



Dé GOLF
in ZAKEN
COURANT.nl

Regio Biesbosch

editie 1 - 2026



**NEEM
GRATIS
MEE**

Crayestein Golf.....	3
Een ronde voorbereiden.....	7
Tips voor een betere swing.....	13
Winterbestendige clubs & ballen.....	15
De taal van de golfbaan.....	19

BENT U OP ZOEK NAAR IETS EXCLUSIEFS?

U bedenkt het, wij maken het voor u op maat!



ALLE PRODUCTEN ZIJN VOOR U OP MAAT GEMAAKT.

Complete woning verbouwingen | Keuken realisatie | Interieurbouw
Badkamer- en toilet realisatie | Meubels op maat

Forcrete Microcement De Kunst van Naadloze Perfectie

Waterdicht, krasvast en strak tot in detail.
Geen voegen, geen schimmel, geen zorgen.
Geschikt voor vloeren, wanden, badkamers en meer.
Ervaar het zelf – ontdek Forcrete.



SVEN HAKANSON | Showroom @ Prisma 100 B6, 3364 DJ Sliedrecht [Bezoeken op afspraak]

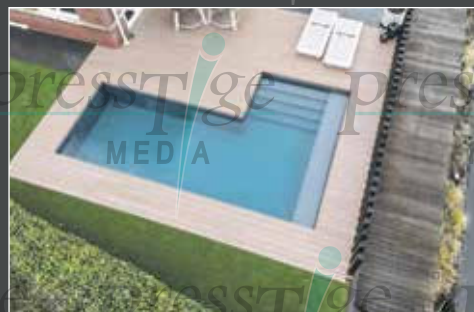
INFO@BUILTBYSVEN.NL | **WWW.BUILTBYSVEN.NL**



Zwemtech

Techniek is onze passie

Uw Droomzwembad, Onze Expertise



Zwemtech realiseert jouw droomzwembad met hoogwaardige techniek, vakmanschap en oog voor comfort. Of het nu gaat om een privézwembad in de tuin, een wellnessruimte of een openbaar bad, Zwemtech verzorgt ontwerp, aanleg, onderhoud en renovatie volledig op maat. Dankzij slimme installaties, energiezuinige oplossingen en nauwkeurige waterbehandeling geniet je het hele jaar door van helder, veilig en comfortabel zwembadwater. Van eerste adviesgesprek tot oplevering heb je één betrokken specialist die met je meedenkt en snel schakelt. Bezoek zwemtech.com en ontdek hoe jouw ideale zwembad werkelijkheid wordt.

Burg. Teijssenstraat 29
4731KV Oudenbosch
(geen showroom)
Info@zwemtech.nl

www.zwemtech.com |  

Onze openingstijden
maandag tot en met vrijdag: 9:00–17:00



Crayestein Golf

📍 Baanhoekweg 50, 3313 LP Dordrecht
☎ 0786211221 🌐 www.crayesteingolf.nl



Crayestein Golf

Gelegen aan de pittoreske rand van de Hollandse Biesbosch ligt Crayestein, een golfbaan die meer is dan alleen een plek voor sport en spel. Deze golfbaan, de thuisbasis van Golfclub de Merwelanden, biedt een diversiteit aan omgevingen, van uitdagende holes tot onberispelijke snelle greens, en een unieke ambiance die gastvrijheid, toegankelijkheid en een laagdrempelige sfeer uitstraalt. Bij Crayestein geloven we dat golf een spel is dat voor iedereen toegankelijk moet zijn.

Onze golfschool biedt een breed scala aan lesmogelijkheden, onder leiding van vijf professionele golfinstructeurs. Of u nu op zoek bent naar persoonlijke aandacht van uw golfprofessional, of gerichte lessen wilt om specifieke aspecten van uw spel zoals bunkerspel of putten te verbeteren, wij hebben de expertise en flexibiliteit om aan uw behoeften te voldoen. Lesmogelijkheden zijn beschikbaar zeven dagen per week en elke instructeur heeft zijn eigen online lesagenda voor eenvoudige planning.

Na een kort en eenvoudig registratieproces kunt u meteen beginnen met het plannen van uw lessen. Als u hulp nodig heeft bij het registratieproces, staan onze winkelmedewerkers klaar om u ter plaatse te assisteren.

Naast individuele lessen bieden we ook groepslessen en cursussen voor alle golfers met baanpermissie of een handicap van 54 of beter. Deze cursussen bieden de mogelijkheid om uw handicap te verbeteren onder gunstige financiële voorwaarden. Als u nog geen baanpermissie of HCP54 heeft, kunt u vaak direct beginnen met ons HCP54 lestraject.

Bij Crayestein is er meer dan alleen golf. Onze locatie herbergt ook Jack's Steakhouse, dat een uniek culinair concept biedt. Dit is geen traditioneel steakhouse dat zich alleen op vlees richt. Wij richten ons op een breder publiek en hebben een uitgebreide menukaart die zowel de vlees- als de visliefhebber zal aanspreken. Daarnaast kunt u bij ons uw maaltijd naar eigen smaak samenstellen.

Kwaliteit is bij Jack's Steakhouse van het hoogste belang. We werken samen met de beste slaggers, visleveranciers en patissiers uit de regio. Dankzij deze verse producten en de specifieke grilbereiding van onze gerechten, kunnen we gerechten aanbieden met een authentieke, overheerlijke smaak die u nergens anders zult vinden. Beleef de perfecte balans tussen sport en culinaire verwenning bij Crayestein.

Bron - www.crayesteingolf.nl - Foto: Unsplash

Dé beste swing bestaat niet...

...maar wel eentje die voor jou het meest efficiënt is met een timing die klopt. Hiervoor moet je lichaam aan een aantal bewegingseisen voldoen. Die brengen we bij Apex Fysiotherapie op basis van onze specifieke bewegingskennis van de golfsport in kaart. Vervolgens gaan we samen met jou en je golfprofessional aan de slag om ook het maximale uit jouw swing te halen!



Ruud Jelles

GPA Golffysiotherapeut
0186 57 31 50



Meer weten? apexfysiotherapie.nl

De Golf in Zaken Courant

Regio Biesbosch
Jaargang 2026 - Editie 1

Oplage

5.100 ex.

Uitgave

PressTige Media
Eindhovenseweg 33
5582HN Waalre

☎ Tel. 040-3033750

🌐 www.prestigemedia.nl

Ontwerp/opmaak

Hakof Media | hakof-media.nl

Advertentieverkoop

PressTige Media

Druk

HelloPrint

Verspreiding

Regio Biesbosch

Met dank aan

De adverteerders voor het mogelijk maken van deze uitgave.

Copyright

Het is alleen toegestaan om artikelen en/of foto's uit deze uitgave over te nemen na schriftelijke toestemming van de uitgever. In alle gevallen dient er een bronvermelding te worden vermeld. De uitgever is niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van het ontbreken of onjuist vermelden van gegevens in deze uitgave. De uitgever zal alleen verplicht zijn tot verbetering in de eerstvolgende editie. Er kunnen geen rechten worden ontleend aan de inhoud van deze uitgave.

Redactie golfbanen/clubs

De inhoud van de artikelen over golfbanen/clubs is nauwkeurig samengesteld op basis van informatie die is aangeleverd door de betreffende baan/club, of is geschreven op basis van de website.

Facebook

Je vind wekelijks nieuws, tips en wetenswaardigheden op onze facebook pagina.



MEUBELMAATWERK ZWART



Uniek pand, uniek interieur

Tel: +316 54331287

www.meubelmaatwerk-zwart.nl

Leef de Linge!

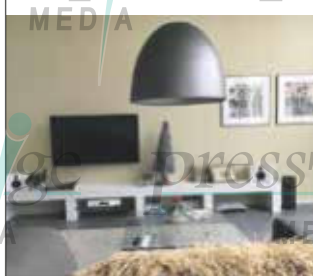
- Ruime keuze aan (vis)bootverhuur
- Varen in een elektrische sloep
- Koffie met vlaai op het terras van Carolinge

- Sloepverhuur, geen vaarbewijs nodig
- Arrangementen
- Bellyboats
- Vissen
- Suppen
- Terras



EcoRecreatie.com

Locatie: Theetuin,
voet- en fietspuntje
Arkel-Spijk, Carolinge.
Rietveld 14a
4241BB Arkel (bij Gorinchem)
+31 (0)6 236 335 59
www.ecorecreatie.com



**DE RADIOBEURS
LOUTER**

deradiobeurs.nl

Beeld Geluid Projecten Reparatie

Voorstraat 366 - 370, Dordrecht T 06 - 53 180 409 E peter@deradiobeurs.nl





Golfclub Cromstrijen

Welkom in de verbluffende Hoeksche Waard, net ten zuiden van Rotterdam, waar je Golfclub Cromstrijen vindt, een juweel van een golfclub genesteld in een schilderachtige omgeving. Hier staat een avontuur op je te wachten - of je nu de 18-holes Championship course aandurft, of de unieke 9-holes Compact course wilt verkennen. Samen met de ultramoderne oefenfaciliteiten, een warm en uitnodigend clubhuis en een verleidelijk terras met een weids uitzicht op de majestueuze banen, is Golfclub Cromstrijen dé plek voor een volledige golfervaring die elke golfer zal bekoren.

Bij Golfclub Cromstrijen koesteren we onze gastspelers en nodigen we hen hartelijk uit om de uitdaging van de Championship Course aan te gaan, of om de charmes van de Compact Course te ontdekken.

Onze Golfschool Cromstrijen biedt een uitgebreide suite van leermogelijkheden voor zowel de beginnende golfer als de ervaren veteraan. Maak kennis met de fijne kneepjes van de golfsport of slijp je vaardigheden met op maat gemaakte lesprogramma's. Onze twee PGA-gecertificeerde golfprofessionals, Paul Green en Edwin Koene, gebruiken het 9-stappenplan om gepersonaliseerde lesprogramma's te creëren. Combineer dit met de nieuwste technologie en uitgebreide oefenfaciliteiten, en je hebt een uitdagende leeromgeving die iedere speler zal aanspreken.

