



**Nieuwsbrief**  
november 2016

- Van de redactie
- Van de bestuurstafel
- Nieuws van de VocU
- Springers van DOK gaan naar het NK!
- Sinterklaas was bij DOK
- DOK-dag
- Leden gezocht
- Onze gelukwensen
- Agenda en vakanties



**ADRESSEN**  
Website: [www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

Facebook: [Facebook.com/dok-ede](https://www.facebook.com/dok-ede)

SmartPhone: [www.dok-ede.nl/pda](http://www.dok-ede.nl/pda)

Email: [info@dok-ede.nl](mailto:info@dok-ede.nl)

**SOCIAL SITES**

f t in K



**Van de redactie**

Voor de (commissie)leden van DOK breken weer drukke tijden aan. Het wedstrijdseizoen is nu losgebarsten. De springploeg heeft al een fantastische prestatie neergezet door zich te plaatsen voor het Nederlands Kampioenschap groepsspringen. De volgende maand kunt u in de nieuwsbrief lezen hoe deze wedstrijden zijn verlopen. Zullen ze vanaf 10 december op één of meerdere onderdelen Nederlands Kampioen zijn? Het zal geweldig zijn als dat lukt!

De DOK-dag is ook achter de rug. Ruim 300 leden hebben meegedaan aan deze onderlinge wedstrijden. En wat is die onbevengelijkheid van een kind toch geweldig. Gevoelens tijdens een oefening klopt u, de rode wangenjes van de spanning, fantastisch toch? Wat hebben we weer genoten van die glunderende koppel. Als je dan als vrijwilliger 12 uur in loof bent geweest op deze dag en best wat vermoeid op de bank plof die avond en de dag nog eens overdenk.....dan kun je alleen maar bij zijn. We hebben weer heel veel kinderen een fijne dag bezorgd. Heerlijk, daár doen we het voor!

Artikelen voor de nieuwsbrief van december moeten uiterlijk 17 december bij de redactie binnen zijn:  
rz@dok-ede.nl

**Van de bestuurstafel**

**Lief en leed**

Vorige maand is juf Jantine getrouwd. Namens het bestuur is het kersverse echtpaar een cadeau aangeboden. Nogmals van harte gefeliciteerd!

**DOKdag**

Bij het verschijnen van deze nieuwsbrief is de DOKdag 2016 weer achter de rug. Zoals elk jaar een enorme happening, waar ruim 300 deelnemers vanuit de gym-, rhórndrad-, trampolines- en acrolessen de strijd om de medailles zijn aangegaan. Dit keer was het al voor de 17e keer dat de disciplines rhórndrad, trampolines en acro ook mee hebben gedaan. Daarvoor kenden we al heel veel jaren de DOK-dag maar dan deden alleen de gymnastieklessen mee. Er zijn veel medailles uitgedeeld! De jongste deelnemers (ongeveer 75 leden) kregen sowieso ook een chocolademedaille. Ze zijn dus allemaal met een prijs naar huis gegaan. Het bestuur wil alle vrijwilligers op deze dag (en dat waren meer dan 100 ouders, leden en commissieleden) heel hartelijk bedanken vóór hun hulp. Met zoveel mensen merk je dat vele handen licht werk maken.

**Felicities**

En natuurlijk feliciteert het bestuur ook de leden en lesgevers van de springlessen met het feit dat zowel de junioren als de senioren op alle drie de onderdelen zich als eerste hebben geplaatst voor het NK in sprongen op 10 december in Rotterdam.

**Nieuws van de VocU**

**1 juli 2017**  
DOK-uitvoering!



DOK OP WERELDDREIS

De tweede vergadering is inmiddels achter de rug van de Voorbereidingscommissie Uitvoering. Tijdens deze vergadering is er besloten welk thema de uitvoering gaat krijgen. Het thema heet officieel: **DOK OP WERELDDREIS**. Nu mogen alle juffen en meesters gaan nadenken welk land de groepen mogen uitbeelden. Dat is soms nog een heel klus. De muziek en kleding moet bij het gekozen land passen en dan nog nadenken welke toestellen gebruikt worden. Mocht je een leuk idee hebben, vertel het aan je juf of meester. Misschien kunnen we jouw idee goed gebruiken tijdens de uitvoering!

**Springers van DOK gaan naar het NK!**



Op zaterdag 12 november vroeg in de ochtend, reisden de junioren van DOK af naar Rotterdam voor de plaatsingswedstrijden voor het Nederlands Kampioenschap groepsspringen. Later die dag reisde ook het seniorenteam af naar die plaats.

