



HC Kromme Rijn

Informatieblad gebruik en onderhoud keepersmateriaal

In dit informatieblad staan een aantal tips over de wijze waarop binnen HC Kromme Rijn omgegaan dient te worden met de keepermaterialen, hoe ze gedragen en hoe ze verzorgd moeten worden.

De belangrijkste punten om zuinig met de spullen om te gaan staan hieronder:

- *Controleer na ieder gebruik je spullen, als er iets mis is heb je nog tijd om contact met het keepers team voor reparatie/vervanging.*
- *Laat spullen natte of bezwete spullen nooit in je tas zitten.*
- *Bewaar de klompen in gesloten toestand.*
- *Trek je keepersbroek aan zonder schoenen.*
- *Haal bij alle elastieken na gebruik de spanning er af. (Helm open!).*
- *Wissel de klompen regelmatig van voet.*
- *Doe de tong van de klomp nooit voor je legguard*

Als iets kapot begint te gaan wacht dan niet totdat het echt kapot is, maar neem direct contact op met het keepersteam.

Het onderhoud:

Controleer de spullen regelmatig op slijtage. (na elke wedstrijd) Zie je dat er iets kapot begint te gaan, meld dit dan direct bij de materiaalcommissie en wacht niet tot het echt kapot is. Wij kunnen dan niets meer repareren en heb je, als we niets op voorraad hebben, een probleem!

Ga niet zelf repareren of aanpassingen maken, maar ga hiervoor naar het keepersteam. Wij hebben genoeg tips en trucs om hierbij te helpen. Taped alleen als noodoplossing!!!

Laat spullen niet nat in een tas liggen tot de volgende wedstrijd. Daar gaat de kwaliteit heel snel mee achteruit en de geur wordt er ook niet beter van!

legguards, klompen en handschoenen met water en een lekker geurende zeep (shampoo) borstelen met spons vooral de plekken die in contact komen met de huid en afspoelen. Leg je spullen niet op een hete kachel om ze droog te koken of in de volle zon.

De keepersbroek en tock zijn vaak de grootste oorzaak van die beruchte keeperslucht die in de tas overheerst. Door de broek af en toe volgens de wasvoorschriften in het label te wassen in de wasmachine kan dit beperkt worden. Daarna te drogen hangen in een droge, warme ruimte, bv. een verwarmde schuur of garage. Haal voor het wassen wel eerst de harde bescherming uit de broek. (als dit mogelijk is)

Gebruik van liters Fébrèze of deodorant helpt slechts tijdelijk, meestal nog niet eens een halve wedstrijd.



HC Kromme Rijn

De body protector kan je reinigen door in bad met met wasmiddel te dompelen en een half uurtje te laten liggen daarna goed uiten afspoelen en laten drogen (zie broek)

De elleboog beschermers deze kunnen gewoon gewassen worden in de wasmachine volgens voorschrift

De Helm Deze kan gereinigd worden door de zweetband in de wasmachine te wassen en de binnenkant schoontemakken met babydoekjes en of een spons en lauw ater met zeep

Check youtube [Obo Tutorial Gear Cleaning](#)

Verzorg de spullen alsof ze van je zelf zijn. In een tas zit voor minimaal € 1000,- aan Materialen bij d eijingste jeug bij junioren en senioren kan dit oplopen naar €2000,-! Mochten er ondanks bovenstaande uitleg toch nog vragen overblijven of is er iets mis met de keeperspullen dan kun je altijd contact opnemen met Het keepersteam.

Gebruik Keepers materiaal

De helm: In een jeugdteam wordt er vaak van keeper gewisseld. De helm past de ene keeper wel, de andere niet. De helm kan gelukkig in grootte worden aangepast. Controleer de helm met regelmaat of er bandjes of schroefjes los zitten, dit verlengt de levensduur. Blijkt de helm in de kleinste stand nog te groot te zijn dan kan er d.m.v. een bandana de helm passend gemaakt worden. De helm past als hij niet voor de ogen kan zakken. De helm “klemt” dan op de kruin én de kin.

Bodyprotector: Deze is simpel instelbaar d.m.v. de banden op de rug. Zorg er voor dat de bodyprotector tegen de hals aansluit, zoals een T-shirt normaal gesproken ook sluit. De bodyprotector moet over of boven de rand van de broek komen. In verband met de veiligheid dient je altijd een shirt of jas **over** de bodyprotector te dragen.