Met twee unieke banen van 27 holes en volledig uitgeruste oefenfaciliteiten, biedt Golfclub Cromstrijen een ideale golfervaring voor alle soorten golfers. De 18-holes Championship course is een divers terrein vol met uitdagende waterpartijen, lastige lange holes, verraderlijke dog legs, gevaarlijke korte holes en een overvloed aan bunkers. De Compact Course heeft een intiemer karakter, met uitdagende, volwaardige par-3 holes afgewisseld met korte, technische par-4 holes. Het is perfect geschikt voor beginnende golfers, maar het biedt ook een test voor de gevorderde speler die zijn korte spel wil aanscherpen.

Het clubhuis van Golfclub Cromstrijen huisvest een sfeervol restaurant met bar, ideaal voor alles van een kop koffie tot een uitgebreid diner, met maatwerkopties op aanvraag. Het biedt ook een prachtig terras dat uitkijkt over verschillende holes, en het is een geweldige locatie voor feesten en recepties dankzij de ruime opzet. Marcel en Marijke Cats en hun team streven ernaar om aan al je behoeften te voldoen. Neem voor informatie over groepsreserveringen en cateringopties contact op met Hole19.

Bron - www.golfclubcromstrijen.nl - Foto: Unsplash

Leesvoer: de beste golfboeken

Golf is een sport waar techniek, strategie, emotie en plezier samenkomen. Er zijn talloze boeken geschreven die zowel beginners als gevorderden kunnen inspireren. Hier volgt een overzicht van de beste golfboeken ter wereld en Nederland, ideaal voor iedere golfer die zijn spel, inzicht of beleving wil verdiepen.

Een van de absolute klassiekers is "Golf is not a game of perfect" van Dr. Bob Rotella. Dit boek zoomt in op de mentale kant van golf en leert je omgaan met druk en faalangst. Voor wie het putten wil verbeteren, biedt Rotella ook "Putting Out of Your Mind", met praktische tips om de green met meer succes te bespelen.

Visualisatie

Voor Nederlandse golfers is "Golfen met je ogen dicht" van Birdy Mulligan een echte aanrader. Dit boek focust op visualisatie en het trainen van vertrouwen in je swing, wat leidt tot meer ontspanning op de baan en betere resultaten. De Nederlandse Golf Federatie (NGF) geeft een reeks uit boeken uit, waaronder het "NGF-stappenplan", met praktische oefeningen, handige uitleg over regels en alle do's-and-don'ts voor beginners en gevorderden. Ook "Golfregels voor startende golfers" en "Golfregels" van NGF zijn onmisbaar als naslagwerk.

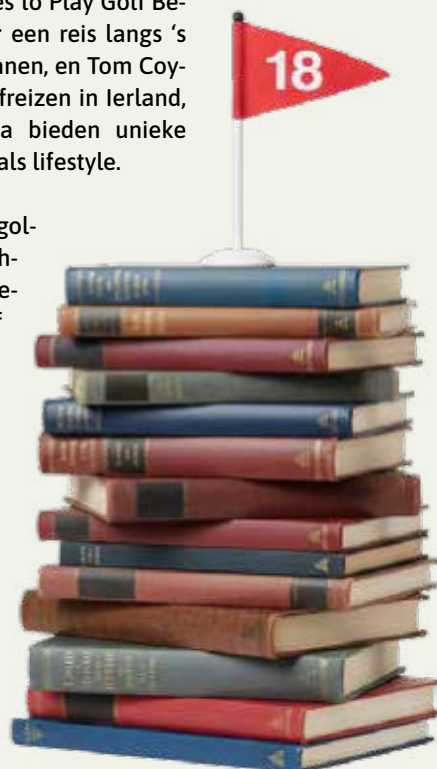
Harvey Pennick's "Little Red Book" staat wereldwijd bekend om de heldere, direct toepasbare adviezen en inspirerende verhalen uit een leven als golfleer. "Golf for Dummies" van Gary McCord is een luchtig en toegankelijk geschreven overzicht van technieken, materiaal en etiquette; zeer geschikt als eerste kennismaking met golf.

Technisch denken

Voor wie het technische spel wil doorgronden is "Every Shot Counts" van Mark Broadie een must-read. Het introduceert het Strokes Gained-concept, waarmee alle onderdelen van je spel meetbaar en verbeterbaar worden. Ook "I Feel Your Pain" van Mike Malaska is een aanrader voor golfers die worstelen met te veel technisch denken en juist willen leren intuïtiever te spelen.

Verder valt "Fifty Places to Play Golf Before You Die" op door een reis langs 's werelds fraaiste golfbanen, en Tom Coyne's verhalen over golfreizen in Ierland, Schotland en Amerika bieden unieke perspectieven op golf als lifestyle.

Deze boeken bieden golfers verdieping in techniek, geest, regels en beleving – en maken golf méér dan een sport, maar een verrijkende en inspirerende hobby.





**DENNIS LIGVOET
SCHILDERWERKEN**

**OP ZOEK NAAR EEN SCHILDER
IN OOSTERHOUT OF OMGEVING**

DENNIS LIGVOET SCHILDERWERKEN
06-23398134 | WWW.SCHILDEROOSTERHOUT.NL



Klusbedrijf J. Jansen

Verbouwingen | Onderhoudswerk | Renovaties | Tegelwerken

Wij zijn uw betrouwbare partner voor al uw klussen in Dussen en omgeving. Ontdek wat wij voor u kunnen betekenen!

www.klusbedrijfjjansen.nl



**Meubelrestauratie
Ambacht Altena**

Wat doen wij?

Restauratie | Houtbewerking | Fineer
Kleuring | Constructie | Afwerking

Maasdijk 21 | 4283 GB Giessen
T: 06 45 12 90 91 | E: info@ambachtaltena.nl
www.ambachtaltena.nl

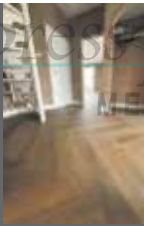


**Al 14 jaar service en
presentatie aan huis**

Kwaliteit in woninginrichting

Traprenovatie, vloeren, binnenzonwering
en insectenhorren

eric@lavizon.nl | **06 11 37 49 29**
f [lavizonwoninginrichtingenmontage](https://www.lavizonwoninginrichtingenmontage.nl)


Advies en begeleiding

Aanvraag Omgevingsvergunningen
Bouwkundig teken- en rekenwerk

Hardenbergh 13 4264 SG Veen
info@jaccovosbouw.nl 0620424174



Keiweg 7, 4901 JD Oosterhout
Wij hebben ook een
uitgebreide webshop
www.broedersgezondheidswinkel.nl



broeders
Natuurlijk gezond. Gezondheidswinkel & Biologische supermarkt



Een ronde over een bepaalde baan voorbereiden

Een ronde golf voorbereiden is een proces waarbij elk detail aandacht verdient om optimaal te kunnen presteren en ontspannen te genieten. Het begint allemaal al dagen of zelfs weken van tevoren: de keuze van de baan, het vastleggen van een starttijd, het bepalen van de samenstelling van je flight en het checken van het weer. Een goede voorbereiding start met een heldere planning. Weet op tijd waar je gaat spelen, wie je meeneemt en wat het doel van je ronde is, of je nu gaat trainen, voor plezier speelt of meedoet aan een wedstrijd.

Zodra de planning rond is, verleg je je aandacht naar je materiaal. Het controleren van je golfclubs is essentieel; inspecteer de grips, het clubhoofd en zorg dat alle stokken schoon zijn. Kijk kritisch naar de clubs die je meeneemt – passen deze bij de baan en jouw spelniveau? Je schoenen moeten comfortabel zitten en voorzien zijn van de juiste spikes, zeker als het nat is. Daarnaast is het wijs om minimaal één handschoen in je tas te hebben, liefst ingespeeld en een reserve indien mogelijk. Je materiaal is niet compleet zonder een goedgevulde voorraad golfballen en tees. Houd rekening met het terrein: op een bosrijke baan of als beginner verlies je wellicht meer ballen dan op een open, overzichtelijke baan of met een lagere handicap. Neem daarom altijd voldoende ballen en diverse soorten tees mee, zodat je met elk type club en op elke afslagplaats goed uit de voeten kunt.

Het voorbereiden van je uitrusting houdt ook in dat je aan praktische zaken denkt. Zorg voor een pitchfork, een marker en eventueel een balpen of potlood om je score in te vullen. Vergeet je handdoek niet – zowel voor je materiaal als om je handen droog te houden. Denk bij regen aan een goede paraplu en regenhoes voor je tas, en als je gevoelig bent voor kou of zon aan muts, zonneklep, zonnebrand en vochtinbrengende crème. Op zomerse dagen is het meenemen van voldoende water en een snack, zoals een banaan of energiereep,

aan te raden. In de winter of als je lang speelt, kan thermokleding of een extra trui zorgen voor veel comfort. Golfen is bij uitstek een buitenactiviteit; een slimme golfer is dan ook voorbereid op elk denkbaar scenario.

Naast fysieke voorbereiding vraagt een golfdag eveneens om mentale afstemming. Visualiseer alvast je ronde: zie jezelf op de tee staan, de juiste balvluchten slaan en kalm reageren op tegenslagen. Verdiep je waar mogelijk in de baan, bekijk de scorekaart vooraf en bestudeer de layout online of via een app. Let daarbij op doglegs, waterpartijen en strategische bunkers, zodat je tijdens het spelen sneller keuzes kunt maken. Stel jezelf realistische doelen: focus niet per se op een topscore, maar op aandachtspunten zoals course management, rust bewaren of consistentie in je routine. Geef jezelf ruimte om fouten te maken en onthoud dat elke baan en elke ronde uniek is.

Vóór vertrek is het verstandig de route en verkeersdrukte te checken om stress of te laat komen te voorkomen. Plan je reis ruim, zodat je ook daadwerkelijk ontspannen ter plaatse arriveert. Eenmaal aangekomen meld je je bij de receptie of caddiemaster, betaals je greenfee indien van toepassing en neem je rustig de tijd om je om te kleden. Dit is het moment om over te schakelen naar jouw spelmodus.

Een uitgebreide warming-up maakt het lichaam klaar voor de bewegingen die je straks gaat maken. Begin met rekken en strekken van schouders, rug en benen; doe wat lichte rotaties en wend jouw aandacht vervolgens tot de drivingrange. Oefen verschillende slagen met ijzers, hybride, en tenslotte de driver. Werk gefocust, probeer niet direct om maximaal ver te slaan maar concentreer je op ritme, tempo en contact. Zo voorkom je blessures en bereid je jouw lichaam voor op een soepele start van de ronde.

