Temba en Proteas put inspirasie uit 'ongelooflike' Bok-sege

Tinus van Staden

Die Radisson Blu-hotel in Dharamshala, Indië, was gister vol moeë gesigte.

Die Protea-krieketspan het wakker gebly om die Springbokke se spogsege van 29-28 oor Frankryk in die Wêreldbekerkwarteindronde regstreeks te kyk. Die wedstryd het daar eers om 00:30 afgeskop.

Dit was egter dubbel en dwars die moeite werd, sê Temba Bavuma, die Protea-kaptein.

"Ek probeer nog wakker word ná die lang aand," het Bavuma Maandag by die HPCA-stadion in Dharamshala geskerts.

"Maar dit was 'n ongelooflike stryd. Dit was inspirerend om te sien hoe die Bokke hul taak verrig. Die intensiteit in daardie wedstryd van die eerste tot die laaste minuut was ongelooflik. Ek weet dit is een ding waaroor die ouens die heeltyd praat. Ek's baie bly hulle kon oor die wenstreep kom. Dit was 'n ongelooflike, inspirerende wedstryd."

Een van die sleuteloomblikke in die toets was toe Cheslin Kolbe 'n doelskop van Thomas Ramos afgestorm het. Kolbe het ná die tyd gesê dit het hom gehelp dat hy ses jaar saam met Ramos by Toulouse gespeel en dus presies geweet het wat hy doen.

Die Protea-draaier Tabraiz Shamsi het parallelle tussen dié opmerking en die krieketlandskap getrek.

"Baie mense sien dit as negatief dat spelers in so baie T20-ligas wêreldwyd speel, maar jy doen baie kennis op oor spelers van ander lande, wat jou dan baat as jy internasionaal teen hulle speel," het Shamsi getwiet.

Die Springbokke pak Engeland Saterdag in die halfeindstryd. Soos die noodlot dit wou hê, speel die Proteas ook Saterdag teen die Engelse in hul Wêreldbeker-kragmeting in Mumbai.

Voor dit pak die Proteas Dinsdag eers Nederland in die HPCA-stadion. Hulle sal poog om self teen Bok-intensiteit te speel, al is die Nederlanders 'n minder geroemde span.

"Ons sal hulle beslis nie ligtelik opneem nie," sê Bavuma. Dit was juis Nederland wat die Proteas verlede jaar in Australië uit die T20-Wêreldbeker-toernooi geboender het.

Suid-Afrika het die Europese span weliswaar vroeër vanjaar gerieflik in 'n tuisreeks geklop.

"Dit is 'n ander formaat nou as in die vorige WB-toernooi, dit verg verskillende vaardighede, en om jou vaardighede vir langer in te span," sê Bavuma.

"Ná die gerieflike oorwinnings oor hulle in Suid-Afrika het ons selfvertroue en geloof in die span, maar sonder om arrogant te wees. Ons het steeds respek vir die teenstanders. Nie net Nederland nie, maar enige teenstander teen wie ons speel.

"Ons sal hierdie wedstryd met dieselfde ingesteldheid as dié teen Sri Lanka en Australië benader."

Saterdag teen Engeland sal dieselfde geld.

Die Engelse het Sondag 'n skoknederlaag teen Afganistan gely en sal graag wil terugslaan. Hulle bly gevaarlik, maar as die Proteas op hul peil kan voortbou – en die Bokke op hulle s'n – kan Suid-Afrikaners Saterdag dalk met dubbele glorie oor die ou vyand spog.

RAMAPHOSA WENS SPAN GELUK

'Vakansiedag as die Bokke wen,' sê Cyril

Christiaan du Plessis

Suid-Afrikaners kan dalk uitsien na 'n bykomende openbare vakansiedag indien die Springbokke die Webb Ellis-trofee by die Wêreldbeker-rugbytoernooi in Frankryk wen.

Pres. Cyril Ramaphosa het gister in 'n virtuele toespraak op die tweede Suid-Afrika-groenwaterstofberaad gesê hy sal dit oorweeg om 'n openbare vakansiedag te verklaar as die Springbokke wen.

Sowel Ramaphosa as die ANC het die span gelukgewens met hul naelskraapse oorwinning Sondagaand teen die Franse in Parys en dat hulle gevolglik na die halfeindstryd teen Engeland deurgedring het.

Pres. Cyril Ramaphosa

Ramaphosa het in sy toespraak gesê hy is jammer dat hy nie die beraad in lewende lywe kon bywoon nie, maar dit het niks te doen met die Springbokke se sege nie.

