



Nieuwsbrief
januari 2015

- Van de redactie
- Van het bestuur
- Overleden
- Algemene
- Ledenvergadering
- Succesvolle jongens
- Prijzenregen rhönrad
- Nieuwe juryleden
- Acro-wedstrijden 17 januari
- Acro-wedstrijden 24 januari
- Springwedstrijden
- G-gym
- Voorjaarsvakantie



ADRESSEN
Website: www.dok-ede.nl

Facebook:
www.facebook.com/dok-ede

SmartPhone:
www.dok-ede.nl/pda

Email:
info@dok-ede.nl

SOCIAL SITES

f t in K

QR-code

NIEUWSBRIEF 1, Januari 2015

Van de redactie

Dit is de allereerste digitale nieuwsbrief van DOK. In het verleden kenden we een papieren clubblad. Deze werden keurig bij alle leden thuisbezorgd en in het nog verdere verleden kregen alle leden het clubblad op de les uitgereikt. Tegenwoordig beschikt nagenoeg iedereen over een computer, tablet of smart-phone en is een digitale nieuwsbrief meer van deze tijd. De nieuwsbrief zal maandelijks verschijnen, met uitzondering van de zomervakantie. In de nieuwsbrief zult u wedstrijdverslagen kunnen lezen, aankondigingen van komende activiteiten vinden, en nog veel meer nieuws wat DOK gerelateerd is. Kortom; u wordt op de hoogte gehouden van de laatste ontwikkelingen binnen DOK. Ik nodig u/jou graag uit om ook artikelen in te zenden. Heeft u als toeschouwer bij een wedstrijd op de tribune gezeten, heb jij met een activiteit meegedaan, heb je ergens een vraag over wat met DOK te maken heeft, is er iets grappigs op de les gebeurt wat leuk is om met alle DOKKERS te delen, wil je je juf of meester van DOK in het zonnetje zetten? Maak er een mooi leuk/goed artikelje van en mail dit naar anja@familievangemert.nl. Het zal dan in de volgende nieuwsbrief staan.

Van het bestuur

In dit bulletin meldt het bestuur voortaan de belangrijkste ontwikkelingen uit de vereniging. Allereerst: de eerste editie van een geheel nieuwe DOK-nieuwsbrief! Als bestuur zijn we heel blij met dit initiatief uit de vereniging. Het is een goede manier om de leden regelmatig te informeren over wat er gebeurd is, gaande is en nog gaat komen. En dat is vaak meer dan er in een nieuwsbrief past. DOK hoopt dat de betrokkenheid bij de vereniging door de nieuwsbrief nog sterker wordt. Wat dat inhoudt? Dat de leden meer weten over al het moois van DOK, dat u meedenkt en meedoet als er iets te doen is zodat we de vele activiteiten kunnen volhouden, dat er regelmatig vriendjes en vriendinnetjes komen kijken en lid worden, dat de leden goed op de hoogte zijn, dat... nou ja, dat de nieuwsbrief net dat beetje extra gaat bieden. Tot slot: een gezond, sportief en daardoor extra mooi 2015 gewenst! Peter Schaap, voorzitter.

Overleden

Helaas bereikte ons het droeve bericht dat oud bestuurslid **mevrouw Veerman-Nap** op 88 jarige leeftijd is overleden. Mevrouw Veerman is van 1954 tot 1983 lid geweest van het bestuur en heeft onder andere samen met dames Evers en Havekes een tijd lang de ledenadministratie bemenst. Mevrouw Veerman kwam uit een echt DOK nest: naast bestuurslid was ze tevens moeder van Dokkers Ceas (JC), Gerrit (Bestuur) en Arina Veerman (RC) en vanwege haar grote inzet voor onze vereniging is zij in 1983 benoemd tot erlid. Wij wensen een ieder, in het bijzonder Ceas, Gerrit en Arina heel veel sterkte met dit verlies.