Dit jaar deed het junioren mixteam mee op B-niveau. Vorige jaar deden ze mee op C-niveau. Het afgelopen jaar is het niveau dus flink omhoog gegaan. Al vroeg in de morgen waren de springers en springsters aan de beurt. Ze begonnen op minitrampoline-pegasus. Alle sprongen werden goed uitgevoerd met hier en daar wat kleine foutjes. Ze haalden hier de hoogste score van alle groepen en werden als eerste geplaatst voor het NK! Vervolgens waren ze aan de beurt op airtrack. Dit onderdeel was spannend omdat het een andere airtrack is als dat de groep springers gewend is. Hierdoor waren ze bij vorige wedstrijden vaak gevallen en dan krijg je dus aftrek. Veel aftrek kun je op een plaatsingswedstrijd niet gebruiken. De concurrentie is enorm en het verschil zit hem soms in een paar honderdste. Gelukkig bleef dit keer iedereen staan en kon iedereen zijn serie uitspringen! Ook hier werden ze weer als eerste geplaatst voor het NK!

Als laatste onderdeel hadden ze minitrampoline. Bij het inspringen raakte Naomi Kats geblesseerd. Helaas kon ze daarom de wedstrijd niet mee springen. Bij het groepsspringen mogen er meer teamleden in een groep zitten dan dat er mensen moeten springen. Dat heeft als voordeel dat niet iedereen alle sprongen hoeft te springen. Je laat bij elke sprong alleen de zes mensen springen die de sprong als beste beheersen. Maar nu Naomi uitviel, had de groep geen 'uitstappers' meer, en moest iedereen alle sprongen springen waardoor ook de sprongen die sommige mensen niet geïnteresseerd hadden. Het werd spannend, maar iedereen sprong fantastisch! Ook hier haalden ze de meeste punten en mogen ze dit nogmaals op het NK laten zien! Op alle drie de onderdelen is het juniorenteam dus eerste geplaatst! Dat wordt een mooie, maar spannende dag in Rotterdam op 10 december!

Inmiddels was het al middag en arriveerde het seniorenteam om die middag hun sprongen te laten zien. Ze sprongen ook als mixteam op B-niveau.

Zodra ze de concurrenten zagen springen, kwamen de zenuwen op. De concurrentie leek zeer sterk! Het seniorenteam begon ook op minitrampoline-pegasus.

Hier werden alle sprongen gesprongen zoals het hoort! Ze werden als eerste geplaatst voor het NK, Klasse!

Als tweede onderdeel hadden ze minitrampoline-tafel, door de hoogte van de tafel (die stond lager als dat de groep gewend was) was het moeilijk om te springen en was het vechten om te blijven staan.

Er werden veel fouten gemaakt, waardoor het team vreesde dat ze niet voor het NK geplaatst zouden worden. Maar de concurrentie redde het niet de score van de DOKploeg te verbeteren en ook hier werden ze als eerste geplaatst!

Als laatste hadden ze het onderdeel minitrampoline. Ze zijn hier voor het moeilijkste programma gegaan en ze namen alle risico's, want de concurrentie was ongelooflijk sterk. Met een aantal valpartijen en grote sprongfouten sprongen ze hun serie en was het wachten op de score. En wéér hadden ze de concurrentie verslagen en werden ze als eerste geplaatst voor het NK!

Dat houdt in dat zowel de junioren als de senioren op alle onderdelen als eerste zijn geplaatst. Wát een resultaat! Dromen kunnen blijikbaar toch uitkomen!

Op 10 december is het Nederlands Kampioenschap in Rotterdam. DOK is die dag op zes onderdelen te zien! Het wordt nog hard trainen om alle punten op de 1 te zetten, maar ik heb er het volste vertrouwen in dat dat gaat lukken!

