets te goed. “We hebben wel eens mot met de tegenstanders”, bekent Sjoukje. “Dan slaan we elkaar heus niet van het veld af, maar zoeken we wel de grens op. Slidings mag je bij ons niet maken, maar dat wordt wel eens vergeten. Op zaterdag sturen we elkaar foto's van de blauwe plekken die we hebben opgelopen. Dat maakt het ook leuk. Het is een lekkere uitlaatklep voor iedereen.”



VR30+, de derde helft. Thema: foute fitness party



VR4 (18+2), samen waterskiën



BOB

Bouw Onderneming Bob.nl



BADKAMERS
VAN A TOT Z



VAN VERBOUWING
TOT DAKKAPEL



DE BESTE
ALLROUNDER VAN
LEEUWARDEN EN
OMSTREKEN

WWW.BOUWONDERNEMINGBOB.NL



**Binnen- en buitenzonwering
van eigen fabricage**

Openingstijden

ma. t/m vr.: 10.00 tot 17.00 uur
zaterdag: 10.00 tot 14.00 uur



"Ze zeggen dat we snel zijn"

Zwettestraat 29B | 8912 AV Leeuwarden | Telefoon: 058 213 2988 | mail@zonweringcorrect.nl



www.vandijkverkeersopleidingen.nl
058 - 212 06 40



**Zwaluwen leden 10% korting bij
het boeken van een D2 rijopleiding**

Compact werkt

**Wij bieden u een andere aanpak
waarvan u niet wist dat u hem zocht**

- ✓ **Arbodienstverlening**
- ✓ **re-integratie**
- ✓ **organisatiebeleid**

Waarmee wij het verschil maken:

Goed bereikbaar, no-nonsense en concreet.
Binnen enkele dagen op spreekuur.
Werknemers sneller weer inzetbaar.
We doen recht aan werknemer én werkgever.

Wat anderen over ons zeggen:

"Was ik maar 10 jaar eerder bij jullie gekomen."
"Wat fijn dat jullie ook adviseren over
andere organisatorische vraagstukken."
"Door jullie inzet zijn we nog productiever gaan werken."
"Jullie zijn écht overtuigend beter."

Ontdek waarom wij overtuigend beter zijn!

Compact Werkt 085 1300 684
Castorweg 9-19 info@compactwerkt.nl
8938 BE Leeuwarden www.compactwerkt.nl

Actief in heel Nederland!
Leeuwarden, Groningen,
Zwolle, Apeldoorn, etc...





EEN KLASSIEK KELDERKLASSETEAM, OF TOCH NIET?

“Dieptepunten Zwaluwen 9 – MKV 4”, staat in grote letters op de Instagram-pagina van Zwaluwen 9. Het gaat om een video met mislukte technische hoogstandjes, een voorzet die vol op het achterhoofd van een teamgenoot belandt, een tackle op een scheenbeen in plaats van de bal en uiteraard een paar grote missers voor de goal. Toch gaat Zwaluwen 9 dit seizoen voor het kampioenschap in de reserve zesde klasse.

“Ja, er waren geen hoogtepunten. Dan moet je het anders oplossen”, verklaart Joram de video. Hij is de beheerder van de Insta-pagina van zijn team. “De teksten voor onze social media schrijf ik na de wedstrijd in de kantine. Vaak heb ik een of twee biertjes nodig voor wat extra inspiratie.”

KILO’S KWIJT

Bier, zesde klasse reserve, dieptepunten... Zwaluwen 9 klinkt als een onvervalst kelderklasseteam, maar schijn bedriegt. “Onze kracht ligt vooral in onze fit- en snelheid”, zegt Danny. “Tegenstanders zijn vaak ouder en hebben een bierbuik van hier tot Tokyo. Vooral in de tweede helft komt er dan ruimte voor ons.” Joram vult zijn teamgenoot aan: “Dat was drie jaar geleden wel anders. Ik denk dat we gemiddeld vijf kilo per persoon kwijt zijn. Iedereen is best goed bezig met zijn gezondheid.”

Ondanks hun fitheid kwamen de mannen afgelopen seizoen niet verder dan de vijfde plaats op de ranglijst. “Het is ons nog nooit gelukt, maar ook dit jaar gaan we weer voor het kampioenschap”, zegt Angelino. Wat gaat Zwaluwen 9 dit seizoen anders doen om de doelstelling nu wel te behalen? Er valt een stilte van vier seconden. “Voetballen met een plan is misschien wel handig”, bekent Joram.