Het oefenen op de puttinggreen en chipping area mag niet vergeten worden. Hier wordt vaak het verschil gemaakt tussen een goede en een frustrerende score. Focus je op je routine; speel wat korte en middel-lange puts, oefen het lezen van greens en werk aan je concentratie. Simuleer reële situaties, bijvoorbeeld door een serie ballen vanuit verschillende hoeken naar de hole te spelen. Na deze warming-up let je erop dat je weer tot rust komt.

Vlak voor je naar de eerste tee gaat, neem je je uitrusting nog één keer door: klopt alles, zijn je ballen, tees en markers binnen handbereik, heb je de juiste kleding aan? Check je telefoon op stilte of leg hem weg zodat je niet wordt afgeleid. Wens je flightgenoten een fijne ronde, doe eventueel een gezamenlijke stretch of motiverend praatje, en onthoud dat een portie enthousiasme elke golfer goed doet.

Tijdens de ronde is adaptief vermogen belangrijk: het weer kan omslaan, het spel valt soms tegen of je flight ligt niet op schema. Flexibiliteit en kalmte zorgen dat je positief blijft, bovendien helpt een goede voorbereiding om piekmomenten en teleurstellingen makkelijker op te vangen. Drink regelmatig, eet kleine snacks, en houd je energie op peil zonder daarin overgedreven te zijn.

Na afloop van de ronde – of je nu geweldig of matig hebt gespeeld – volgt de afronding. Lever je scorekaart in als de baan daar om vraagt, bedank je flightgenoten, geef feedback aan jezelf over wat goed ging en leer van zaken die beter konden. Berg je spullen weer netjes op, reinig clubs en schoenen zodat ze de volgende keer meteen klaar zijn, en gun jezelf ontspanning, bijvoorbeeld op het terras van het clubhuis. Zo sluit je met voldoening af en is je voorbereiding op een volgende ronde alweer begonnen aan het eind van deze. Een goede voorbereiding is het halve werk en maakt golf niet alleen efficiënter, maar vooral leuker en ontspannender.



“Voor als
u service
ook
belangrijk
vindt!”



Van Genderen timmerwerken en onderhoud
Werkendam | www.vangenderentimmerwerken.nl



Winterdijk 13B
5141 KE Waalwijk
06 400 00 092

Laat uw culinaire wensen bij ons uitkomen!
Van kookworkshop tot compleetdineren en van feestje tot vergaderen.
Voor zowel particulier als zakelijk is er veel mogelijk.
[www. KookstudioIkKookJijOok.nl](http://www.KookstudioIkKookJijOok.nl)

Voor al uw las en
constructie werkzaamheden
in aluminium, staal en rvs

“Kunst sculpturen met karakter,
vastgelegd in metaal”

INMDESIGN
Metal Art

Buitenkade 14a | 4255 GW Nieuwendijk
+31 (0) 6 418 17022 | info@ncksmetals.nl

www.ncksmetals.nl



De juiste vergunning — zonder gedoe.

PERMIT MATCH

De juiste vergunning — zonder gedoe.

Vergunningen zijn geen doel op zich. Ze zijn
een **hulpmiddel** om jouw plannen vooruit te
brengen sneller, slimmer en met vertrouwen.

Wij helpen ondernemers door het
vergunningstraject door glashelder te maken
wat móét, wat mag en wat simpelweg niet
kan.

Geen ruis. Geen twijfel. Gewoon duidelijke
kaders en een traject dat jouw ontwikkeling
ondersteunt.

**Voor ondernemers die willen ontwikkelen
en met vertrouwen vooruit willen!**

Klaar om verder te ondernemen, te bouwen,
te bewegen? Ga naar **www.Permit-Match.nl**
Of mail naar **info@permit-match.nl**

Sabrina de Groot
info@permit-match.nl

Tel: **+31612487760**

Website: **www.Permit-Match.nl**





De Strijensche Golfclub

📍 Molenwegje 2 B, 3291 CG Strijen

☎ 0786744564 🌐 www.destrijenshegolfclub.nl



De Strijensche Golfclub

Gelegen in het schilderachtige Strijen vind je de Strijensche Golfclub, een gemeenschap die zich onderscheidt door gezelligheid, hoge kwaliteitsnormen, en een persoonlijke benadering. De club is ontworpen met het oog op gemak, om een toegankelijke en uitnodigende sfeer te creëren waarin golfers van alle niveaus kunnen floreren.

De Strijensche Golfclub biedt een scala aan faciliteiten. Dit omvat een volledige 9-holes baan met een A-status, een 6-holes oefenbaan, een driving range, en een putting green. De kleinschalige opzet van de club draagt bij aan een gezellige en uitnodigende sfeer.

Bij de Strijensche Golfclub hebben we een speciale toewijding voor de jeugd. We hebben een actieve jeugdcommissie die zich inzet voor het opleiden van jonge spelers en het organiseren van een scala aan jeugdactiviteiten. Onze toegewijde golfprofessionals bieden naast reguliere golflessen ook clinics aan. Deze clinics zijn bedoeld om je in de fascinerende wereld van golf te introduceren, en zijn geschikt voor golfers van alle niveaus, individuen en bedrijven.

Onze competitieve geest wordt levend gehouden door onze wedstrijdcommissie, die regelmatig wedstrijden organiseert voor onze leden. Met de steun van onze sponsors kunnen spelers hun vaardigheden testen in een sportieve omgeving, met een scala aan prijzen in het verschiet.

Het clubhuis van de Strijensche Golfclub dient als de perfecte plek om te ontspannen na een ronde. Hier vind je alles, van verfrissende drankjes tot heerlijke maaltijden, evenals kleedkamers en vergaderfaciliteiten.

De Strijensche Golfbaan zelf kan verraderlijk zijn. Met een totale lengte van 5.474 meter voor heren en 4.930 meter voor dames over achttien holes, en een par van 70, kan het water op driverafstand en de sloten die dwars over de fairways lopen een uitdaging vormen voor zelfs de meest ervaren spelers.

Sinds 1 januari 2016 is de Strijensche Golfclub ook aangesloten bij De GolfAlliantie. Dit betekent dat abonnees zonder extra kosten kunnen spelen op 8 andere prachtige 9-holes banen.

Of je nu geïnteresseerd bent in een abonnement bij de Strijensche Golfclub, of je wilt gewoon een beetje kennismaken met de sport, onze club is een viering van de gemeenschap, kwaliteit en de pure vreugde van golf.

Bron - www.destrijenshegolfclub.nl - Foto: Unsplash

Golf en social media

De golfwereld is in de afgelopen tien jaar ingrijpend veranderd door de opkomst van social media. Wat begon als een platform voor het delen van persoonlijke ervaringen is uitgegroeid tot een allesomvattende bron voor nieuws, inspiratie, netwerk en zelfs instructie. Golfers, banen, professionals en merken hebben sociale platforms inmiddels stevig omarmd.

Instagram is dé plek voor spectaculaire golfbeelden en baanimpresies. Bekende golfers zoals Rory McIlroy en Anne van Dam delen hier niet alleen hun prestaties, maar ook hun dagelijkse routine, trainingssessies en inzichten. Voor golfclubs vormt Instagram een krachtig middel om hun aantrekkelijkheid te tonen: kleurrijke foto's van greens, aankondigingen van toernooien en vlogs van clubervaringen trekken nieuwe leden en bezoekers.

YouTube is uitgegroeid tot een digitale golfschool. Hier vind je duizenden instructievideo's en analyses van pro-wedstrijden. Golfcoaches en pro's zoals Rick Shiels en Erik Anders Lang brengen tutorials, cursuscontent en baanreviews rechtstreeks naar beginnende en gevorderde golfers. Nederlandse golfclubs gebruiken YouTube ook steeds vaker om virtuele rondleidingen te geven en hun community te versterken.

TikTok, bekend van korte en creatieve content, veroverd vooral de jongere generatie golfers. Challenges, humoristische trickshots en korte tips zorgen dat golf ook in deze snelle, visuele omgeving een plek vindt. Hierdoor krijgt de sport een modern, laagdrempelig imago wat het makkelijker maakt om nieuwe doelgroepen te bereiken.

Facebook en X (voorheen Twitter) blijven belangrijke platformen voor nieuws en interactie. Golfbanen en verenigingen communiceren programmanieuws, aankondigingen van evenementen en wedstrijden meestal via Facebookgroepen en evenementenpagina's. Golffans verbinden zich in discussiegroepen, delen ervaringen en geven elkaar tips over materiaal, banen en strategieën. Merken en golfshops gebruiken gesponsorde Facebookposts en advertenties om nieuwe productlanceringen in de spotlight te zetten.

Het belang van social media voor golfer en baan

Golf en social media versterken de golfgemeenschap op allerlei manieren. Clubs bouwen loyaliteit op door hun leden actief te betrekken bij online polls, vragen en fotoacties. Golfscholen kunnen een grotere doelgroep bereiken voor clinics en lessen, terwijl fans het hele jaar door inspiratie vinden. Met hashtags als #GolfLife, #GolfNederland of #Greenhunting ontstaat een wereldwijde community die golf verbindt – ongeacht leeftijd, locatie of niveau.

Social media zijn een onmisbaar hulpmiddel geworden voor iedereen die golf een warm hart toedraagt. Ze zorgen voor verbinding, inspiratie en dynamiek in een sport die traditie combineert met innovatie. Wil je bijblijven? Volg je favoriete baan en pro's online en deel je eigen golfervaring met de wereld.





Onze behandelingen

Nagel Styling | Gezichtbehandelingen

Wimpers & Wenkbrauwen | Massages

Plan uw afspraak: 06 27 32 65 88

www.schoonheidssalonthecozycorner.nl

Hoogstraat 105 | 4251 CK | Werkendam

BEDRIJFSPAND BOUWEN?

van ontwerp tot realisatie

Wij bouwen bedrijfshallen.

Wij werken met passie, enthousiasme, en liefde voor ons vak aan het nieuwe thuis van uw onderneming.



