



Chr. Gymn. Ver.



Nieuwsbrief DOK Ede, jaargang 5

Nummer 2, februari 2019

Nieuwsbrief
februari 2019

- Van de redactie
- Agenda Jaar/keuze Algemene Ledenvergadering
- Zilver en brons voor DOK-turners
- Tweede plaatsingswedstrijd 4e divisie
- Tweede plaatsingswedstrijd heren
- Acrowedstrijden E-niveau
- Plaatsingswedstrijd rhotrad niveau 1 en 3
- Uit de oude doos
- Agenda en vakanties
- Open lesweek bij DOK
- Vrijwilligers gezocht
- Wij een DOK-kl, jij een DOK-tas



ADRESSEN

Website:
www.dok-ede.nl

Facebook:
Facebook.com/dok-ede

SmartPhone:
www.dok-ede.nl/pda

Email:
info@dok-ede.nl

SOCIAL SITES



QR-code



Van de redactie

Binnen DOK begint de 'uitvoerings-koorts' weer langzaam te stijgen. De voorbereidingscommissie is al regelmatig bij elkaar geweest. Vanaf deze maand zal er elke maand nieuws in de nieuwsbrief staan over De Peter Pan show. De belangrijkste vergadering van het jaar wordt binnenkort ook weer gehouden. De ledenvergadering. We hopen op een grote opkomst van leden of hun ouders. Hieronder staat de agenda van deze vergadering. Verder staan er in deze nieuwsbrief weer wedstrijdverslagen van de wedstrijden die onlangs zijn gehouden. Veel leesplezier!

Artikelen voor de nieuwsbrief van maart moeten uiterlijk 23 maart bij de redactie binnen zijn;
rt@dok-ede.nl

Agenda Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering
Woensdag 6 maart 2019 20.00 uur, het Kernhuis, Parkrand 60.

1. Opening
2. Mededelingen
3. Notulen jaarvergadering 2018
4. Post
5. Bespreking jaarverslagen commissies 2018
6. Bespreking exploitatie overzicht penningmeester over 2018
 - a. Verslag van de kascommissie
 - b. Verkiezing nieuw lid kascommissie. Karin vd Lingen mag nog een jaar lid blijven, Dolf Smits stopt.
 - c. Ledenaantallen.
7. Bestuursbeleid 2019.
8. Bespreking begroting 2019
9. Intermezzo
10. Verkiezing bestuursleden.
Statutair aftrondend en herkiesbaar: René van Maanen.
Het bestuur draagt Iona Meurs, Christian Zeeuw en Peter Heij voor als nieuw bestuurslid. Omdat hiermee het maximum in de statuten voorgestelde aantal bestuursleden wordt overschreden (het totaal wordt nu 9) dient de vergadering hiermee in te stemmen.

Artikel 12-1-a uit de statuten:

Het bestuur van de vereniging bestaat uit tenminste vijf (5) en ten hoogste zeven (7) leden. De algemene ledenvergadering kan op voordracht van het bestuur, besluiten het aantal bestuursleden voor een bepaalde periode uit te breiden met ten hoogste twee (2) leden; De algemene ledenvergadering stelt het aantal bestuursleden vast.

11. Eventuele voorstellen van leden (schriftelijk indienen voor 1 maart bij het secretariaat: 1 Zandwater 1, 6732 EJ Harskamp of per mail aan bestuur@dok@gmail.com)
12. Vaakstellen datum volgende vergadering: 6 maart 2020
13. Rondvraag
14. Sluiting, waarna napraten onder genot van een hapje en een drankje

De stukken voor de vergadering kunnen (lieft per mail) worden opgevraagd bij de secretaris: bestuur@dok@gmail.com, adres zie bij agendapunt 11

De Peter Pan show

Zien jullie dit prachtige logo? Het is ontworpen door Machteld van der Eijk-van Bruxvoort en Mei-Yü van Bruxvoort. Meiden, enorm bedankt! We zijn er erg blij mee!



Immiddels krijgt de Peter Pan show steeds meer vorm'. De organisatie is al een aantal keer bij elkaar geweest. Natuurlijk hopen we dat er zoveel mogelijk leden meedoen met de show op zaterdag 6 juli en zal in sporthal 'de Peppel' worden gehouden.

Op zaterdag 6 juli 2019 is er om 13.30 uur en om 19.00 uur een show. Aan de middagvoorstelling doen de kleuters/meisjes die les hebben aan de Ceelman van Ommerenweg, kleuters/meisjes die les hebben in de Kernham, kleuters/meisjes die les hebben aan de Ridderhof, kleuters/meisjes die les hebben aan de Bunschoterweg mee. Aan de avondvoorstelling doen de kleuters/meisjes mee die les hebben in de Maandereng, kleuters/meisjes die les hebben in 't Riet en de kleuters/meisjes die les hebben aan de Wulplaan.