"Suid-Afrikaners vier fees oor die ongelooflike sukses wat ons manne in Parys behaal het. Baie van hulle het gevoel ons moes vandag tot 'n openbare vakansiedag verklaar het, maar ek het dit van die hand gewys en gesê ek sal dit slegs oorweeg wanneer ons die eindstryd wen, waar ek persoonlik teenwoordig sal wees," het Ramaphosa gesê.

Vroeër die dag het Ramaphosa in 'n verklaring deur die presidensie die Franse gelukgewens met die manier waarop hulle gespeel het.

"Dit het van die kragmeting in Parys 'n spanningsvolle, dramatiese wedstryd gemaak wat deur 80 000 toeskouers in die stadion en miljoene mense oor die wêreld heen geniet is."

Sondag was lede van die ANC se nasionale uitvoerende komitee op 'n vergadering in Ekurhuleni in Springbok-truie geklee.

Die parlementêre portefeuljekomitee oor sport, kuns en kultuur het die Springbokke in 'n verklaring gelukgewens en hulle as die "gode van rugby" bestempel.

Beauty Dlulane, voorsitter van die komitee, het gesê die span se sukses in die toernooi inspireer alle Suid-Afrikaners en dat hulle die "trots van die nasie" is.

"Ons is veral bly daaroor dat die span weer eens homself in 'n posisie geplaas het om sy titel te verdedig wat hy in 2019 in Japan gewen het. Wat tussen nou en die eindstryd gebeur kom neer op geluk, maar die span het bewys dat hy die vermoë het om sy bes te doen."

Ramaphosa het voorts gesê die kwarteindstryd teen Frankryk was nie net 'n "ongelooflike atletiese tentoonstelling" nie, maar ook 'n metafoor vir die land.

"Ons is inderdaad sterker wanneer ons saamkom in ons diversiteit en geleenthede skep vir mense om hul passie uit te leef, hul potensiaal te verwesenlik en hul talent ten toon te stel.

"Maar ons is ook saam op dae wanneer ons sukkel en ons die ruimte skep vir mense om bo moeilike omstandighede uit te styg en om saam met ons die reis na oorwinning aan te pak," het Ramaphosa gesê.

Bruce Fordyce (67) het Saterdag aan sy 500ste Parkrun deelgeneem. Foto: VERSKAF

Fordyce draf 500 Parkruns kaf, nou mik hy na 1000

Breyten Cupido

Die Comrades-legende Bruce Fordyce (67) se selfs ná 500 Parkruns keer niks hom om week ná week nog een aan te pak nie.

Fordyce het die afgelope naweek in Deltapark, Johannesburg, die 500-kerf bereik. Hy sê die Parkruns het nie net gesondheidsvoordele nie, dit maak hom ook gelukkig.

Parkrun is 'n gratis 5 km-wedloop wat Saterdae wêreldwyd gehou word. Deelnemers stap, draf of hardloop voluit om hul fiksheidsvlak te toets.

Fordyce het gister by navraag gesê solank hy nog in staat is om deel te neem, sal hy nie 'n Saterdag-Parkrun mis nie.

Hy en sy vrou, Jill, het in 2011 in die buiteland vir die eerste keer aan 'n Parkrun deelgeneem. Hulle het toe besluit om die model na Suid-Afrika te bring. Hul eerste Parkrun was in Bushy Park in Brittanje.

Die negemalige Comradeswenner sê hy onthou nog dat hy gedink het 50 Parkruns is baie.

"Dit het amper gevoel asof mense wat al 100 Parkruns gedoen het die onmoontlike vermag het."

Fordyce is nie die eerste persoon wat al 500 Parkruns voltooi het nie, maar hy is beslis een van die gewildste deelnemers. Hy tel onder sewe mense in Suid-Afrika wat al die 500-kerf bereik het.

Die Covid-19-pandemie het veroorsaak dat hulle sowat 18 weke nie aan 'n Parkrun kon deelneem nie.

"As ek ophou hardloop, sal ek mal word. Parkrun is so verslawend en ek sien al vroeg in die week uit na my volgende een."

Hy skerts dat as die Wêreldbeker-eindstryd op 'n Vrydag sou wees, sou hy "stadig maar seker" steeds Saterdagoggend vir die Parkrun opgedaag het.

Fordyce het al op 285 verskillende plekke in die wêreld aan 'n Parkrun deelgeneem, onder meer in Rusland, Australië, Pole en Nederland.