BEDRIJFSHALLEN.NL

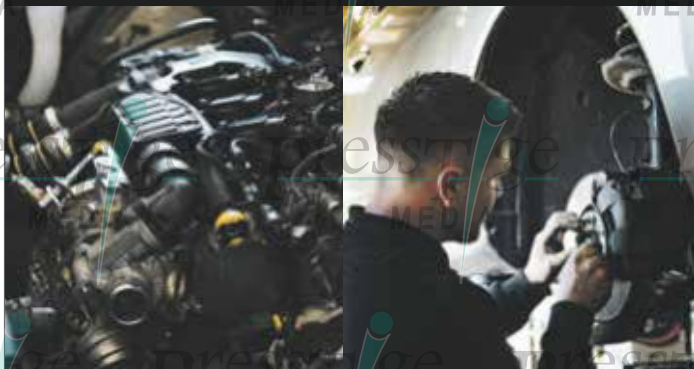
van ontwerp tot realisatie

Verre weide 6-1 • 4261 KM Veen



WWW.BEDRIJFSHALLEN.NL

De Neef Automotive



Welkom bij De Neef Automotive

De universele garage met persoonlijke service

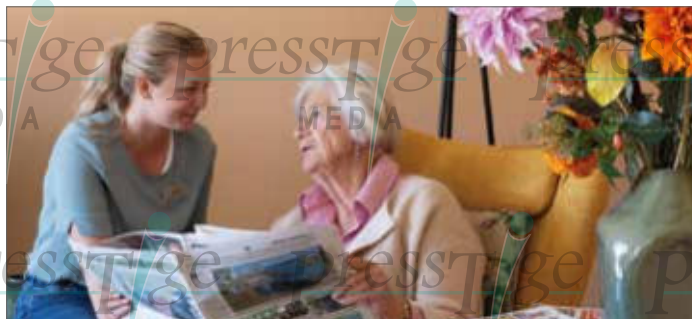
Wat wij bieden:

- ✓ Onderhoud van alle merken
- ✓ Reparaties
- ✓ Diagnoses
- ✓ APK-keuringen
- ✓ Aircoservice
- ✓ Persoonlijke service en vakmanschap

Graaf van Egmondstraat 68B | 3261 AL OUD-BELJERLAND

+31 6 10630809 | 0186 745 056 | info@deneefautomotive.nl

www.deneefautomotive.nl |



De meest persoonlijke dementiezorg als thuiswonen niet meer gaat

Martha Flora biedt mensen met dementie een warm thuis, wanneer zelfstandig thuiswonen niet meer gaat. Een thuis waar eigen regie, echte aandacht en vooral leefplezier centraal staan.

Bij ons woont u in een ruime studio met badkamer en pantry, die u naar eigen smaak kan inrichten. Daarnaast heeft ieder huis een unieke gemeenschappelijke ruimte: de Meander. Met een huiskamer, tuinkamer, eetkeuken, atelier, bibliotheek en (dak) tuin. Bij Martha Flora kunt u het leven dat u gewend bent zoveel mogelijk voortzetten, rekening houdend met de dementie.

U bent van harte welkom voor een rondleiding bij een van onze 17 locaties door heel Nederland, zodat u zelf ons unieke concept kunt ervaren. Voor meer informatie neemt u contact via 020 820 11 89 of ga naar www.marthaflora.nl

MARTHA FLORA
De meest persoonlijke dementiezorg



Golfbaan The Dutch

Haarweg 3, 4212 KJ Spijk

0883399120 www.thedutch.nl



Golfbaan The Dutch

Betreed de wereld van The Dutch - een Inland Links Course op Championship Niveau, geboren uit het team van Made in Scotland. Deze baan, ontworpen door de Schotse Colin Montgomerie en geopend sinds 2011, is exclusief voor leden en hun gasten. Hier draait alles om kwaliteit, service en beleving, onze medewerkers dragen dit hoog in het vaandel.

Ervaar een stukje Schotland in het hart van Nederland. Onze baan onderscheidt zich door zijn glooiende landschap dat bijzonder mooi tot uiting komt bij ochtend- en avondlicht. Dit is niet onopgemerkt gebleven; in 2019 werd The Dutch wederom bekroond als de best onderhouden baan. Eerder, in 2009 en 2016, had de NGF de Championship course al tot beste baan van Nederland uitgeroepen. In 2018 kreeg The Dutch maar liefst vier vermeldingen in de ranking van Leading Courses: 1e voor onderhoud en faciliteiten, 2e voor Beste golfbaan overall en 9e voor Beste golfbaan van Europa. In 2019 scoorde The Dutch opnieuw hoog op onderhoud en faciliteiten, en werd opnieuw de 2e Beste overall.

Bij The Dutch is er plaats voor iedereen. We onderscheiden ons van andere golfclubs door actief gebruik te maken van ons businessnetwerk. We bieden verschillende soorten lidmaatschap aan, zoals Corporate Memberships, Private Membership en The Dutch Futures Membership. Of je nu wilt trainen of gebruik wilt maken van ons krachtige netwerk, bij The Dutch zijn alle mogelijkheden binnen handbereik. Ervaar de spanning van de Championship Niveau, de trots van onze onderscheidingen en de hartelijke gastvrijheid van ons team. Jouw golfervaring wordt hier tot een hoger niveau getild.

Een birdie of par op uw scorekaart brengt die onmiskenbare golfvreugde met zich mee. Kiezen voor de juiste tee kan een krachtige strategie zijn om deze hoogtepunten te bereiken. Hoewel het basisprincipe van het spel hetzelfde blijft, kan die extra 10 tot 20 meter die u per hole wint, een kritisch verschil maken. Het stelt u in staat om gemakkelijker naar de green te spelen, waardoor uw kansen op het landen van een Birdie of Par aanzienlijk toenemen. Dus, optimaliseer uw strategie, maak slimme keuzes en beleef de opwindende van het spel op een geheel nieuw niveau.

Heeft u nog vragen of wilt u meer weten? Wij staan altijd voor u klaar om u te helpen. We nodigen u graag uit op onze charmante locatie voor een persoonlijk en vrijblijvend gesprek na het maken van een afspraak. Zo krijgt u direct een indruk van de unieke sfeer binnen onze club. Laat ons u meenemen in de wereld van onze club en ervaar zelf waarom we zo bijzonder zijn.

Bron - www.thedutch.nl - Foto: Unsplash



Famous golf tournaments

Wereldwijd zijn er talloze prestigieuze golftoernooien, waarbij de absolute top wordt gevormd door de “majors” en een select aantal internationale evenementen die jaarlijks de aandacht van miljoenen fans trekken. De beroemdste vier toernooien zijn de Majors:

1. The Masters Tournament

Het Masters-toernooi wordt sinds 1934 jaarlijks gespeeld op Augusta National Golf Club in Georgia, VS. Bekend om haar iconische groene jas voor de winnaar, de bloemenpracht en tradities als de Champions Dinner is The Masters een symbool van exclusiviteit en traditie. Het veld is relatief klein en bestaat uit de beste spelers ter wereld, uitgenodigd op basis van prestaties en status. Het vindt elk jaar in april plaats en is de opener van de major-cyclus.

2. The Open Championship (British Open)

Het oudste golftoernooi ter wereld: de eerste editie dateert uit 1860. The Open wordt gespeeld op klassieke linksbanen in het Verenigd Koninkrijk, waaronder St. Andrews, Royal Birkdale en Royal Liverpool. Kenmerkend is de uitdagende natuur: harde wind, glooiende fairways en onvoorspelbare omstandigheden maken The Open tot een ware test van het vakmanschap. Deze major vindt doorgaans in juli plaats en kent een lange geschiedenis van iconische winnaars.

3. U.S. Open

De U.S. Open, gestart in 1895, draait om pure golfsuiterdaging. De United States Golf Association (USGA) kiest stevige en veeleisende banen verspreid over heel Amerika, waar smallere fairways, diepe rough en snelle greens regeren. Bekend als het “meest eerlijke toernooi” vanwege het gelijke speelveld, wordt de U.S. Open jaarlijks in juni gehouden en sluit de finaleronde traditiegetrouw af op Vaderdag.

4. PGA Championship

Sinds 1916 is het PGA Championship de laatste van de jaarlijkse majors, momenteel gespeeld in mei op wisselende topbanen door de Verenigde Staten. Wat het toernooi bijzonder maakt, is het sterke en brede deelnemersveld: alleen de beste professionals mogen aantreden. Het kampioenschap heeft regelmatig voor verrassingen gezorgd en levert veel rankingpunten op.

Internationale team- en individuele toernooien:

Naast de majors zijn er iconische teamwedstrijden als de Ryder Cup (VS tegen Europa, één keer per twee jaar) en de Presidents Cup (VS tegen het beste uit de rest van de wereld). Verder zijn er lucratieve en invloedrijke toernooien als The Players Championship (ook wel “de vijfde major” genoemd), de DP World Tour Championship in Dubai, de BMW PGA Championship op Wentworth en de recente LIV Golf League Championship.

LEOVANLEER
BEVEILIGING

INBRAAKINSTALLATIE
BRANDMELDINSTALLATIE
TOEGANGSCONTROLE

Valeriusstraat 32 3314 WS Dordrecht
06-14134398 | www.lvleer.nl



tegels en natuursteenbedrijf
van der Velden

wij zijn gespecialiseerd in het maken van o.a. vensterbanken – keukenbladen wasbakken – douchebakken – open haarden – werkbladen – dorpels – grafwerk

Everdenberg 49 4902 TT Oosterhout 0162-431265 natuur41@xs4all.nl
www.vdvnatuursteen.nl ma tm vrij 7,00 – 17,00 zat 8,00 – 12,00

VERTALERS & TOLKEN
TEXPERTISE

Voor professionele vertalingen - óók beëdigd - in en uit vrijwel alle talen

Paul van Ostaijenstraat 54 - 5103 PS Dongen Tel.: 0162-32 19 40
info@texpertise.nl | www.texpertise.nl

SCHOONMAAK IN DE REGIO BREDA
CORRECT, ZOWEL IN ONS WERK ALS PERSOONLIJK

Schoonmaakonderhoud voor bedrijven
Reinigen en onderhoud van koel – en warmtetechnische installaties

Reinigen afzuigsystemen in horecakeukens.