‘VROUWELIJKE VERPLICHTINGEN’

Volgens Niels heeft het ook te maken met mindset. “Tegen goede tegenstanders zijn we extra gemotiveerd, maar tegen teams die minder presteren laten we steken vallen.” Ook Danny ziet dat mentaliteit soms beter kan. “De kopjes gaan hangen als we twee wedstrijden achterelkaar verliezen. Als het dan ook nog eens gaat regenen, wordt de opkomst steeds lager. Hopelijk winnen we de eerste wedstrijden en blijven we in de winning mood.”

“BIER, ZESDE KLASSE RESERVE, DIEPTEPUNTEN...

ZWALUWEN 9 KLINGT ALS EEN ONVERVALST KELDERKLASSETEAM, MAAR SCHIJN BEDRIEGT”

Kampioen of niet, gezelligheid is er altijd bij Zwaluwen 9. “Maar dat is wel afhankelijk van hoeveel jongens blijven hangen in de kantine”, zegt Angelino. “De meesten hebben ‘vrouwelijke verplichtingen’ en moeten soms vroeg naar huis. Maar over het algemeen zit dat goed. Op zondag mag je naar je vriendin, zaterdag is voor voetbal.”

SYTZE VISSER

ADVIES

- **ADVISERING**
- **DIRECTIEVOERING**
- **CONTRACTBEHEER**
- **UITVOERING**
- **PROJECTLEIDING**

Harlingertrekweg 38d, 8913 HR Leeuwarden | 06 1291 9937 | info@sytzevisser.nl | www.sytzevisser.nl
BTW NL042331894B01 | KvK 59317590 | IBAN NL75 INGB 0006 3463 50



Foto hoofdbestuur, achterste rij vlnr: Henk Busstra, Jan Friemann, Rein Postma.
 Voorste rij, vlnr: Sytske Balt, Gerbrand Busstra, Gooitzen Feenstra, Tessa Schippers.
 Niet op de foto: Hans Halma en Adriaan Brouwer.

ORGANISATIE

HOOFDBESTUUR

- bestuur@leeuwarderzwaluwen.nl
- Voorzitter: Gerbrand Busstra
- Vicevoorzitter & Seniorencommissie: Gooitzen Feenstra
- Secretaris: Hans Halma
- Penningmeester: Jan Friemann
- Wedstrijdsecretaris: Rein Postma
- Commercie: Henk Busstra
- Beheercommissie: Adriaan Brouwer
- Communicatie: Sytske Balt
- Vrouwenvoetbal: vacature

JEUGDBESTUUR

- jeugdbestuur@leeuwarderzwaluwen.nl
- Nico Stornebrink
- Chantal van Houten
- Ruben Messchendorp

TECHNISCHE STAF 1E SELECTIE HEREN

- Hoofdtrainer: Fred de Boer
- Assistent-trainer: Hylke Schrale
- Keepertrainer: Fabian van der Veen
- Fysiotherapeut: Anne-Harm Nauta
- Materiaal: vacature
- Teammanager: Rein Postma
- Verzorgers: Harry van Dijk en Stefan Algra

TECHNISCHE STAF 1E SELECTIE DAMES

- Hoofdtrainer: René Alma
- Assistent-trainer: Amber van der Werf
- Fysiotherapeut: Anne-Harm Nauta
- Grensrechter: Monique Backers
- Teammanager: Monique Backers

COÖRDINATOREN

- Voetbaltechnisch adviseur: Johan Wijnsma
- Hoofd Jeugdopleiding onderbouw: Jesse Oppedijk
- Hoofd Jeugdopleiding bovenbouw: vacature
- Coördinator JO7 t/m JO11: Sijbren van Reemst
- Coördinator JO10: Floor Snoeiing
- Coördinator JO11: Sijbren van Reemst
- Coördinator JO12: Mellissa Hoogendijk
- Coördinator JO13: Steven Hartgers
- Coördinator JO14-JO17: Ruben Messchendorp
- Coördinator JO19: Jesse Oppedijk
- Coördinator MO13-MO17: Chantal van Houten
- Coördinator Vrouwen Senioren: vacature
- Coördinator Heren Senioren: Gooitzen Feenstra
- Keepersschool Boscolo: Anno Hoekstra

VERTROUWENSPERSOON

- Lieme Wijma

ZAKENCLUB

- Sytze Visser

DIVERSEN

- Ledenadministratie: Gerrit Beeksma, zwaluwenleden@hotmail.com
- Kantine: kantine@leeuwarderzwaluwen.nl
- Kleding: kledingcommissie@leeuwarderzwaluwen.nl
- Beheercommissie: Jan Hoog en Anton Hendriks
- Sponsorcommissie: sponsorcommissie@leeuwarderzwaluwen.nl
- Communicatieteam: communicatie@leeuwarderzwaluwen.nl
- Consul: Age Hendriks



**Kom
werken bij
Omrin**

werkenbijomrin.nl



Maak het verschil in jouw vakgebied!