Op vrijdag 5 juli zijn de generale repetities. Het is zeer belangrijk dat je hierbij aanwezig bent! Het tijdschema zal over ongeveer twee maanden bekend worden gemaakt.

De show zal helemaal in het teken van Peter Pan zijn. Met elkaar zal het verhaal worden 'uitgebeeld'. Het belooft een prachtig spektakel te worden. Breng jij je ouders en familie-leden ook mee naar de PETER PAN SHOW?

Zilver en brons voor DOK-turners

Zaterdag 2 februari was een druk weekinde voor DOK. Een deel van de herenselectie reisde af naar Almelo, een deel van de acrogroep mocht naar Zwolle en een deel van de damselectie reisde door de sneeuw naar Nijmegen. In alle drie de plaatsen werden medailles gewonnen.

De heren van DOK wisten dat het een zware turnstrijd zou worden in Almelo. Meer dan 40 deelnemers namen deel aan deze wedstrijd. Voor DOK kwamen drie mannen de vloer op. Siphre Vols, Jonas Idema en Skijp Langius hadden er zin in en ze waren goed voorbereid. Al snel bleek dat ze zeer goed mee konden doen in de top 10. De heren turnden nette oefeningen op de zes toestellen en hadden plezier. Bij de prijsuitreiking bleek dat twee van de drie zo goed hadden geturnd dat ze een medaille kregen omgengangen. Het zilver was voor Siphre Vols en het brons voor Jonas Idema. De jongens waren heel blij met dit resultaat.



Ook de trainers, die wisten dat het moeilijk zou zijn in zo'n groot deelnemersveld, Daphne Waanders, Remco Beukhof, Mike Heimel en Wilbert Groeneveld zijn trots op hun pupillen.

Astrid Groeneveld

Tweede plaatsingswedstrijd 4e divisie

Op zaterdag 2 februari stond de tweede plaatsingswedstrijd van de 4e divisie in Nijmegen van DOK op het programma. DOK reisde af naar Nijmegen waar een prachtige nieuwe sporthal is neergezet en waar het geweldig is om te turnen. De turnsters van DOK lieten dan ook mooie oefeningen zien. Ook nu was er weer een podiumplek. Turnster Puck den Boer turnde zich op fantastische wijze naar een zilveren plek. Puck liet mooie strakke oefeningen zien. Het zilver stond haar goed. De zure vierde en plaatsen waren dit keer voor Mirre van Marksteyn en de derde plaatsing voor hen is er nog een wedstrijd om te bewijzen dat ze op het podium thuishoren.

Trainers Jojanneke van der Boom, Hema Florissen, Tamara van der Wardt, Remco Beukhof, Mike Heimel, Mariët van der Steen en Astrid Groeneveld waren zeer tevreden over de prestaties van hun turnsters. DOK is zeer trots op de grote en gemotiveerde groep trainers.

Astrid Groeneveld

Tweede plaatsingswedstrijd heren

De herenturners van DOK mochten op zaterdag 9 februari 2019 afreizen naar Aalten. Daar stond de tweede wedstrijd van het seizoen op het programma. De heren van DOK waren goed voorbereid op de strijd en hadden er zin in. Al van tevoren was bekend dat het een lange dag zou worden, de wedstrijd zou duren van 08.30 's ochtends tot 20.30 uur 's avonds. Hieruit blijkt wel dat het herenturnen goed in de lift zit. Dit is mooi maar het betekent natuurlijk ook meer tegenstanders. Er werd goed geturnd door de heren van DOK. Er waren mooie oefeningen te zien en er werden op de toestellen mooie prijzen behaald. Jayden Vos werd derde op sprong, Bas Stemmer werd zelfs eerste op dit onderdeel. Sam Onrick werd tweede op ringen en ook re. Dennis Hendriks Franssen werd knap 2e op het onderdeel voltige. Justin Hendiks werd tweede op sprong en derde op brug en Daan Gaasbeek werd tweede op vloer. Daarnaast waren er twee vervelende vierde plaatsen. Dokter Ramon de Zeeuw werd over de zes onderdelen heel zure vierde. Op vloer was hij bij twee en op brug zelfs eerste. Er was nog een zure vierde plek, deze was voor Julian Schimmel, op voltige, ringen en rek werd hij tweede. Tot slot verdiende Mike Heimel nog een zilveren medaille voor zijn strijd over de zes onderdelen. Een goede prestatie! Mike werd eerste op vloer en tweede op voltige en ringen. Weer een goede wedstrijd voor de heren van DOK.