Prinsen Schoonmaakbedrijf BV
Meerval 30b, 4941 SK Raamsdonksveer
0653982394 | info@schoonmaakbedrijfprinsen.nl
www.schoonmaakbedrijfprinsen.nl

Last van een verstopt riool? Bel **TVH Rioolservice**, dé **riool specialist** in Gorinchem en omstreken!

Sinds 2023 staat **TVH Rioolservice** paraat voor al uw rioolproblemen. Eigenaar **Thomas**, met jarenlange ervaring in het vak, besloot zijn eigen weg in te slaan en startte zijn eigen bedrijf. Zijn kennis en vakmanschap zorgen ervoor dat elke verstopping of schade aan uw riool vakkundig en snel wordt opgelost.

Met een volledig uitgeruste bus en professioneel gereedschap is **TVH Rioolservice** klaar voor elke klus — van ontstoppen tot herstellen.

Thomas staat bekend om zijn vriendelijke service, duidelijke communicatie en **eerlijke, betaalbare prijzen**.

- ☒ Jarenlange ervaring
- ☒ Snelle en betrouwbare service
- ☒ Geen hoge kosten
- ☒ Persoonlijk contact met de vakman zelf

Heeft u een rioolprobleem? Wacht niet langer en neem contact op met TVH Rioolservice!

06-58932066 | www.tvhrioolservice.nl



Tips voor een betere swing

Of je nu net begint met golfen of al langer bezig bent: de swing is hét fundament van een goed golfspel. Een perfecte swing zorgt niet alleen voor verdere slagen, maar ook voor meer precisie en vooral golfplezier. Hieronder volgen uitgebreide praktische tips en inzichten waarmee je jouw swing naar een hoger niveau tilt.

1. Begin bij de basis: grip en houding

Een goede golf swing begint met de juiste grip. Houd de club stevig maar niet te krampachtig vast – denk aan de kracht waarmee je een vogel vasthoudt: stevig genoeg zodat hij niet wegvliegt, zacht genoeg dat je hem niet beschadigt. De V-jes tussen duim en wijsvinger moeten bij een neutrale grip wijzen tussen je rechterschouder en kin.

Let vervolgens op je houding:

- Zet je voeten op schouderbreedte.
- Verdeel je gewicht gelijk op beide voeten aan het begin.
- Buig lichtjes door de knieën en houd je rug recht, met de heupen licht gekanteld.
- Laat je armen ontspannen naar beneden hangen.

2. Opstelling en uitlijning

Plaats de bal op de juiste positie in je stance; bij ijzers in het midden, bij een driver meer naar de binnenkant van je voorste voet. Zorg ervoor dat je schouders, heupen en voeten evenwijdig zijn aan de doellijn. Goede uitlijning vermindert scheve ballen en legt de basis voor een consistente swing.

3. Back swing: de juiste weg omhoog

De back swing is waar velen te snel of te ver gaan. Rustig en gecontroleerd is het devies:

- Draai je schouders weg van het doel en laat je heupen meedraaien; de club komt vanzelf omhoog.
- Houd je linkerarm (voor rechtshandigen) zoveel mogelijk gestrekt tijdens het optillen.
- Het gewicht mag langzaam naar je achterste been verschuiven.
- Bovenaan de back swing wijst de club parallel aan de grond en ongeveer richting het doel.

4. Overgang en downswing

De overgang van back swing naar downswing is voor veel golfers het moeilijkst. De sleutel: laat je lichaam de downswing inzetten, niet je handen of armen.

- Begin de downswing door de heupen richting het doel te draaien.
- Laat je armen volgen. De club komt als het ware vanzelf 'van binnen naar buiten' langs je lichaam naar de bal.
- Zorg dat je polsen pas vlak voor impact ontkoppelen ('lag' behouden). Dit levert extra kracht op.

5. Impact: het moment van de waarheid

Bij impact wil je dat de club het laagste punt van de swing bij of net ná de bal bereikt. Hiernaast:

- Houd je hoofd achter de bal.
- Verplaats je gewicht naar je voorste voet.
- Je heupen wijzen dan al iets richting het doel, je borst nog ongeveer naar de bal – zo ontstaat de krachtige 'X-factor' waar veel lange hitters beroemd om zijn.

6. Doorzwaai en finish

Een goede swing stopt niet bij impact. De doorzwaai en finish zijn cruciaal voor richting en snelheid.

- Draai je schouders en heupen door tot je borst naar het doel wijst.
- Til je achterste hiel van de grond.
- Laat je handen hoog eindigen; ontspannen, in balans en gericht naar het doel.
- Houd dit even vast (de "pose"), zo train je balans en controle.

7. Veelgemaakte fouten en hoe je ze voorkomt

- *Te veel kracht*: Focus op soepelheid, niet op kracht. Te hard slaan leidt tot verlies van controle.
- *Te snel swingen*: Rustig tempo zorgt voor betere coördinatie.
- *Niet uitlijnen*: Gebruik hulplijnen of sticks bij het trainen.
- *Armen te veel trekken*: Gebruik je hele lichaam, niet alleen je armen. Voel de beweging van heupen en schouders.

8. Oefeningen en drills voor thuis of op de range

- *Slow-motion swings*: Sla bewust langzaam, let op alle details.
- *Tee omhoog drill*: Probeer bij elke slag de tee in de grond te laten staan (bij ijzers), zo raak je eerst de bal.
- *One-leg drill*: Sla eens met het gewicht vrijwel volledig op je voorste been voor betere balans.

Handdoek onder oksels: Houd een opgerolde handdoek onder beide oksels tijdens je swing voor connectie tussen armen en lichaam.

9. Videoanalyse

Laat je swing filmen en vergelijk met goede professionals. Kijk naar gecoördineerde bewegingen, houding en ritme. Zelfanalyse, liefst in combinatie met een golfpro, levert waardevolle feedback op.

10. Professionele begeleiding

Een golfprofessional kan je helpen om kleine foutjes op te sporen en te corrigeren. Kies een pro met wie je goed klikt en investeer regelmatig in lessen.

11. Fysiek en mentaal

Een betere swing vraagt naast techniek ook om conditionering en ontspanning. Een soepele rug, sterke core en losse schouders maken je swing krachtiger en blessurevrij. Mentaal: laat fouten niet langere tijd je spel verstoren. Focus op de volgende swing, niet op de vorige.

12. Consistentie is alles

Oefen vaak, maar met kwaliteit. Wissel de driving range af met baanervaring, varieer clubs, en wees niet bang om af en toe terug te keren naar de basis. Juist herhalen van de juiste beweging is de weg naar progressie.

Zet kleine stappen, vraag hulp waar nodig, en geniet vooral van het proces. Golf is en blijft een sport waar iedere slag weer nieuw is – en daardoor uniek plezier geeft.

sh
stamhoveniers

TUINONTWERP
TUINONDERHOUD
TUINAANLEG

Neem
contact met
ons op voor het
maken van een
vrijblijvende
afpraak

300M2
showroom met :

Tuinmeubilair
BBQ's
Vuurtafels
Buitenkeukens

Let's go outside this winter!

Geen tijd om langs te komen? Shop dan online op

shop.stamhoveniers.nl

Stam Hoveniers



Calandstraat 29 - 3316 EA Dordrecht



078 - 6149757



www.stamhoveniers.nl

Wordt sterker met de golffysiotherapeut

Iedereen is anders, ook op de golfbaan. Elke speler heeft zijn of haar unieke swing. Dé beste swing bestaat daarom niet, maar wel eentje die voor jou het meest efficiënt is met een timing die klopt. Hiervoor moet je lichaam aan een aantal bewegingseisen voldoen. Die brengen we bij Apex Fysiotherapie op basis van onze specifieke bewegingskennis van de golfsport in kaart. Vervolgens gaan we samen met jou en je golfprofessional aan de slag om ook het maximale uit jouw swing te halen!



Ruud Jeltes

GPA Golffysiotherapeut
0186 57 31 50

APEX
GOLF • FYSIOTHERAPIE

Meer weten? Bezoek dan onze website: apexfysiotherapie.nl



De Oosterhoutse

De Oosterhoutse is actieve en bruisende golfvereniging waar je je onmiddellijk thuis voelt. Wij nodigen je van harte uit voor een golfronde op onze volgroeide 18-holes baan of onze par 3-baan, die als de beste in Nederland wordt beschouwd, en die uitdaging biedt aan spelers van elk niveau.

Als je door onze baan wandelt, vergeet dan niet om je heen te kijken. De prachtig aangelegde waterpartijen, de parkachtige setting en het doordachte ontwerp van elke hole maken een ronde op onze baan een complete beleving.

Brasserie Uilenbosch

Ontspan na afloop van je golfronde in Brasserie Uilenbosch of op ons mooie terras met uitzicht op vier holes. Terwijl je je ogen de kost geeft, trakteert onze Brabantse chef-kok je op heerlijke gerechten, met de nadruk op authentieke smaken en verse ingrediënten. Bij De Oosterhoutse geloven we in het handhaven van de Brabantse gastvrijheid. Of je nu geniet van een kop koffie, lunch, diner of borrel; voor elk moment van de dag staan we graag voor je klaar.

De Oosterhoutse Golf Academy

Zowel leden als gasten kunnen gebruik maken van de oefenfaciliteiten van De Oosterhoutse. Bij een lidmaatschap of greenfee is het gebruik van golfballen op de drivingrange inclusief.

De pro's van De Oosterhoutse Golf Academy helpen je graag om nog beter te worden in golf. Maar ook voor beginners is De Oosterhoutse de ideale plek. Onze professionals begeleiden je naar het behalen van jouw baanpermisatie of handicap 54.

Je voelt je thuis bij De Oosterhoutse

Bron - www.oosterhoutse.nl - Foto: De Oosterhoutse



Winterbestendige clubs & ballen

Stel je voor: de herfstbladeren vallen, de temperaturen dalen, maar jouw golfspel blijft hotter dan ooit! Terwijl veel golfers hun clubs opbergen tot de lente, kun je met de juiste winterbestendige gear gewoon doorgaan. In 2025 zijn er fantastische opties voor clubs en ballen die speciaal ontworpen zijn om kou, regen en modder te trotseren. Laten we duiken in deze must-haves die je spel levendig houden, zelfs in de wintermaanden. En bonus: combineer ze met slimme tips voor optimaal plezier op Nederlandse banen!