Algemene Ledenvergadering

17 maart zal de Algemene Ledenvergadering van DOK plaatsvinden. Bij deze alvast de aankondiging van deze vergadering (ALV). Alle leden (16+) en de vertegenwoordigers van de jeugdleden (16-) zijn welkom. Net zoals de vrijwilligers, commissieleden en ereleden. Op 17 maart komen naast de vaste onderwerpen aan de orde: de uitslag van de onlangs algemeen ledenenquête, de te wijzigen statuten en het thema veiligheid. De volledige agenda wordt vier weken voor de vergadering bekend en zal te zien zijn op onze website.

Succesvolle jongens

Zaterdag 13 december hebben de jongens van DOK zich bewezen op hun eerste regionale wedstrijd van het seizoen. Jip Kouddjs, Julian Schimmel, Sam Ornnink, Jordi Tick en Menno Jonker zijn naar Lichtenvoorde afgereisd om hun turnkwaliteiten te vertonen aan de altijd strenge jury.

Jip en Julian kwamen uit voor instap niveau 15 waar Jip de concurrentie achter zich heeft gelaten en de eerste plek heeft veroverd. Julian zit daar vlak achteraan en stond met trots op de 2e plek. Een trots DOK-podium.

Sam en Jordi kwamen uit voor instap niveau 13 waar maar liefst 30 deelnemers voor een podiumplek strijden. Sam en Jordi hebben zo'n goede prestatie geleverd dat ze beide in de top 10 zijn beland. Zo is Jordi 10e geworden en heeft Sam een gedeelde 6e plek bemachtigt.

Met de succesvolle afsluiting heeft Menno Jonker, die uitkwam voor het eveneens drukbezette pupil niveau 12, de 5e plek bemachtigt. Alle jongens kunnen zich nu richten op de volgende wedstrijden. Met veel trots is de eerste wedstrijd succesvol en met veel motivatie voor de volgende wedstrijden afgelopen.



Prijzenregen voor Rhönrad

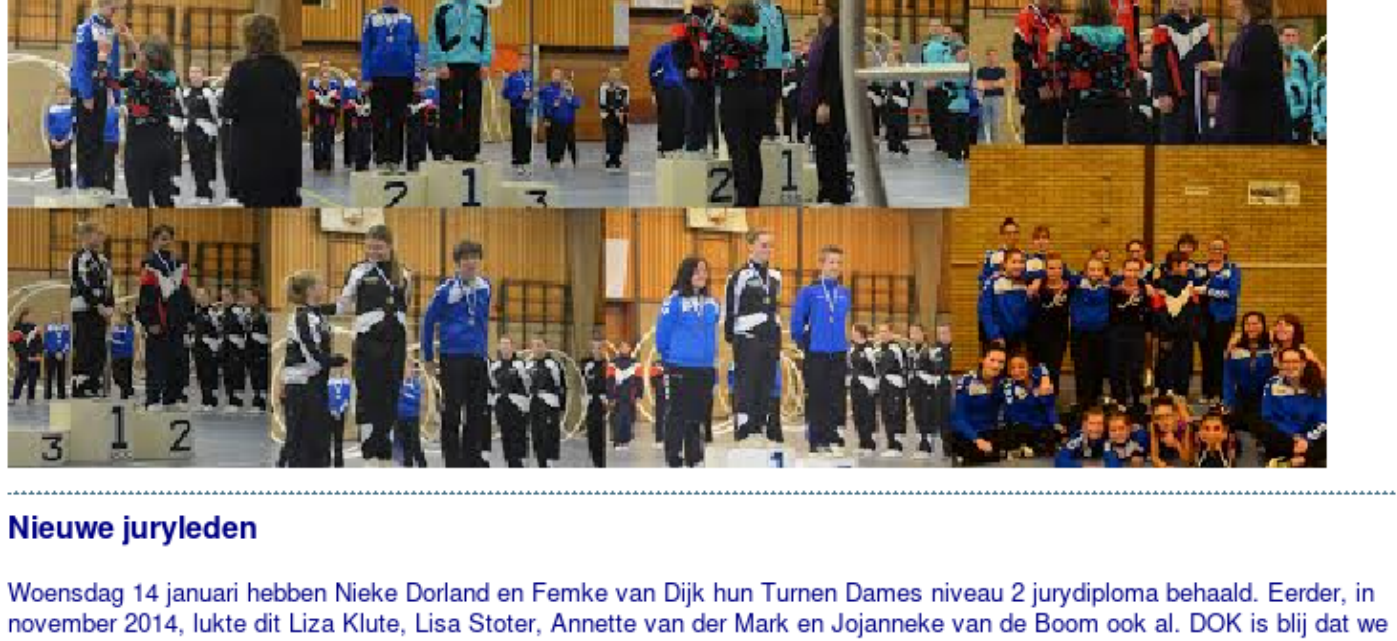
Zaterdagochtend 10 januari 2015 begon voor een aantal leden van DOK uit Ede heel vroeg. De districtswedstrijden van rhönrad stonden weer op het programma. De wedstrijd werd gehouden in Grou, het verre Friesland. Vandaar het vroege opstaan. De rhönradleden verzamelden om 06:00 uur bij gymzaal de Ridderhof.