Esmeë van Gemert

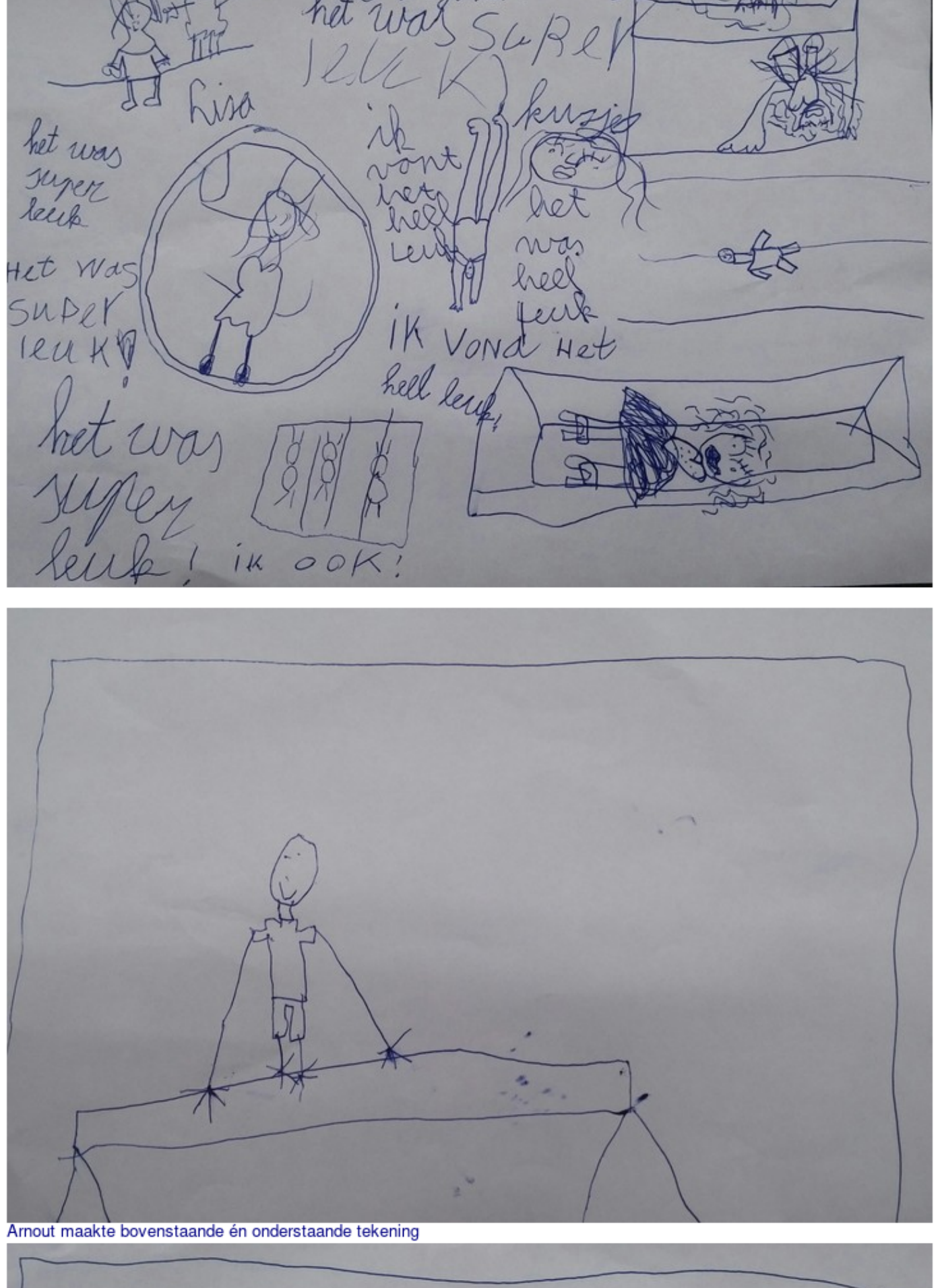
**Sinterklaas was bij DOK**

Op 19 november kwam hij langs, maar voordat hij langs kwam werden de 62 kinderen die aanwezig waren eerst voorbereid door allemaal pieterklusjes te doen. Ze moesten bijvoorbeeld over daken lopen, pakjes in de schoorsteen gooien en op het dak klimmen.

Wat deden ze allemaal goed hun best! Nadat iedereen alle pieterklusjes had geleerd en gedaan was het wachten op Sinterklaas. Voor de zekerheid werden er ook nog een paar dansjes en liedjes ingestudeerd en gezongen. Gelukkig kwam de hoofdpiet al snel binnen, maar zonder Sinterklaas.

De kadootjes waren weggevoerd, dus niemand zou vandaag een kadootje krijgen. Na een paar keer zingen en roepen was Sinterklaas daar dan eindelijk. MET de kadootjes! Hij had de gootjes bij de vuilnis. Alle kinderen kregen van Sinterklaas persoonlijk het kadootje overhandigd en iedereen pakte het tegelijk uit. Daarna was het feest afgelopen. Sommige kinderen gingen nog op de foto met Sinterklaas of danste met zwarte Piet. Helaas was het feest daarna toch echt voorbij en ging iedereen met een kadootje richting thuis.