Hy sê hy sal 'n Parkrun misloop wanneer hy aan 'n wedloop deelneem of wanneer hy as kommentator werk.

"As ek 'n Parkrun moet opsom, is dit 'pure genot'."

Hy mik nou na die volgende mylpaal – 1 000 Parkruns.

'Die skare was iets om te beleef'

Hendrik Cronjé

Jesse Kriel op die aanval in die Springbokke se kwarteindstryd teen Frankryk. Foto: GETTY IMAGES

Die Franse losskakel Matthieu Jalibert word deur Jesse Kriel platgetrek. Foto: REUTERS

Jesse Kriel, een van die Springbok-brekers in Sondagaand se Wêreldbeker (WB)-kwarteindronde, hoop nou die Franse ondersteuners neem Suid-Afrika as hul span aan in die oorblywende wedstryde in vanjaar se Wêreldbekertoernooi.

Die 29-jarige Kriel sê dis moeilik om die atmosfeer in die Stade de France te beskryf in die Springbokke se oorwinning van 29-28 oor Frankryk.

> Ek is bevoorreg dat ek kon speel.
> — Jesse Kriel

Altesaam 79 486 toeskouers het die rillerstryd bygewoon waarin dit gevoel het asof dit die Bokke teen die res van die wêreld was. Meer as 60 000 van die ondersteuners het vir die gasheerland geskreeu op die koudste aand tot nog toe waarin 'n wedstryd in vanjaar se toernooi gespeel is.

"Die skare was iets om te beleef," sê Kriel.

"Dit was 'n ongelooflike atmosfeer en ervaring. Dis beslis een van die skares wat die hardste lawaai gemaak het voor wie ek al gespeel het. Ek is bevoorreg dat ek kon speel."

Kriel beskryf sy ervaring van Frankryk as gasheerland as wonderlik.

"Hulle kyk mooi na ons in vanjaar se toernooi. Almal is vriendelik," sê dié oudleerling van Maritzburg College.

"Toulon het vir ons soos 'n huis weg van ons eie huis gevoel. Kom ons hoop daar is meer daarvan (gasvryheid) vorentoe. Hulle hanteer ons werklik soos familie."

Oor sy eie vertoning teen Frankryk, wat deur menige kenners, ondersteuners en skrywers as sy beste nog in 'n Bok-trui beskou word, verkies die vriendelike Kriel nie om te praat nie.

Dié ware span-man was in 'n onderhoud ná die eindfluitjie veel gemakliker om oor die span se sukses as sy eie te praat.

"Ek wil nie graag oor myself praat nie. Ek dink ook nie dit is vir my om te besluit hoe ek gespeel het nie," sê Kriel.

"Die belangrikste is dat ons die uitslag gekry het wat ons wou hê. Ons het nog twee groot wedstryde om te speel. Ons kyk vir eers net na die halfeindronde. Die belangrikste nou is om die liggame weer vars te kry."

Kriel se naam verskyn egter tussen die voorste vyf Bokke s'n op verskeie lyste van statistieke ná Sondag se kwarteindronde.

Hy het byvoorbeeld die bal vyf keer gedra, soos Kwagga Smith en Bongi Mbonambi. Cheslin Kolbe se sewe keer was die meeste deur 'n Suid-Afrikaner, gevolg deur Duane Vermeulen en Eben Etzebeth se ses keer elk.

Kriel het ook die bal 58 m teen die Franse gedra. Kolbe se 132 m was die meeste, gevolg deur Kurt-Lee Arendse se 76 m en dan Kriel se 58 m.

Die Springbok-buitesenter se 13 duikslae was die meeste deur 'n Suid-Afrikaanse agterspeler en soveel soos Frans Malherbe s'n. Franco Mostert se 14 was die meeste deur enige speler in die toets.

Kriel moes vir sy heldedade teen Frankryk meer as tien steke aan sy regter-voorkop kry.

"Ek dink ek het iemand se heup getref. Dit was been teen been.

"Gelukkig is dit nie 'n probleem nie. Dit was net 'n sny. Dit is dinge wat vinnig herstel."

Goeie voorbereiding op die oefenveld het waar hulle moontlike gebeurlikhede in wedstryde probeer naboots, het die Bokke baie gehelp teen Frankryk – veral nadat die Franse in die vierde minuut gaan druk het.

Die Bokke het daarom volgens Kriel nie paniekerig onder die pale gestaan ná daardie eerste drie deur die gasheerland nie.