In het eerste blok was het gelijk goed raak. Vier maal goud, vier maal zilver en één zure vierde plek. Goud was er voor Esmee Tombroek, Michelle Ng, Ytske Gerding en Nadia El Bakkali Ek Ammari. De zilveren medailles gingen naar Roxy Thomas, Kayleigh Duursma, Majdouline El Bouhali en Esther de Jong. De zure vierde plaats was voor Marit Tombroek.

In de volgende ronde ging het om de hoogste niveaus van het rhönradturnen. Mei-Yü van Bruort turnde een mooie spiraalvoering en ze deed voor het eerst een salto van het rad bij sprong in niveau 3. Uiteindelijk behaalde ze een goede derde plek. In niveau 4 deden Adaja Kuiper, Charlotte van Doorn, Kyra Benschop, Anne Pater, Daniël van Dartel en Marije Hamminga mee. Daniël van Dartel heeft de tweede plek weten te behalen. Marije Hamminga turnde in een andere categorie, namelijk in Jeugd en zij kon het goud mee naar huis nemen. Een fantastische prestatie.

Het derde en laatste blok verliep ook goed voor DOK. Goud was er voor turnsters Charlotte Bos en Davine Kuiper. De zilveren medailles werden gewonnen door Tijn Teinders en Gardien Jansen. Tenslotte was er nog een bronzen medaille voor Yara van der Molen. Ook waren er nog twee vierde plaatsen. Naomi de Vries en Ilse Houvast grepen net naast de medailles.

Trainers Saskia, Machteld en Sven van Bruxvoort en Karin van der Linggen kunnen dus terugkijken op een fantastische wedstrijddag. Later zal bekend gemaakt worden wie zich hebben weten plaatsen voor het NK!



Nieuwe juryleden

Woensdag 14 januari hebben Nieke Dorland en Femke van Dijk hun Turnen Dames niveau 2 jurydiploma behaald. Eerder, in november 2014, lukte dit Liza Klute, Lisa Stoter, Annette van der Mark en Jojanneke van de Boom ook al. DOK is blij dat we zoveel nieuwe juryleden kunnen verwelkomen en feliciteren alle dames natuurlijk met hun diploma's.

Acro-wedstrijden 17 januari

Op zaterdag 17 januari waren de eerste acro-wedstrijden van dit seizoen. In een bijzonder lange dag voor lesgevers en jury (van 8 uur 's morgens tot 8 uur 's avonds) kwamen tien twee- en drietalen van DOK op de vloer.

In de eerste ronde werd begonnen met het niveau E-Instap, dat dit jaar nieuw is. Hier doen de jongste deelnemers een voorgeschreven oefening. Voor DOK deden hier Jade Onderstal en Debora Breekveldt aan mee, zij behaalden een mooie vierde plaats.