Astrid Groeneveld

Acrowedstrijden E-niveau

De zesde van maar liefst acht plaatsingswedstrijden acro zit erop! Op zaterdag 16 februari om 7.00 uur waren wij als trainers al weer op pad naar Wapenveld met de meiden. Het zijn soms lange dagen, maar we genieten er samen van! Deze ochtend was er brons voor Femke Daddéens en Charlotte Runhaar in de categorie jeugd. Wat hebben zij een prachtige oefening neergezet. Het bleef spannend tot het laatste moment, want alle punten worden gelijk getoend. En wat zijn we trots op deze meiden, die voor het eerst aan regiowedstrijden mee deden.

's Middags was het de beurt voor de senioren duo's. Helaas moesten beide teams een val incasseren. Marijke Bakker en Tizza de Groot, die dit jaar ook voor het eerst aan acro wedstrijden mee deden, eindigen toch nog netjes in het midden op een zesde plaats. Rosa Blom en Merel Potman deden ook voor het eerst mee met regio wedstrijden en werden elfde. Femke en Charlotte hebben zich geplaatst voor de Oost Nederlandse Kampioenschappen.

Een week eerder, op 9 februari was het in Genemuiden de beurt aan Anne Bos, Rozemarijn Gommer en Nazli Yetgin. Zij werden vierde in de categorie jeugd. Helaas net naast het podium. De oefening was veel meer synchroon en netter afgewerkt dan tijdens de eerste plaatsingswedstrijd. Ook Cécile Hermans en Mart Kroesbergen hebben een mooie oefening neergezet in de categorie junior. Zij werden achtste. Zij maken ook nog kans om zich voor het N.K. te plaatsen.

Wij kijken als trainers vol trots terug op de wedstrijden van vandaag en van de afgelopen weken!

Marlou Kruizinga en Sanne Veldhuizen

meer foto's staan op onze Facebookpagina <https://www.facebook.com/DOK192/>

Plaatsingswedstrijd rhotrad niveau 1 en 3

De plaatsingswedstrijd voor rhotrad was op 9 februari in Capelle aan de IJssel. Deze plaatsingswedstrijd is voor nivo 3 de eerste wedstrijd en voor nivo 1 de tweede. Met Kayleigh Duursma, Nadia el Bakkali el Ammani en Mei-Yü van Bruxvoort moesten we eerst raden laden op de Ridderhof. Om 7.15u konden we direct aan de slag en met maar drie raden te gaan was het zo gepiept. Op naar Capelle.

Keurig op tijd waren we bij de zaal en nadat de raden binnen gebracht waren konden de dames omkleden en inturnen. Al gauw bleek dat de vloer niet zo superglad was als bijvoorbeeld de Ceelman van Ommerenweg en daardoor zagen we de kansen met spiralen behoorlijk stijgen. Rechtuit ging zoals verwacht en sprong ook.

De wedstrijd begon met recht en daar waren geen grote fouten maar ook geen uitblinkers. We weten wat we nog moeten trainen voor de volgende wedstrijd. Spiralen ging ook zoals verwacht bij Kayleigh en Nadia maar voor Mei-Yü was het wel een beetje een teleurstelling omdat de oefening al vier weken foutloos ging en nu maakte ze twee grote fouten, ondanks dat had ze nog een redelijk hoog cijfer omdat alles wat er in moest zitten wel lukte.

Sprong is van deze dames niet hun sterkste kant. Vooral omdat Mei-Yü en Kayleigh beide nog herstellende zijn van knieoperaties. Gewoon netjes gesprongen en gewoon doortrainen.

Kayleigh en Nadia zijn zesde en zevende geworden bij de junioren en Mei-Yü vijfde bij de senioren.

De middagwedstrijd begon met inturnen. Alle onderdelen 20 minuten lang en daarna starten de wedstrijden. Als eerste spiralen en daarna wat een verbetering. Alle drie de dames deden wat we voor ogen hadden, namelijk twee punten meer scoren dan de vorige wedstrijd. Wat een verbetering. Heest het trainen in de Ceelman toch nu gehad. Op naar sprong. Gardien sprong weer een nette hoeksalto maar Naomi, nu beter hersteld van haar enkelblessure, sprong ook een nette hoeksalto. Voor Marije helaas geen verassing dat ze bleef staan haar sprong dus twee keer na de landing met stappen achteruit op haar billen. Jammer. Ik had weer gehoopt op het wonder van de vorige wedstrijd.

