

## Gebruik van ballen en volleybalnet

### Ballen

- Elk team krijgt een set wedstrijdballen. Op deze ballen staat je team vermeld. En de naam CSV.
- Daarnaast zijn er 6 trainingssets. Deze zijn niet team-gebonden maar per veld.
- Zowel aan de linkerkant van de zaal als aan de rechterkant staat in de materialenberging een ballenkast van CSV. Bij binnenkomst links zitten in de kast set A, B en reserve set E. bij binnenkomst rechts zit in de kast set C, D en reserve set F.
- Elk set heeft 7 ballen met daarop een letter (A,B,C,D,E of F).
- Alleen de trainers hebben een sleutel gekregen van de betreffende lade.
- Belangrijk is dat na elke training alle ballen weer terug in de juiste kast komen en dat deze op slot gaat.
- Zit er in je wedstrijdset of in een trainingsset een kapotte bal, meld dit dan bij het bestuur.

### Volleybalnet

CSV heeft 4 eigen volleybalnetten. Deze netten mag je gebruiken tijdens wedstrijden en training. Het bestuur heeft nagedacht hoe het opzetten en afbreken van deze netten te verbeteren. En de netten liggen op een andere plek in materialenberging.

De netten van CSV liggen nu in de ballenkasten. In de la onder elk trainingsballenset ligt een net. De netten met de houtenstok in de zijkant zijn van het Deltion College. Deze hangen aan haken aan de muur in de materialenberging.

De klittenband bevestiging van deze netten zorgt ervoor dat ze vaak erg in elkaar gedraaid zitten, wat het niet makkelijker maakt om ze op te zetten. Voor elk net is een plank gemaakt waarop ze opgerold kunnen worden. Belangrijk bij het opbergen is het klittenband terug te vouwen zodat deze niet meer overal aan vast kleeft. Hieronder een korte instructie voor het opzetten.

#### **Opzetten van het net**

- In de zaal rol je het net van de plank
- Je zet de palen neer en bevestigd de staalkabel van het net aan de palen.

- Schuif de bevestiging omhoog zodat de bevestiging op de juiste hoogte hangt (2.43 cm of 2.24 cm), dus niet hoger dan nodig! Trek de bovenkant van het net strak. Let op: draai de bevestigingsschuif vast! Dit voorkomt ongelukken bij het afbreken van het net.
- De onderkant van het net bevestig je aan de paal horizontaal met het net (dus niet naar beneden trekken!) en trekt deze strak. Let op, links en rechts zijn verschillend, zo ook de palen. Eén kant van het touw heeft een lusje welke je aan het haakje aan de paal bevestigt. De andere kant is alleen een touwtje welke je aan de paal vastmaakt door deze door de sleuf van de touwklem te trekken.
- Haal de klittenband banden los en bevestig deze om de paal. Aan de zijkant van het net zit er per band een oogje. Je slaat de band om de paal, vervolgens haal je de band door het oog en vouwt de band terug zodat het klittenband vast zit. Let er op dat je ze allemaal even lang maakt. Daarna doe je het zelfde aan de andere kant van het net, maar nu kun je hem ook strak trekken.
- De antennes bevestig je met de stok aan de kant van de paal. Zorg ervoor de huls van de antenne recht boven de zijlijn hangt.
- Het net hangt nu netjes en strak. Eventueel moet je nog kleine aanpassingen doen als bij het na meten blijkt dat het net niet helemaal op hoogte hangt.

### **Afbreken van het net**

- Als eerste haal je de antennes van het net, maak je de onderkant van het net los en haal je de spanning van de bovenkant van het net.
- Je maakt het klittenband los ÉN plakt deze bij elke band afzonderlijk terug! Zodanig dat het klevende deel van het klittenband niet meer overal aan vast blijft zitten.
- Je haalt het net van de palen en legt het uitgespreid op de vloer.
- Vervolgens vouw je het twee keer dubbel, leg de klittenbanden en touwen op het net en daarop de plank.
- Vervolgens rol je het net op de plank.
- Het net berg je op in de betreffende lade in de ballenkast. De antennes leg je bovenop de ballenkast.
- Is er iets kapot meld dit dan (ook) bij het bestuur.