Daarna deden bij de tweetallen E-junior Noa Tompkins en Circe de Kruij mee, en Tessa van Loenen met Alisha Bijzet. Met een mooie strakke oefening behaalden Tessa en Alisha een mooie score van 24.050 en werden daarmee zesde, terwijl Noa en Circe door een vergeten onderdeel op de tiende plaats eindigden.

Bijna al deze jongste meiden deden voor het eerst mee aan een acrowedstrijd! Helaas ging er vervolgens bij het drietal Aline Dorrestijn, Gina Rosa en Lisette Hogerheide een onderdeel helemaal mis, waardoor ze op de laatste plaats eindigden. Gelukkig hebben zij en alle deelnemers aan deze dag over 3 weken de kans iets (nog) beters neer te zetten!

In de tweede ronde deden de deelnemers op niveau E-senior mee. Hier had DOK één drietal en twee tweetallen. Margriet Breekveldt deed samen met Jannieke Meijer mee en haalden in een mooie oefening met een score van bijna 24 punten een zesde plaats! Heel knap als je bedenkt dat ze 27 koppels als tegenstander hadden! Op hetzelfde niveau kwamen Layra Top met Imke Kessel tot een tiende plaats met maar 0,3 punt verschil met Jannieke en Margriet, en ook zij hebben een goede oefening geturnd. Drietal E-senior Marlou Kruijzinga, Susanne Westeneng en Lisa Hazes werden met 24.65 (slechts 0,4 punt minder dan de winnaar!) zesde in een deelnemersveld van 22 drietalen.

In de laatste ronde, die begon om bijna 5 uur, kwamen de deelnemers op niveau D aan de beurt. Als allereerste van dat blok, nadat twee van de drie ruim een halve dag hadden gejureerd, waren bij de drietalen Sanne Veldhuizen, Laura van de Kamp en Elise van de Atend aan de beurt. Helaas mislukte ook bij hen een erg moeilijk onderdeel, en werden zij hiermee laatste. Bij de tweetallen behaalde Clemence Spruit en en Jenthe Pronk een fantastische derde plaats met een heel sierlijke oefening. Zij hadden 14 koppels als tegenstander. In deze categorie deden ook Minka Zivkovic en Fleur Mulder mee, zij behaalden een tiende plaats.

We kunnen met een positief gevoel terug kijken op deze lange wedstrijddag en kijken met optimisme vooruit naar komende zaterdag, wanneer de laatste 5 koppels van DOK hun eerste acrowedstrijd van het seizoen hebben.



Acro-wedstrijden 24 januari

Op zaterdag 24 januari was de tweede plaatswedstrijd acrogym D/E-niveau gepland. 's Morgens vroeg bleek al dat het slechte weer niet bevorderlijk zou zijn voor de lange rit naar Dinxperloo, maar ondanks ijzel en sneeuw waren bijna alle DOK-deelnemers goed op tijd aanwezig. In tegenstelling tot vorige week liepen deze wedstrijden juist in, en niet uit, waardoor de verplichte half uur van tevoren aanwezig zijn geen overbodige luxe bleek.