Esmeë van Gemert



meer foto's van deze activiteit staan op onze website, [www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

**DOK-dag**

Tijdens de wedstrijden hebben een aantal leden geschreven wat zij van deze wedstrijd vonden (tekst is letterlijk overgenomen):

- Amber; ik had eerst een beetje spanning maar nu niet meer
- Bodi; ik vond het super leuk en ik hoop dat er snel een nieuwe wedstrijd komt
- Veerle; ik vond het geweldig maar wel een beetje spannend
- Elise; ik vond het niet spannend omdat ik het vaker heb gedaan (en ik hoop wel dat ik iets win)
- Aya; ik was een klein beetje zenuwachtig maar nu niet meer
- Charlotte; ik vind het best spannend maar uiteindelijk toch leuk
- Amber; ik vind het super leuk
- Lotte; ik vond het heel spannend maar nu niet meer
- Elisa; ik vind het heel leuk bij de brug
- Lotte B.; ik vond dat alles heeeeeeelle leuk was



de plattegrond van de sporthal tijdens de wedstrijden getekend door Nova



Arnout maakte bovenstaande én onderstaande tekening



Jesse maakte ook een mooie tekening van de wedstrijden



Meester Jelle kan gymzette geven, maar hij kan zichzelf ook heel goed natekenen!

Meer foto's van deze activiteit staan op onze website, [www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

**Leden gezocht**

Sinds september is er een nieuwe acroles opgestart in de Maandereng. Deze les is elke woensdag van 18:00 tot 19:00 uur. Hou je van acrobatiek, turnen, dansen en samenwerking? Dan is deze les perfect voor jou! Je maakt in twee- of drietalen een oefening op muziek met dans en acrobatiek. De les kan nog wel wat leden gebruiken. Kom gerust een keerje kijken, je bent van harte welkom!



Sanna Velthuisen

**Onze gelukwensen**

Als eerste, onze zeer verlate, felicitaties aan onze trainer Femke van Dijk-Denekamp en haar man Erius en hun oudste zoon Loek. Op 11 augustus zijn hun zoon en dochter Papijn en Fiene geboren. Excuses voor de late felicitaties maar ze zijn niet minder gemeend! Heel veel geluk met jullie kinderen!



Onze oud turnster, springster en (gelukkig nog steeds) trainer Jantine Budding is op 13 oktober j.l. op een feestelijke dag getrouwd met Job van der Meiden. Namens DOK feliciteren we hen van harte en wensen het bruidspaar van der Meiden een prachtige toekomst!

Rhórndrad-trainer Machteld van der Eijk-van Bruxvoort en haar man Dennis zijn op 10 november ouders geworden van een prachtig zoek. Ook voor jullie een felicitaties en geniet van dit kleine wonder.



Onze felicitaties gaan ook naar ons erelid Peter de Jong en zijn vrouw Joke. Ze zijn de overgrootouders van de kleine Zoë. En natuurlijk ook de felicitaties aan de DOK-familie Saskia en Henk van Bruxvoort en hun kinderen Sven, Jung Mi en Mei-yu. Ze mogen zich nu oma en opa, om en tante noemen! Allemaal veel geluk wensen!

**WIJ EEN NIEUW DOK LID**  
**JIJ EEN NIEUWE DOK TAS**

DOK is op zoek naar nieuwe leden en jij kunt ons daarbij helpen!

Vraag buddies of vriendinnetjes op school of in de buurt om een keer mee te gaan naar gym, want sporten bij DOK is goed, gezond, gezellig en goedkoop. Je vriendje of vriendinnetje mag 4 keer GRATIS en zonder VERPLICHTINGEN meedoen met de GYMLES, om te zien hoe leuk het is bij DOK.

Als hij of zij zich na de 4\* keer als lid inschrijft, krijg jij (als dank voor het aanbrengen van het nieuwe DOK-lid) van je juf of meester een echte **DOK TAS**

**MEER WETEN?**  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)  
[www.facebook.com/dokede](https://www.facebook.com/dokede)

**DOK TASSENACTIE**

**Agenda en vakanties**

Openbare lesweek 6 t/m 11 maart 2017  
DOK springwedstrijden 8 april 2017  
UITVOERING 1 juli 2017

Kerstvakantie 24-12-2016 t/m 08-01-2017  
Voorjaarsvakantie 27-02-2017 t/m 05-03-2017  
Paasvakantie 14-04-2017 t/m 17-04-2017