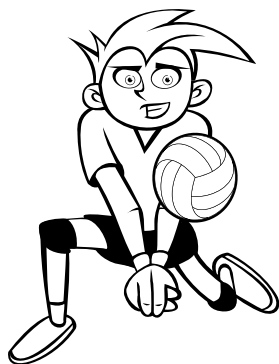


COOL MOVES VOLLEY (CMV)

Je hebt vast al wel eens een volleybalwedstrijd op televisie gezien. Onze Nederlandse teams horen namelijk bij de beste ter wereld.

Als je nog geen 13 jaar bent, kun je Cool Moves Volley spelen. Je volleybalt dan op een kleiner veld, met een lager net en met een minder zware bal. Je team bestaat niet uit zes, maar uit vier volleyballers. Dat is veel leuker, omdat je dan veel vaker zelf de bal kan spelen. Wist je dat bijna alle spelers en speelsters van Oranje zo met volleybal zijn begonnen?



Een keer per maand is er een CMV-toernooi. Hieraan doen een aantal verenigingen uit de regio mee. Zo'n toernooi is op zondag en duurt een ochtend of middag.



INFORMATIE

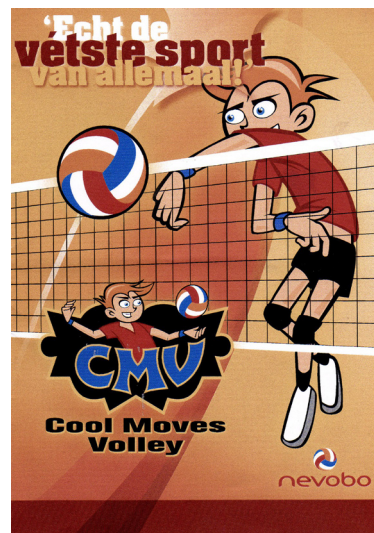
Volleybal is echt mijn sport. Er zijn veel verschillende acties. Je serveert, smasht, verdedigt en blokt. En wat ik ook zo leuk vind aan volleybal: het is een echte teamsport, waarbij je moet samenwerken om de wedstrijd te winnen.

Heb je na het lezen van deze folder zin gekregen om mee te komen trainen? Je kunt bij Nuvo'68 drie keer gratis komen meetrainen om te kijken of je het leuk vindt. Je hebt behalve kniebeschermers geen bijzondere sportkleding nodig. Shirtjes krijg je bij de wedstrijden van de vereniging, dus zelf hoeft je alleen voor een rood sportbroekje te zorgen.



Algemeen bestuur
Website
Mini's

ab@nuvo68.nl
www.nuvo68.nl
mini@nuvo68.nl



COOL
MOVES
VOLLEY

INFORMATIE-FOLDER



Ben jij al bekend met Cool Moves Volley?

Nee?

Het is voor kinderen van 6 tot 12 jaar!

Zin om het eens te komen proberen?

Dit kan op woensdagmiddag van 17.00 tot 18.30u in de Hongerman aan de Hoge Brake 3 in Nuenen.

Tot gauw!;

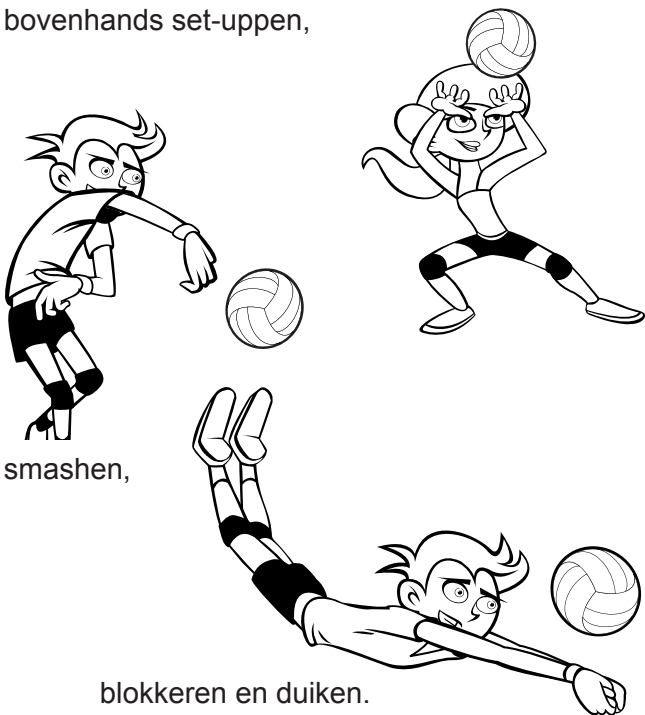
VOLLEYBALTECHNIEKEN

In Nuenen is volleybalvereniging Nuvo'68 al ruim 40 jaar actief voor de jeugd en senioren. Nuvo'68 heeft een eigen mini-afdeling. Deze doet mee aan de Nevobo toernooien die voor deze groep kinderen georganiseerd worden.



Iedere leeftijdsklasse heeft een eigen niveau waarop het spelletje gespeeld wordt.

Er zijn zes niveaus en bij elk niveau leer je er een nieuwe move bij: serveren, onderhands passen, bovenhands set-uppen,



ANDERE NEVENACTIVITEITEN VOOR DE MINI'S

- sfeervolle kerstraining
- ludieke carnavalstraining verkleed natuurlijk!
- techniektrainingen op zaterdag in Nuenen in de Hongerman
- nachttocht in de bossen



- laatste training: ouder/kind toernooi
- afsluitende activiteit
dit kan in de bossen zijn of



TRAININGEN

Tijdens de trainingen speel je allerlei leuke balspelletjes. Dit zijn eigenlijk gewoon balvaardigheidsoefeningen.



Hierna leer je de volleybaltechniek.

Dit kan iedere week wat anders zijn (bv. bovenhands gooien en/of spelen, maar ook serveren of passen). We spelen vaak nog een wedstrijdje tegen elkaar om de spelregels goed te oefenen.

De trainer heeft altijd een hulptrainer: ouders (met volleybalervaring) of jeugdspelers, om de kinderen de techniek goed aan te leren.