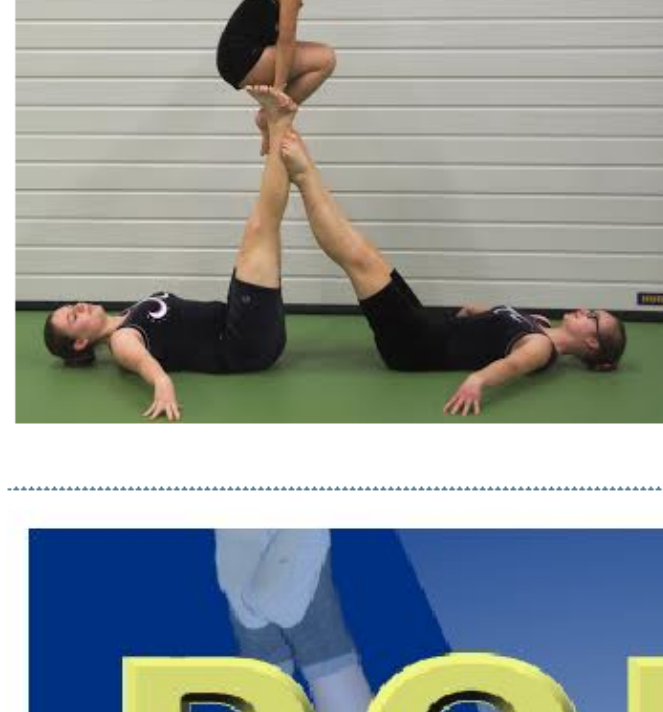
Het eerste DOK-koppel van de dag was helaas wel iets verlaast, maar kon in het tweede blok van de dag een fantastische oefening doen. Suus van Buren en Amber Scherpenzeel lieten absoluut de netste en meest synchrone oefening van E-Instap van die dag zien! Helaas mislukte het laatste onderdeel, waardoor ze met 2.40 punt aftrek op een 4e plaats eindigden. Voor een allereerste wedstrijd samen was dit een heel mooi resultaat en over 3 weken mogen ze hem nog een keer uitvoeren.

In het 4e blok van deze ronde waren er ook twee koppels E-junior die op de vloer mochten, namelijk Jiska Wiersma met Brechje Pronk, en Jedidja Bosma met Evianne Duijnkeren. Voor het laatste koppel was dit ook hun allereerste externe wedstrijd, en gezien de spanning die dat met zich meebracht hebben Jedidja en Evianne een hele mooie oefening laten zien. Met een totaal aantal punten van 22.150 kwamen ze op een 9e plaats van de 13 terecht. Jiska en Brechje hebben al vaker wedstrijden gedaan, en dat was te zien: met een ontzettend nette oefening en prachtige onderdelen zijn zij 4e van de 13 geworden, met 23.80 punten! Op deze manier zijn ze nu al bijna zeker van een finaleplaats op 7 Maart.

In het tweede wedstrijddeel waren Ilse Duits, Sharon Vis met Naomi Scherpenzeel aan de beurt. Dit drietal E-senior is nog maar vrij kort bij elkaar, en ook Naomi had vandaag haar eerste externe wedstrijd. Met een goed gespannen oefening zag het er prima uit, en hiermee hebben ze een 12e plaats van de 17 weten te bereiken. Met een paar kleine aanpassingen zal deze plaatsing voor de volgende wedstrijd vrij makkelijk verbeterd kunnen worden.

In het derde wedstrijddeel was 1 drietal D-niveau gepland. Annelies Spierings, Carmen Jonker en Carla Reidsma hebben in een mooie oefening laten zien dat ze duidelijk in dit niveau thuishoren. Eén onderdeel heeft helaas flink wat aftrek opgeleverd, waardoor ze uiteindelijk op een 10e plaats van de 15 terecht kwamen.

Zoals veel wedstrijden was het voor ouders, deelnemers, juryleden en trainers een lange dag, maar Ineke en Carla Reidsma zijn ontzettend trots op alle deelnemers, en zijn blij te zien dat iedereen met plezier hun acro-oefening heeft gedaan. Met dit positieve gevoel kunnen ze allemaal nog drie weken oefenen voor hun volgende wedstrijd op 14 februari in Doetinchem.



DOK SPRINGWEDSTRIJDEN

Zaterdag 28 maart 2015

Een onderlinge turnwedstrijd op vloer, minitramp en pegasus/kast voor DOK leden vanaf 6 jaar.

Sporthal de Peppel - Ede

DOE MEE EN SCHRIJF JE IN

Info: bij je trainer of www.dok-ede.nl

Voorjaarsvakantie

De voorjaarsvakantie is van 23 februari tot en met 5 maart 2015. Er zullen dan geen lessen zijn.