Ben je iemand met talent voor Logistiek of Techniek? Heb je gevoel voor commercie? Of ben je juist iemand die graag structuur aanbrengt? Bij Omrin doe jij werk dat ertoe doet, in een organisatie waarin jij ertoe doet. Dus, zoek jij een werkgever die jou op waarde schat? En wil jij jouw talent inzetten voor een duurzame, schone en eerlijke wereld?

- Techniek • Planning en Logistiek • Business support • Management en specialisme
- Relatiebeheer en klantcontact • Estafette Recyclewinkels
- Engineering en innovatie • Productie

met jou halen we alles eruit



solliciteer!





haan

reclamewerk

- binnenreclame
- voertuigreclame
- buitenreclame
- grootformaat printen
- standbouw
- ontwerp & advies

www.haanreclamewerk.nl

 @haanreclamewerk
  haanreclamewerk



VOETBAL PLEZIER

BIJ SC CAMBUUR



SCHRIJF JE IN!



SC CAMBUUR
VOETBAL KAMPEN

www.cambuur.nl/voetbalkampen

Van Beets
Groengroep

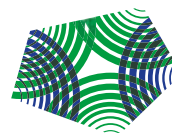


Toe aan een
frisse blik op uw
tuinonderhoud?

Aanleg & ontwerp | Onderhoud
Bestrating | Boomverzorging
Sedumdaken

Uranusweg 22
8938 AJ Leeuwarden
06 131 66 547
info@vanbeets.nl

vanbeets.nl



Smits & van der Meer
verzekeringen

www.smitsenvandermeer.nl



SPONSOREN

HOOFDSPONSOR

- Id Frm B.V.

CO-SPONSOR

- Busstra Risico- en Assurantieadviseurs
- Van Wijnen

HOOFDSPONSOR VROUWENVOETBAL

- ING
- Van Wijnen

ZILVER SPONSOR

- Sanidirect
- TanQyou

BRONS SPONSOR

- FH Security
- Schoonmaakbedrijf Tiemersma B.V.
- Rob Oost Projectinrichting B.V.

KLEDINGSPONSOR

- Aguna
- Café 't Wap
- Calliope Creations
- Feenstra Adviesgroep
- Houdvast
- Voetbalshop.NL
- P. de Vries Installatietechnieken B.V.
- Pan-Asian Cuisine Sin Jah
- Zayn Nightlife
- We are Grutsk
- Vrieswijk BHV
- Rijpma Schilderwerken
- Voordeelfiets.nl

JEUGDSPONSOR

- Jumbo Van Loonstraat
- Van Wijnen

KLEDINGSPONSOR JEUGD

- Betondirekt B.V.

SCOREBORD SPONSOR

- Calliope Creations
- Voetbalshop.NL

- Tadema Makelaars
- Leeuwarder Betoncentrale
- Van Beets Hoveniers & Boomverzorging

TRIBUNESPONSOR

- Auto Buikema
- Stichting Zakenclub Leeuwarder Zwaluwen
- Pranger Rosier

BORDSPONSOR

- Aguna
- Auto Douma
- AutoTaal Glas
- Balt Veiligheids en Certificeringsadvies
- BrainSquare Heerenveen
- Eisma Media Groep
- Busstra Risico- en Assurantieadviseurs
- BV Sport
- Café 't Wap
- Calliope Creations
- CBC Juristen
- Compact Groep
- Computersystemen 2000
- Ewald B.V.
- Feenstra Wonen
- Fook Groothandel Bergsma Franeker
- Frlgroep
- Haag Woninginrichting
- Heineken
- Hertz Autoverhuur
- Id Frm B.V.
- Intersport Luxen
- McDonalds Leeuwarden Cambuur
- Moto Wijma
- Muta Sport Nederland B.V.
- Notaris Slagman
- Omrin
- P. de Vries Installatietechnieken B.V.
- Personal Plaza
- Plaveka
- Raadsma Dokkum
- Rob Oost Projectinrichting B.V.
- Spin Off Nederland
- Tadema Makelaars
- Titan Van der Werf Jelsum

SPONSORING

Als vrijwilligersvereniging kan CSV de Leeuwarder Zwaluwen niet draaien zonder de hulp van onze trouwe sponsors. En daar doen we graag wat voor terug! We bieden onze sponsors diverse mogelijkheden om hun zichtbaarheid bij onze leden en bezoekers te vergroten. Een levendige voetbalvereniging trekt meer leden en publiek, met als resultaat extra inkomsten én een grotere zichtbaarheid van de sponsors.