Als laatste weer rechtuit. En wat de meiden daar lieten zien kon ik in mijn stoutste dromen niet verwachten. Twee meer dan uitstekende oefeningen van Marije en Gardien met als resultaat een 9.25 en 8.85. Jammer voor Naomi, bij haar gingen er wat onderdelen mis waardoor ze gewaarden moest worden.

Zij hadden een 7.30 over maar dat geeft uitzicht op een veel hoger cijfer. Ze miste twee D onderdelen dat is 1.6 punten met twee keer vangen is ook 1.6 punten en een B onderdeel dat 0.4 waard is. Tel dat bij die 7.30 op dan kom je uit op 10.90. Oké, dan er nog wat af voor slordigheid, maar Naomi werkt meestal wel netjes, maar ze vinden altijd wel wat, dus het geeft perspectieven voor de derde plaatsingswedstrijd.

Gardien en Marije hebben de N.K. norm gehaald en Naomi zat er deze keer 0.20 onder. Zij turnen bij de junioren en werden zesde, zevende en twaalfde.

Onze nieuwe trainer Sanne Romijn bleesde zich bij het inturnen. Een soort mini zweepslag dus sprong ging niet zo goed. En aangezien je veel met je knuten doet tijdens het spiralen ging dat deze keer ook niet zo goed maar ze zette wel een prachtige rechtuitoefening neer. Trainingsmaaije Samah Boer turnde wederom een fantastische wedstrijd en werd weer eerste bij de senioren.

Saskia van Bruxvoort

Uit de oude doos

Deze foto is waarschijnlijk genomen tijdens de Heide-optocht van 1987. Alle vele jaren doet DOK hieraan mee. Op de foto fietst Gerrit-Jan Jansen op bakfiets van DOK roud. Daarachter zien we de springloop naast een kar lopen waar een dikke mat is en een minitramp op ligfiets. Langs de route werd er meerdere malen een 'springbaan' klaar gezet en toonde de voorgroep hun kunsten aan het publiek dat langs de weg stond. Peter Heij en Hany Timmerman (beiden niet op de foto) sprongen voor een valrijge landing.

Voorop de bakfiets zitten de DOK-mascottes. Mokkaïdok (meisje) en Jokkaïdok (jongen).



In deze rubriek zullen heel oude foto's, oude foto's en minder oude foto's geplaatst worden met een omschrijving over de foto. DOK is in het bezit van heel erg veel foto's, maar we zijn uiteraard altijd benieuwd of jij nog foto's in de oude doos hebt zitten die je met ons wilt delen. Dit kunnen turnfoto's zijn, maar ook van andere activiteiten waar DOK aan mee heeft gedaan. Heb jij een foto voor deze rubriek? Mail deze naar rc@dok-ede.nl

Agenda en vakanties

- | | |
|-------------------------------------|---|
| 4 tot en met 10 maart 2019 | Openbare lesweek |
| 6 maart 2019 | Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering |
| 6 april 2019 | DOK-springwedstrijden |
| 5 juli 2019 | Generale repetitie uitvoering |
| 6 juli 2019 | UITVOERING DOK |
| 6 maart 2019 | JAARVERGADERING DOK (tot 20.00 uur les) |
| 19 tot en met 22 april 2019 | Paasvakantie |
| 22 april tot en met 4 mei 2019 | Meivakantie |
| 10 juni 2019 | Tweede Pinksterdag |
| 22 juli tot en met 1 september 2019 | Zomervakantie |

Open lesweek DOK

4 maart tot en met 9 maart 2019

Sporthal 't Riet
Sporthal de Peppel
C. van Ommerenweg
Turnstede
Ridderhof
Groenendaal
Blijdestein
Wulplaan
Bettekamp
Maandereng
Essenburg
Bunschoterweg
Kernhem

In deze week zijn vaders, moeders, broertjes, zusjes, opa's en oma's van harte welkom* om in de zaal een kijkje te komen nemen bij de dagelijkse lessen van DOK. Heb je een vriend of vriendin die graag eens wil komen kijken, dan is hij of zij uiteraard ook van harte welkom!

* Wél graag de schoenen uit in de zaal

www.dok-ede.nl

Samen de schouders eronder zetten!

Zonder vrijwilligers is er géén vereniging!

Meld je aan als vrijwilliger
vrijwilliger@dok-ede.nl

WIJ EEN NIEUW DOK LID JIJ EEN NIEUWE DOK TAS

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

Vraag vriendjes 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 in 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
www.facebook.com/dokede

DOK TASSENACTIE

© 2019/2018-DOK