Handschoenen: Deze lijken voor zich te spreken, de linkerhandschoen is de stophandschoen, de rechterhandschoen is de stickhandschoen. Zeker bij de kleinsten worden de handschoenen nogal eens terzijde gelegd, omdat je met de linkerhandschoen de stick niet kan vasthouden. Dat klopt! De stick wordt alleen in de rechterhand vastgehouden! Met de linkerhandschoen kan men dus hoge(re) ballen keren.

Legguards: Met van riempjes of banden met klittenband worden de Legguards achter op de kuit vastgemaakt. Zorg er voor dat ze niet te strak zitten, maar wel dusdanig vast dat ze niet gaan draaien. Legguards hebben een rechter- en linkeruitvoering. Om te voorkomen dat de ballen tegen de binnenkant van het been geslagen worden zit daar een “bescherm-flap” naar binnen gebogen. De Legguards zitten dus goed als de “bescherm-flap” aan de binnenkant van de benen zitten.



HC Kromme Rijn

Kickers (klompen): Eén van de meest aan slijtage onderhevige delen zijn de klompen. Is het niet dat de riempjes snel slijten dan wel de onderzijde van de klomp. Klompen hebben geen links of rechts. Het maakt dus niet uit welke voet je welke klomp aantrekt. Het is verstandig zo veel mogelijk te wisselen (welke klomp aan welke voet). Hierdoor is er een gelijkmatiger slijtage.

Bij het aantrekken van de klomp dienen de riempjes voorop slappend los te zitten, nadat de voet erin zit en de achterste hielriem vastzit, kan deze weer aangetrokken en vastgezet worden. Bij een vaste keeper kunnen de voorste riempjes, als deze eenmaal goed zitten, vast blijven.

Let op dat de klomp niet te hoog boven de grond komt te zitten, zodat de bal eronder kan schieten en de voet alsnog geblesseerd raakt. Ook hier dienen de riempjes dusdanig aangetrokken te worden dat de klomp niet van de voet afschiet maar ook de voet niet afklemt of in het foam snijdt.

Let op dat de gespen van de voorste riempjes niet onder de zool zitten. Dit is te voorkomen door de hielriempjes buiten de voorste riempjes te bevestigen, de gespen blijven dan achter de hielriempjes haken waardoor ze niet onder de voet kunnen komen. Doe de tong van de klompen **nooit** voor de legguards, hierdoor breken deze zeer snel af.

Laat de materiaalcommissie op tijd weten als de riempjes door slijtage hun einde naderen. Zij kunnen dan tijdig een nieuw setje riempjes verzorgen. Bewaar de klomp in gesloten toestand (riempjes aangetrokken) in de tas, om te voorkomen dat de riempjes kwijtraken en te zorgen dat de klomp in vorm blijft. Let op dat het riempje niet gedraaid onder de zool zit, dan slijt het nog sneller.

De broek en toque: (Vanaf de D-jeugd zit er geen broek of toque in de tas.) Check regelmatig of de beschermende platen op hun plaats zitten. Met de riem en de vetersluiting dient de broek op zijn plaats te blijven zitten. De broek is vaak de grootste oorzaak van die beruchte keepers lucht die in de tas overheerst. In de broek blijft door het aanwezige, dempende schuimrubber een groot gedeelte van het zweet hangen. Laat de broek dus goed uitdampen. Gebruik van liters luchtverfrisser of deodorant helpt slechts tijdelijk, ca. 1/4 wedstrijd. Bij het eventueel reinigen van de broek moeten de wasvoorschriften op het was label gevolgd worden.

De Tas: Haal natte keepers spullen uit de tas om te drogen. Laat de tas nooit onbeheerd achter! Neem de tas mee naar huis. Ga nooit op de tas zitten. De keepers spullen in de tas kunnen dan beschadigen of uit vorm raken. Aan het eind van het seizoen dienen de tassen met schone keeperspullen te worden ingeleverd ter controle.

Voor vragen en opmerkingen over de keeperuitrusting of het melden van manco's of schade, kan je terecht bij het keepersteam :

E-mail: keepersteam@hckrommerijn.nl

Succes en veel plezier met keepen

Versie mh2016-1 -2

•