Eerst de clubs: wintergolf vraagt om uitrusting die vergeeft en presteert in uitdagende condities. Neem de TaylorMade Stealth 2 driver – een echte game-changer met zijn carbon face die maximale balsnelheid levert, zelfs als de bal kouder en harder aanvoelt. Deze driver maximaliseert afstand en vergevingsgezindheid, ideaal voor die winderige winterdagen waar elke yard telt. Voor irons raad ik de PING G425 aan: hun innovatieve face-design biedt geweldige afstand en stabiliteit, perfect voor natte fairways waar precisie cruciaal is. En vergeet hybrids niet!

De Cobra Darkspeed Adapt hybrid is een ster in ruw terrein, met een compact hoofd dat slicers helpt en hoge launches garandeert – super voor modderige lies. Of probeer de Wilson Dynapwr voor betaalbare vergevingsgezindheid en hoogte, zelfs uit de rough. Deze clubs zijn gebouwd met materialen die niet barsten in de kou en grips die grip bieden op gladde handen. Volgens experts zijn dit de topkeuzes voor 2025, met focus op carry-afstand in wintercondities. Pro-tip: kies clubs met extra loft, want in koude lucht vliegt de bal minder ver – pak gerust een club meer voor die perfecte approach.



Nu de ballen: in de kou verliest een standaard golfbal compressie en afstand, maar winterbestendige ballen lossen dat op met zachtere covers en kernen die beter presteren onder 10°C. De Titleist Pro V1x is een favoriet, met lage spin voor rechte vluchten in wind. Of ga voor de Callaway Chrome Soft, die extra zachtheid biedt voor betere feel en afstand op koude greens. Deze ballen rollen verder en voelen warmer aan, wat je swingvertrouwen boost. Warm ze op in je zak voor extra yards, en onthoud: op bevroren greens put je harder door het langere gras.

Waarom dit alles? Wintergolf houdt je fit, scherp en sociaal – geen hibernation voor jou! In Nederland blijven banen als Crimpenerhout open, dus trek laagjes aan (thermo basis, fleece midden, waterdichte jas) om warm te blijven zonder je swing te hinderen. Investeer in deze gear en je scoort lagere handicaps tegen de lente. Check lokale pro-shops voor fittings, en onthoud: de BEN ROSS DELTA X set is een budgettopper met 7 clubs voor allround winteractie. Dus pak je tas, trotseer de elementen en maak van 2025 je beste golfjaar ooit. Fore!

Richard van der Koppel
Bronzen beelden

www.vanderkoppel.nl



lab-R | architectenbureau
ontwikkelt met u, voor u.
Samen waarmaken, dat is hoe wij werken.
Van de eerste schets tot aan de uitvoering.
En van het gebouw tot aan de inrichting.
www.lab-r.nl | info@lab-r.nl



Fit en sterk
in 20 minuten per week!



✓ **Altijd met
fit20 trainer**

✓ **Omkleden
niet nodig**

✓ **Gegarandeerd
resultaat**

Speciale Golfactie: 1 maand gratis trainen!

fit20dordrecht.nl

*Deze actie geldt alleen voor leden bij alle deelnemende golfclubs en alleen fit20 Dordrecht.
Deze actie is niet geldig in combinatie met andere acties en/of abonnementen.



Scan de QR code en
verzilver de actie!

fit20
Fit in 20 minutes per week



Hollandsche Golfclub

Gelegen in het hart van de Nederlandse landschappen vind je De Hollandsche Golfclub, niet alleen een handelsnaam van de Hollandsche Golfbaan Exploitatiemaatschappij, maar een levendige gemeenschap die gepassioneerd is over golf. Het is een plek waar je golf op een leuke manier kunt leren, waar je je vaardigheden kunt verbeteren, en waar je altijd kunt genieten van een vrolijke ronde op een van onze prachtige banen.

Wij zijn trots op onze uitstekende gratis oefenfaciliteiten. Onze golfbanen bieden alle leden de mogelijkheid om gratis gebruik te maken van alle oefenfaciliteiten. Voor de ballen op de driving range kan je soms een pasje, een QR-code of muntjes nodig hebben, waarover onze receptie je graag informeert. En als je nog niet over je eigen clubs beschikt, bieden we ook de optie om een set te huren, tenzij je een Golfstarter bent. Bovendien hebben we kleinere banen waar je je golfspel kunt trainen.

Probeer Golfdagen

Bij De Hollandsche Golfclub organiseren we regelmatig gratis Probeer Golfdagen om de schoonheid en het plezier van golf te introduceren aan nieuwe spelers. Maar onze gastvrijheid houdt daar niet op - onze deuren staan altijd open voor degenen die nieuwsgierig zijn naar golf. Bijvoorbeeld, je kunt een introductieles boeken om vertrouwen op te bouwen en ervaring op te doen op een van onze kleine golfbanen, zelfs als je nog geen eerdere golfervaring hebt. En als je wilt, kun je zelfs je eigen golfclinic organiseren met een groep.

Kennismakingslessen

Een van onze populaire aanbiedingen is de kennismakingsles op de kleine baan. Tijdens deze 75-minuten durende sessie leer je de basisslagen van golf en krijg je belangrijke tips en informatie over de sport. Mocht je geen eigen clubs hebben, dan voorzien we je gratis van de benodigde clubs tijdens de les. Daarnaast heb je de optie om een extra ronde te spelen op de kleine baan tegen een gereduceerd tarief, waarbij we je wederom gratis clubs verstrekken voor je ronde. Deze kennismakingsles is geschikt voor maximaal 4 personen en kost EUR 94,50 per groep.

De Hollandsche Golfclub is meer dan alleen een golfclub - het is een gemeenschap van gelijkgestemde liefhebbers van golf, waar iedereen welkom is, ongeacht ervaring of vaardigheid. Kom langs en ontdek de vreugde van golf met ons.

Bron - www.hollandschegolfclub.nl - Foto: Unsplash

Fysieke training voor golfers

Golf lijkt misschien een sport waarbij alleen techniek en precisie tellen, maar fysieke training vormt een belangrijk fundament voor succes en plezier op de baan. Het moderne golfspel vraagt om een goede lichamelijke basis, omdat kracht, mobiliteit en stabiliteit allesbepalend zijn voor je swing, lengte, blessurepreventie en algehele speelplezier.

Kernspieren en houding

Een sterke core (buik-, rug- en heupspieren) is essentieel voor elke golfer. Deze spieren zorgen voor stabiliteit tijdens de swing en beschermen je onderrug tegen overbelasting. Regelmatige oefeningen zoals planken, bridges en Russian twists bouwen een krachtig fundament én voorkomen blessures.

Mobiliteit en flexibiliteit

Golfers gebruiken een grote bewegingsuitslag in schouders, heupen en wervelkolom. Oefeningen die de mobiliteit in de heupen, schouders en rug vergroten zorgen ervoor dat je vloeiend kunt draaien en meer kracht uit je swing haalt. Dynamische stretches, rotatie-oefeningen en yoga zijn zeer waardevol. Denk aan de "cat-cow" stretch, squats met rotatie, en zachte rekking van de borstspieren.

Krachttraining

Kracht in de benen en bovenlichaam vertaalt zich direct naar meer afstand en controle over je slagen. Functionele krachttraining - bijvoorbeeld lunges, squats, deadlifts, push-ups en pull-downs - draagt bij aan explosiviteit en stabiliteit. Let er op dat de uitvoering technisch goed is: kwaliteit boven kwantiteit.

Balans en coördinatie

Balans is in golf essentieel, want een goede swing vraagt om een stabiele basis. Oefen regelmatig met balansoefeningen zoals staan op één been, werken met een balanskussen of het uitvoeren van lunges op een instabiele ondergrond. Coördinatie kan verbeterd worden met simpele oefeningen als touwtjespringen of medicine-ball throws.

Uithoudingsvermogen

Een volledige ronde golfen duurt vaak meerdere uren. Conditie, zoals joggen, fietsen of stevig wandelen, zorgt ervoor dat je fit blijft tot de laatste hole en scherp kan blijven presteren. Intervaltraining en circuit-workouts verhogen je algemene uithoudingsvermogen.

Blessurepreventie en herstel

Denk aan een goede warming-up en cooling-down. Dit voorkomt spierversrekking en blessures. Besteed aandacht aan rekken vóór en ná het golfen, en werk aan mobiliteit in de polsen, schouders en enkels.

Persoonlijk schema

Iedere golfer is anders. Het maken van een eigen schema, eventueel met advies van een (golf)fysiotherapeut of personal trainer, zorgt voor het meeste resultaat. Combineer reguliere krachttraining met golf-specifieke oefeningen en monitor je progressie.

Kortom: wie fysiek traint, haalt meer uit zijn golfspel. Je swing wordt krachtiger, blessurerisico's nemen af, en je beleeft meer plezier aan een ronde op de baan. Start vandaag nog met een eenvoudige trainingsroutine en ervaar het verschil op de green!



Al meer dan
10 jaar
de beste
koffie en thee



Jura
koffiemachines
voor thuis...
of op kantoor



Gusto
COFFEE - TEA - MORE

Langendijk 42
4201 CJ Gorinchem
www.gusto-gorinchem.nl

Ervaar Muziek in Topkwaliteit bij Sowell HiFi!

Op zoek naar het ultieme geluid? Bij Sowell HiFi in het hart van Gorinchem vind je al sinds 1978 de beste audioapparatuur.

Of je nu op zoek bent naar hoogwaardige luidsprekers, versterkers, platen-spelers of streaming componenten, wij hebben het allemaal.

Onze specialiteiten:

- ✓ Ruime collectie premium audio-apparatuur
- ✓ Reparatie en onderhoud van uw audio-installatie
- ✓ Persoonlijk advies van een audio-expert

Breng je favoriete muziek naar een hoger niveau.
Kom langs bij Sowell HiFi en ervaar het zelf!

Sowell
Hi-Fi Studio

Bezoek ons in het gezellige centrum van Gorinchem.

WWW.SOWELL.NL | INFO@SOWELL.NL | BURGSTRAT 45 | 4201AB GORINCHEM | 0183-6359911



De taal van de golfbaan: begrijp wat er gebeurt

Voor wie voor het eerst een golfwedstrijd bekijkt of zelf een golfclub vasthoudt, kunnen de termen als abracadabra klinken. Toch is die specifieke golftaal onmisbaar om het spel te volgen en ervan te genieten. Achter elk woord schuilt een stukje spelinzicht – en soms ook een vleugje trots of frustratie.