MOGELIJKHEDEN VOOR SPONSORING

- In onze sponsorgids bieden wij diverse mogelijkheden voor sponsoring, zoals het plaatsen van een reclamebord langs ons voetbalveld of

shirtsponsoring. Je kunt onze sponsorgids vinden op www.leeuwarderzwaluwen.nl/sponsoring. Staat hier niet tussen wat je zelf in gedachten had? Dan gaan wij graag met je in gesprek over de mogelijkheden! .

- Je kunt ook lid worden van de Club van 50. Deze club ondersteunt allerlei activiteiten van de jeugdteams van de Zwaluwen op financieel gebied. De leden van de Club van 50 betalen per jaar € 50.

Heb je belangstelling om sponsor te worden, of wil je lid worden van de Club van 50? Neem dan contact met ons op! Henk Busstra, 06-53312197 of sponsorcommissie@leeuwarderzwaluwen.nl

- TN Slopen & Saneren
- Van Wijnen
- Verno
- Vos Catering Grou
- Weistra & Van der Meer Accountants
- Zonwering Correct
- Voetfocus
- Vakantiehuisjes op Terschelling

SPONSOR

- Top Fysio Leeuwarden
- Nyenhuis Loodgieters

OVERIGE SPONSOREN

- Expert Tromp
- Foox Groothandel Bergsma Franeker
- Heineken
- Hubo
- Muta Sport Nederland B.V.
- New York Pizza
- RBF
- Vrumona

SPONSOR 100 JAAR

- Auto Buikema
- Bouwonderneming Bob
- Rein Potma & Jesse Oppedijk
- Busstra Risico- en Assurantieadviseurs
- Calliope Creations
- Compact Groep
- Dames 1
- F. van der Molen Schilderwerken
- Feenstra Adviesgroep
- Foox Groothandel Bergsma Franeker
- Haan Reclamewerk
- Heineken
- Van Beets Hoveniers & Boomverzorging
- Id Frm B.V.
- Voetbalshop.NL
- Noardcode
- P. de Vries Installatietechnieken B.V.
- RBF
- Smits & Van der Meer Verzekeringen
- Voetbakampen Cambuur

- Jumbo Van Loonstraat
- Sytze Visser Advies
- Titan Van der Werf Jelsum
- Vos Catering Grou
- Weistra & Van der Meer Accountants
- Stichting Zakenclub Leeuwarder Zwaluwen
- Zonwering Correct
- Club van 50
- Busstra Consultancy

ZAKENCLUBLEDEN

- Auto Buikema
- AVB Groep
- AZ Recruitment
- Bouw Onderneming Bob
- Bouwhuis Parket
- Busstra Risico- en Assurantieadviseurs B.V.
- CBC Juristen
- Compact Groep
- Dosgros Automaterialen
- Feenstra Adviesgroep B.V.
- Firma B. Nyenhuis
- IdFrm B.V.
- ING Bank Leeuwarden
- Jan Dijkstra @dministration
- Jumbo Van Loonstraat
- Kijlstra Personenvervoer & Ambulancegroep Fryslân
- Nieuwbouw in oude stijl B.V.
- Okso Schilderwerken
- Omnyacc Pensioen- en HRM-adviseurs en accountants
- PW-Interim
- R.J. de Boer Assurantiën
- Raadsma IJzerhandel B.V.
- Reclame Bureau Friesland (RBF)
- Sytze Visser Advies
- Tadema Makelaars
- Topfysio
- Van Wijnen
- Vers en Co B.V.
- Vos Catering
- Weistra & Van der Meer Accountants en Adviseurs B.V.

TITAN AANHANGWAGENS



Titan Aanhangwagens (van der Werf Jelsum B.V.)

Breedijk 33

9057 RB Jelsum (Friesland)

Tel. +31 58 2572445

info@titanjelsum.nl



WWW.TITANJELSUM.NL

WWW.FACEBOOK.COM/TITANJELSUM



Busstra

risico- en assurantieadviseurs B.V.



Logistiek



Food



MKB

**Optimale aandacht tegen de
laagst mogelijke prijs**

**058 - 2941650
www.busstra-advies.nl**

Project Firda sc Cambuur stadion Leeuwarden

ldFrm
IF YOU WANT GOOD LIGHT

Van lichtplan tot realisatie

ldFrm BV
Uranusweg 18, 8938 AJ Leeuwarden
058-2158705
www.ldFrm.nl
info@ldFrm.nl