"Kyk, ons simuleer hierdie dinge deur die week op die oefenveld," sê hy.

"Ek dink as Suid-Afrikaners is ons ook 'n taamlik veerkragtige klomp en ek dink dit is alles dinge wat ons al voorheen in rugbywedstryde ervaar het. En ja, ek het gedink ons het goed teruggeveg."

En die Hane?

"Natuurlik. Neem geen krediet van die Franse weg nie. Hulle is 'n ongelooflike span. Ons het geweet dat hulle voor 'n massiewe skare sou losbrand. Ek dink ons reaksie was goed."

DIE BURGER - KINDERFONDS

Skryf in en sink 'n paar balle vir liefdadigheid.

• Slegs R5 500 per vierbal • Slegs 36 vierballe beskikbaar •
• Vierbal-samespel : 2 tellings om te tel •
• Afslaantyd vanaf 10:15 • Halfweg en vingerete ingesluit •

Pryse ter waarde van R70 000 op die spel!

Donderdag 23 November 2023 by Boschenmeer-gholfbaan, Paarl

Vir meer inligting of om 'n vierbal te bespreek, kontak asseblief vir Beverley Mathews by 021 406 2564 of beverley.mathews@media24.com

Hempies met trots geborg deur: PKF

X1XWFJB9-DB131023

'Three's Company' se Suzanne Somers sterf

Die Amerikaanse aktrise en skrywer Suzanne Somers, wat veral bekend was vir haar rol in die televisiereeks *Three's Company*, is op die vooraand van haar 77ste verjaardag oorlede.

Somers is Sondagoggend by haar huis oorlede met haar man, Alan, en seun, Bruce, en ander nabye familielede by haar, lui 'n verklaring wat volgens CNN deur haar reklameagent R. Couri Hay uitgereik is.

Suzanne Somers

Luidens die verklaring was haar familie byeen om haar verjaardag gister te vier, maar sal hulle nou Somers se besonderse lewe vier, het die verklaring voorts gelui.

Somers het vir 23 jaar lank 'n aan-en-af stryd met borskanker gevoer, en dit is weer in Julie by haar gediagnoseer.

Sy het toe op Instagram geskryf: "Ek weet hoe om my uitrusting vir die geveg aan te trek en ek is 'n vegter".

Volgens NBC News het Somers se kankerbehandeling bestaan uit wat sy genoem het chemiese-vrye behandeling en 'n organiese leefstyl.

Benewens borskanker is velkanker voorheen by haar gediagnoseer.

'n Bron het gesê Somers het dié keer 'n tradisionele dokter en behandeling gebruik.

Somers was bekend vir haar fokus op gesondheid. Sy het gesondheidsonderwerpe gereeld bespreek op haar klets-televisieprogram, *The Suzanne Show*, van vroeër jare, en was ook die skrywer van talle topverkoper-welstandboeke. Sy was ook in vennootskap met die vervaardigers van verskeie natuurlike skoonheidsprodukte.

'n Private roudiens sal volgende week vir Somers deur haar familie gehou word, terwyl 'n gedenkdiens vir November beplan word.

OHM
OAKWOOD | HUGHENDEN | MEADOWS
COMMUNITY IMPROVEMENT DISTRICT

Kennisgewing van Algemene Jaarvergardering (AJV)

Die OHM CID NPC gaan 'n algemene jaarvergadering hou. Alle belanghebbendes word genooi na 'n oorsig van die afgelope boekjaar se aktiwiteite en om die verlenging van die CID-termyn goed te keur.

Datum: 8 November 2023
Tyd: 17:30
Plek: Houtbaai Seiljagklub

Net bona fide-lede van die OHM CID mag oor die resolusies voorgelê by die ledevergadering stem. Hierdie lidmaatskap is gratis beskikbaar aan alle eienaars van residensiële eiendom in die OHM CID se gebied, maar hulle moet voor 1 November 2023 registreer.

'n Spesiale resolusie word vereis vir die wysiging van die nuwe akte van oprigting (MOI) soos beoog in artikel 16(5)(a) van die Maatskappywet, Wet 71 van 2008.

Enige bykomendebelastingbetaler wat gekant is teen die aansoek om die CID-termyn te verleng, kan binne 30 dae na afloop van die algemene jaarvergadering 'n skriftelike beswaar by die OHM CID indien.

Vir meer inligting, dokumentasie en hoe om te registreer, gaan na www.ohmcid.co.za, e-pos info@ohmcid.co.za of bel 082 337 7101