We beginnen bij de kern: de hole. Dat is het doel van elke speelronde – een klein gat op de green waarin je de bal uiteindelijk moet krijgen. Elke hole heeft een par, het aantal slagen dat een goede speler gemiddeld nodig heeft. Een par-3 betekent dus drie slagen. Doe je het in twee? Dan heb je een birdie. Eén slag onder par! Twee slagen minder heet een eagle, en drie minder – een zeldzaamheid – noemen we een albatross. Heb je juist één slag meer nodig dan par, dan is dat een bogey.

Slagen en clubs

De eerste slag op een hole noem je de tee shot. Die speel je vanaf de tee box, vaak met de bal op een tee – een klein hulpmiddeltje om de bal iets op te tillen. De club waarmee je deze afslag meestal doet is de driver, de krachtigste club in je tas. Daarna gebruik je ijzers of woods, afhankelijk van de afstand tot de hole. Ben je dichtbij de green, dan komt de approach shot. Eenmaal op de green pak je de putter om de bal richting het gat te rollen.

Niet alle slagen gaan netjes rechtdoor. Een bal die naar rechts afbuigt (voor rechtshandigen) heet een slice, en naar links is een hook. Als je bewust een lichte bocht speelt, is dat een fade (naar rechts) of draw (naar links). Belandt je bal buiten de baan, dan is hij out of bounds – dat levert strafslagen op.

Wedstrijden en handicap

Tijdens wedstrijden hoor je vaak de term handicap. Dat is geen beperking, maar een systeem dat spelers van verschillende niveaus gelijke kansen geeft. Hoe lager je handicap, hoe beter je speelt. In matchplay speel je per hole tegen een tegenstander: wie de meeste holes wint, wint de wedstrijd. In strokeplay telt juist het totaal aantal slagen over alle holes.

Golf spreekt z'n eigen taal – vol Engelse termen, eigenzinnige benamingen en sportieve symboliek. Maar wie die taal leert, merkt al snel: golf is logisch, levendig en leuker dan ooit. En met elk nieuw begrip groeit je plezier, je inzicht én je betrokkenheid bij het spel. Zo wordt elke ronde een beetje rijker.

Als je meer wilt leren over golf, golftermen en hoe je het spel het beste kunt spelen, zijn er verschillende goede manieren en bronnen om je kennis uit te breiden:

- Golfclubs en golfscholen
- Online golfplatforms en websites
- YouTube en online video's
- Golfboeken en handleidingen

Wat kan golfles voor je doen?

Golf lijkt op het eerste gezicht een individuele sport waarbij je vooral zelf je weg moet vinden. Toch kan het volgen van golfles een wereld van verschil maken, of je nu net begint of al jaren speelt. Golfles is meer dan alleen het verbeteren van je techniek; het is een investering in jezelf, je plezier en je prestaties op de baan.

Voor beginnende golfers is een goede les onmisbaar. Je leert vanaf het begin de juiste houding, grip en swing aan, waardoor je voorkomt dat je verkeerde gewoontes ontwikkelt die later moeilijk af te leren zijn. Door de basis goed onder de knie te krijgen, boek je sneller vooruitgang en voorkom je frustraties die kunnen ontstaan als je iets verkeerd blijft doen. Ook voor gevorderde golfers biedt een les waardevolle nieuwe inzichten. Een professionele blik kan net dat detail aan het licht brengen waardoor je verder slaat, je balvlucht stabielere wordt of je beter putt.

Golfleraren zijn getraind om niet alleen te letten op wat je doet, maar vooral ook waarom je het doet. Ze analyseren je swing, je routines en zelfs je denkwijze op de baan. Soms is het aanpassen van je mentale houding of je strategie op de baan al genoeg om je handicap aanzienlijk te verbeteren. Zo kan een rondje van 95 slagen veranderen in één van 85. Dit maakt het verschil tussen middelmatig en echt goed spelen.

Wat golfles extra effectief maakt, is de persoonlijke aanpak. Elke golfer is uniek en een pro stemt de oefeningen af op jouw niveau, leerstijl en doelen. Moderne golfscholen gebruiken vaak technologie zoals video-analyse of swingtrackers, waardoor je zelf kunt zien wat er precies gebeurt in je beweging. Kleine aanpassingen kunnen zo grote verbeteringen opleveren.

Daarnaast helpt golfles ook blessures voorkomen. Onjuiste technieken leiden op den duur vaak tot overbelasting van rug, schouders of polsen. Door te leren hoe je soepel en efficiënt beweegt, blijf je langer fit en speel je met meer plezier. Dit is een belangrijk aspect, zeker als je golf wilt blijven spelen op de lange termijn.

Golfles biedt niet alleen technische verbetering, maar ook meer zelfvertrouwen. Als je weet waar je aan werkt en waarom, sta je mentaal sterker op de baan. Het zorgt voor structuur in je oefenroutine, zodat je doelgericht traint in plaats van zomaar wat ballen te slaan op de driving range.

Tot slot is golfles vaak ook gewoon leuk. Samen met een pro aan je spel werken geeft energie en nieuwe motivatie. Of je nu individueel les krijgt of in een groep, je leert altijd iets nieuws en deelt je passie met anderen.





Deze uitgave werd mede gerealiseerd dankzij de enthousiaste medewerking van alle adverteerders.



'Hoe Green is uw tuin?'

Groen is meer dan een kleur. De Haan buiteninrichting staat voor duurzame buitenruimtes met aandacht voor natuur, kwaliteit en lange levensduur.

Wij geloven dat een tuin meer is dan alleen een buitenruimte—het is een verlengstuk van uw leef- of werkomgeving. Met oog voor detail, vakmanschap en een duidelijke passie voor groen creëren wij hoogwaardige tuinen en (openbare) buitenruimtes die perfect aansluiten bij uw wensen en de omgeving.

Onze werkzaamheden:

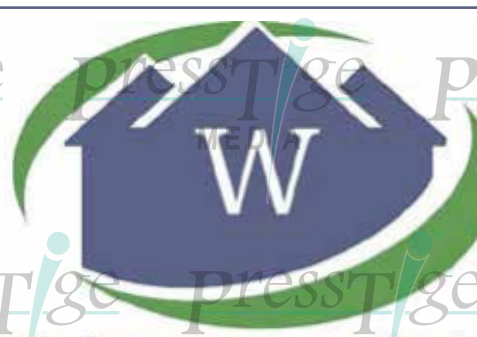
- Ontwerp
- Straatwerk
- Grondwerk
- Plantwerk
- Houtbouw
- Beschoeiingen

We zijn enthousiast, we hebben passie voor ons vak en denken graag met u mee!

Voor Inspiratie & Informatie:
www.dehaanbuiteninrichting.com
 Voor direct contact bel of app: 0633758912.
 Of mail naar: info@dehaanbuiteninrichting.com



DE HAAN
BUITENINRICHTING



Walraven Advies

Uw adviseur voor:

- Ruimtelijke Ordening
- Milieu
- Natuur
- Stikstofreductie
- Transitie Landbouw
- Transitie Buitengebied
- Stikstofonderzoeken
- Aanvragen omgevingsvergunningen

www.walraven-advies.nl

info@walraven-advies.nl

06 39743969



**Parket Kurk
Laminaat Pvc
Rap Renovatie**



**Transportstraat 34 C
4283 JL Giessen
info@rietveldvloeren.nl
T (0183) 63 78 51
www.rietveldvloeren.nl**



Golf is er voor iedereen – ook met een beperking

Golf is allang geen elitaire sport meer voor fitte mensen met veel vrije tijd. De afgelopen jaren is de sport steeds toegankelijker geworden voor een breed publiek, waaronder ook mensen met een fysieke of verstandelijke beperking. Dankzij aanpassingen op en rond de golfbaan, gespecialiseerde begeleiding en innovatieve hulpmiddelen kunnen ook minder validen met plezier en succes golfen.

Aangepast golf groeit snel

Steeds meer golfbanen en clubs maken ruimte voor inclusief golf. Dat begint bij de infrastructuur: toegankelijke paden, aangepaste tee-boxes, rolstoelvriendelijke toiletten en parkeerplaatsen maken het mogelijk voor mensen met een beperking om zich comfortabel over de baan te bewegen. Daarnaast zijn er hulpmiddelen zoals speciale golftassen, aangepaste clubs en stand-up rolstoelen die de speler helpen rechtop te staan om een bal te slaan. Ook bestaan er buggy's waarmee spelers zelfstandig of met hulp de baan op kunnen.

Verschillende clubs bieden lespakketten op maat aan, vaak onder begeleiding van ervaren instructeurs die zijn opgeleid om met aangepaste technieken te werken. Voor mensen met bijvoorbeeld spierziekten, hersenletsel of een verstandelijke beperking zijn er speciale methodes die het golfspel begrijpelijk en leuk maken.

Initiatieven van de NGF en anderen

De Nederlandse Golf Federatie (NGF) speelt een actieve rol in het bevorderen van inclusief golf. Met initiatieven zoals G-Golf en Paragolf worden mensen met een beperking op een laagdrempelige manier in contact gebracht met de sport. Hierbij draait het niet alleen om techniek en prestatie, maar juist ook om het plezier, de sociale interactie en het bewegen in de buitenlucht.

Stichtingen als Golf4All organiseren clinics, toernooien en competities voor spelers met een beperking. Deze bijeenkomsten zorgen voor verbinding, motivatie en zichtbaarheid. De verhalen van deelnemers zijn vaak inspirerend en laten zien hoe krachtig sport kan zijn.

Grenzen verleggen en zelfvertrouwen winnen

Neem bijvoorbeeld Joost Hiltermann, die ondanks een dwarslaesie weer op hoog niveau speelt met behulp van een speciale buggy. Of de vele spelers die via aangepast golf hun wereld verbreden, vriendschappen opbouwen en weer durven dromen. Voor hen is golf niet alleen een sport, maar ook een middel om actief te blijven en deel te nemen aan de samenleving.



Golfmythes ontkracht: wat werkt echt en wat niet?

Golf is een sport vol tradities, etiquette en... mythes. Van goedbedoelde adviezen op de driving range tot hardnekkige overtuigingen die al generaties lang worden doorgegeven. Maar wat is feit en wat is fictie? We nemen enkele veelvoorkomende golfmythes onder de loep en scheiden de waarheid van de fabels.

Hard slaan is altijd beter

Veel golfers denken dat hoe harder je slaat, hoe verder de bal vliegt. Klinkt logisch, toch? In werkelijkheid draait afstand niet alleen om kracht, maar vooral om techniek en timing. Een soepele swing met de juiste rotatie en balcontact levert vaak meer meters op dan brute kracht. Kijk naar de professionals: zij genereren snelheid door een gecontroleerde, efficiënte beweging, niet door puur geweld.

Een dure driver verbetert je spel meteen

Het nieuwste model driver met de nieuwste technologie klinkt verleidelijk, maar een dure club is geen garantie voor succes. Een goed passend clubhoofd en shaft die aansluiten bij je swingstijl zijn veel belangrijker dan een hoog prijskaartje. Een clubfitting kan meer verschil maken dan een impulsieve aankoop van een prijzige driver.

Je moet altijd je hoofd stilhouden

Een klassiek advies dat op bijna elke golfbaan te horen is: "Houd je hoofd stil!" Maar dit kan je swing juist belemmeren. Beweging in de juiste richting is essentieel voor een natuurlijke en krachtige swing. Een stijve houding kan leiden tot onnatuurlijke bewegingen en minder snelheid. In plaats daarvan is het beter om te denken aan een gecontroleerde hoofdbeweging die de flow van je swing ondersteunt.

Meer oefenen betekent automatisch beter worden

Oefening baart kunst, maar alleen als je op de juiste manier oefent. Urenlang ballen slaan zonder doelgerichte training helpt weinig. Gerichte oefeningen, lessen van een pro en een focus op techniek brengen veel meer verbetering dan eindeloos repeteren zonder plan. Kwaliteit boven kwantiteit dus.

Conclusie

Golf zit vol wijsheden, maar niet alles wat je hoort is waar. Harder slaan is niet per se beter, een dure club is geen wondermiddel, en je hoofd volledig stilhouden kan je juist tegenwerken. Slim en doelgericht oefenen heeft meer effect dan simpelweg veel trainen. Door feiten van fictie te scheiden, kun je je golfspel echt verbeteren en met meer vertrouwen de baan op stappen.



Golfclub de Kurenpolder

Golfpark De Kurenpolder, uniek gelegen aan de rand van het nationale park De Biesbosch - een majestueuze rivierdelta gekenmerkt door wilgenbossen, eilanden en kreken - is de belichaming van de ongeëvenaarde schoonheid van Holland. Het park herbergt twee prachtige golfbanen die harmonieus zijn geïntegreerd in het bestaande landschap, met veel wilgen en waterpartijen, en biedt een adembenemend uitzicht op de Bergsche Maas - de zomerse hotspot voor waterrecreatie.

Het Golfpark De Kurenpolder is vakkundig ontworpen om zowel beginnende als gevorderde golfers te accommoderen. Met een uitdagende 9-holes par 68-baan voor de ervaren spelers en een kleinere 9-holes par 3-baan, ideaal voor beginners en voor het aanscherpen van het korte spel, biedt het golfpark een breed scala aan speelmogelijkheden.

Heb je interesse in golf en wil je uitvinden of het de sport voor jou is? Overweeg dan om deel te nemen aan een van onze Probeer Golf Dagen, waarbij je gratis golf kunt ervaren in een vriendelijke en uitnodigende omgeving. De volgende Probeer Golf dag in 2023 is gepland op zondag 24 september, van 11:00 uur tot 13:00 uur.

In de pittoreske setting van De Biesbosch ligt ook Brasserie De Kurenpolder. Het is de perfecte plek voor golfers, zakenmensen of voor iedereen die gewoon wil ontsnappen aan de dagelijkse drukte. Of je nu komt om te golfen, voor een zakelijke bijeenkomst of gewoon om even te ontspannen, in Brasserie De Kurenpolder kun je dagelijks genieten van heerlijke koffie, een smakelijke wijn of een vers bereide maaltijd in een sfeer die uitblinkt in ongedwongen gezelligheid. De menukaart weerspiegelt het seizoen, en onze keukenbrigade maakt gebruik van de meest verse en eerlijke producten.

De Brasserie is ook voorzien van een groot en zonnig terras met uitzicht op de golfbaan en het Kurenmeer. Bovendien biedt De Kurenpolder faciliteiten voor feesten, bijeenkomsten en vergaderingen, en beschikt het over voldoende parkeergelegenheid op eigen terrein.

Golfpark De Kurenpolder bezit alle ingrediënten voor een geslaagde dag en biedt eindeloze mogelijkheden. Van golfen tot dineren, van ontspannen tot vieren - jouw ervaring bij ons is onze topprioriteit.

Bron - www.golfparkdekurenpolder.nl - Foto: Unsplash

Omgaan met stress op de baan

Golf is een prachtig spel waarin concentratie, techniek en ontspanning samenkomen. Toch weet elke golfer dat stress nooit ver weg is. Een cruciale putt missen of je bal in het water slaan kan zelfs bij ervaren spelers zorgen voor frustratie of spanning. Gelukkig kun je leren hoe je die stress herkent, ermee omgaat en zelfs voorkomt dat het je prestaties beïnvloedt.

Wie ontspannen wil spelen, doet er goed aan om zijn ronde rustig en goed voorbereid te beginnen. Zorg dat je op tijd bent, voldoende hebt gegeten en gehydrateerd, en dat je materiaal in orde is. Gehaast op de eerste tee verschijnen leidt tot een verhoogde hartslag en onrust in je hoofd. Gun jezelf dus tijd voor een goede warming-up met wat rek- en strekoefeningen, enkele oefenswings en het visualiseren van de eerste hole. Zo geef je je lichaam én geest de kans om geleidelijk in het spel te komen.

Ademhaling als anker

Een eenvoudige maar doeltreffende manier om stress te verminderen, is het bewust gebruiken van je ademhaling. Als je merkt dat je gespannen raakt, bijvoorbeeld voor een moeilijke slag of na een fout, neem dan even de tijd. Adem rustig in door je neus en langzaam uit via je mond. Deze techniek verlaagt je hartslag en helpt je je focus terug te vinden. In plaats van te piekeren over je totaalscore of vorige fouten, richt je je aandacht op de slag die je nú moet uitvoeren. Door in het moment te blijven, houd je je hoofd helder.



Stress ontstaat vaak uit te hoge verwachtingen. Wie denkt dat elke bal perfect moet zijn, stelt zichzelf teleur zodra het misgaat. Realistische doelen – zoals het verbeteren van je course management of een betere balans houden tijdens je swing – geven meer voldoening en minder druk. Vier kleine successen, zoals een goede approach of het kiezen van de juiste club, ook als het resultaat niet direct een birdie oplevert. Door jezelf ruimte te geven om te leren, groeit je zelfvertrouwen op een duurzame manier.

Fouten horen erbij

Zelfs de beste golfers slaan wel eens een bal out of bounds of maken een drie-put. Het verschil is dat zij leren fouten snel los te laten. Ontwikkel een persoonlijke routine om een mislukte slag mentaal af te sluiten. Dat kan iets simpels zijn, zoals je handschoen opnieuw vastmaken of je club rustig schoonvegen. Door bewust een punt te zetten achter het moment, voorkom je dat één fout je hele ronde beïnvloedt.

Golf draait niet alleen om scores. De rust van de baan, de natuur om je heen en het contact met medespelers maken het spel uniek. Door vaker stil te staan bij die elementen – een zonnestraal door de bomen, een verrassende bounce, een complimentje aan een flightgenoot – verdwijnt de prestatiedruk vanzelf naar de achtergrond. Wie plezier maakt, blijft ontspannen en speelt vaak ook beter.



VANFEIJ

HOUTWERK OP MAAT

Van Feij bestaat uit een team van ruim 20 vakspecialisten.

Van timmermannen en meubelmakers tot ontwerpers met visie. Wij bouwen niet zomaar, wij realiseren stijlvolle maatwerkprojecten volledig afgestemd op de wensen van de klant. Van luxe buitenverblijven, tuinkantoren, overkappingen tot buitenkeukens en meubels.

Elke constructie is ontworpen met oog voor detail en gebouwd met passie. Bekijk al onze projecten op onze vernieuwde website www.vanfeij.nl.



OVERKAPPINGEN
& VERANDAS



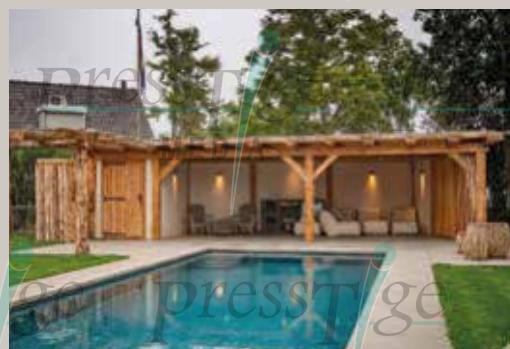
SCHUREN & BUITEN
VERBLIJVEN



MEUBELS



HOUTVOORRAAD
7.000 M²



Dankzij onze eigen houtwerf van ruim 7.000 m² beschikken we altijd over de beste materialen, u bestelt deze gemakkelijk in onze webshop www.houtdirect.nl.

Uw adres voor eiken en douglas hout, maar ook voor bouwpakketten en constructies op maat.

Mijlweg 41 | 3295 KG 's-Gravendeel

houtdirect.nl



VieDenta Kliniek

Bang om jouw lach te laten zien?

Narcosecentrum

Laat je eens informeren over de comfortabele mogelijkheden voor een tandartsbehandeling onder narcose bij VieDenta Kliniek in Oirschot. Lekker slapen terwijl de tandarts ervoor zorgt dat jij wakker wordt met een mooie en gezonde nieuwe glimlach.

Eigen tandtechnisch laboratorium • Gespecialiseerd in o.a. implantologie en esthetische tandheelkunde • De angststandarts van Nederland voor gebitsrenovaties

9,6 klantbeoordeling (98% beveelt ons aan!)

VieDenta.nl • Oirschot • Tel: 085 – 01 33 500 • Mail: info@viedenta.nl