Nieuwsbrief DOK Ede, jaargang 5

Nummer 1, januari 2019

Nieuwsbrief
januari 2019

- Van de redactie
- Van de bestuurstafel
- Juiste telefoonnummers van GROOT belang
- Acrowedstrijd DOK-DOS
- Eerste kwalificatiewedstrijd N.K. rhönradturnen
- Goud en zilver voor acro-turnsters
- Bijscholing voor lesgevers van DOK
- Goud voor DOK-turner in de derde divisie
- Opnieuw medaille voor acro-turnsters
- Vier nieuwe niveau 2 assistenten voor DOK
- DOK bij Monkey Town
- Jeugdjournaalverslaggever Julian is een DOK-ker
- Uit de oude doos
- Agenda en vakanties
- Vrijwilligers gezocht
- Wij een DOK-lid, 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

Terwijl deze nieuwsbrief in elkaar wordt gezet dwarrelt buiten de sneeuw naar beneden. Een aantal dagen geleden was er ook sneeuw. Het gaf hier en daar wat overlast, maar vooral veel plezier voor de Edese jeugd. Zij konden een paar dagen genieten van de sneeuwpret. De DOK-jeugd heeft onlangs ook enorm genoten bij Monkey Town. Negentig kinderen hebben zich daar heerlijk kunnen uitleven. Het verslag hiervan staat in deze nieuwsbrief.

Er staan in de nieuwsbrieven overwegend verslagen van wedstrijden en activiteiten die geschreven zijn door de leiding van DOK die is meegeweest naar de wedstrijd/activiteit. De redactie kan onmogelijk alle wedstrijden en activiteiten bijwonen. Wil jij als turn(st)er, freerunner, raddraaier, springer, danser of volleyballer óf als ouder ook een (leuk) stukje in de nieuwsbrief plaatsen? Dat kan. Mail het naar onderstaand mailadres.
Artikelen voor de nieuwsbrief van februari moeten uiterlijk 18 februari bij de redactie binnen zijn;
rc@dok-ede.nl

Van de bestuurstafel

Nieuwjaarswens
Allereerst wenst ook het bestuur alle leden, ouders, commissieleden en vrijwilligers een mooi 2019 met veel plezier in het sporten!

Jaarvergadering
We willen iedereen erop attent maken op de algemene ledenvergadering op 6 maart. De vergadering zal worden gehouden in het Kernhuis. Een unieke kans voor ouders en leden van 16 jaar en ouder om te zien
hoe het besturen van een vereniging als DOK in zijn werk gaat en vragen te stellen aan het bestuur. Verder informatie is, zodra deze beschikbaar is, op de site van DOK te vinden.

Afscheid
Net voor de kerstvakantie is er afscheid genomen van Kirsten als dansjuf. In aanwezigheid van de leden kreeg ze een bloemetje en een cadeaubon. Ze heeft sinds september 2008 met heel veel enthousiasme de danslessen bij DOK gegeven. Onder haar leiding is het aantal leden dat danst hard gegroeid, evenals het lesaanbod.
Ook organiseerde ze de laatste jaren vlak voor de vakantie een prachtige show. We zien haar met spijt vertrekken maar zijn blij om in Celine, Rhodé, Eva en Zoë zulke goede opvolgers te hebben gevonden!

Juiste telefoonnummers van GROOT belang

Wanneer uw telefoonnummer wijzigt, wilt u dit dan alstublieft óók aan de leiding bekend maken? Het is van **groot** belang dat de leiding in noodgevallen (bijvoorbeeld bij een ongeval tijdens de les) of andere calamiteiten iemand kan bereiken. Geef dus het nummer (of nummers) door waar u tijdens de sportles van uw kind ALTIJD op te bereiken bent (en zorg er **alstublieft** voor dat u de telefoon aan hebt staan en kunt horen). De leiding maakt hier notitie van en zorgt ervoor dat het juiste nummer óók bij de ledenadministratie bekend zal worden. Wanneer u niet zeker weet of de leiding het juiste nummer heeft, vraag dit dan zo snel mogelijk even na bij de leiding.

Acrowedstrijd DOK-DOS

Op 21 december hadden we een leuke en gezellige onderlinge acrowedstrijd met DOS Bennekom. Wat hebben ze het goed gedaan! Danique en Vera werden 1e en Noémi en Ipek 2e bij de E instap. Bij de jeugd hadden Femke en Charlotte de hoogste score. Anne, Rozemarijn en Nazli werden 2e. Bij de senioren hadden Marije en Tirza de hoogste score. Wat hebben ze het goed gedaan! Voor iedereen was er een mooie medaille.

tekst overgenomen van facebook

Foto's staan op onze Facebookpagina https://www.facebook.com/DOK1922/

Eerste kwalificatiewedstrijd N.K. Rhönradturnen

Op het riante tijdstip van 9.15 uur vertrokken we, op zaterdag 12 januari, met 7 personen richting Den Helder.
Naomi, Gerdien en Marije als turnsters, Mei-Yù als jurylid, Saskia als trainster, Berto als chauffeur en Marja als toeschouwer. Omdat we op tijd vertrokken konden we een ontspannen rit naar Den Helder volbrengen en arriveerden we keurig op tijd in de sporthal. Na een minuut of twintig mochten we aan de warming-up beginnen waarbij als eerste het spiralen aan de beurt was. Het blijft altijd wel een dingetje, de overgang van de vloer van onze eigen trainingsvloer naar de houten vloer. Toch gaf de vloer bij het inturnen wel hoop. Volgende inturnmoment was sprong. Hierbij hebben we minder last van de overgang naar de houten vloer maar vooral Naomi heeft te dealen met twee gekneusde enkels. De afgelopen twee maanden heeft zij amper gesprongen dus was dat wel een uitdaging. Het laatste onderdeel rechtuit ging als een tierelier. Dat gaf nog eens zeer goede hoop op een goede wedstrijd. Ondertussen was Ageeth ook met de trein aangekomen om ons te supporteren en we hebben gezien dat Elise en Karin ook bij de jurytafels aanschoven. Vervolgens de echte wedstrijd. Gerdien moest de spits afbijten. Het was voor haar een teleurstelling maar achteraf viel het mee. Drie keer 'vallen' betekent bij rhönrad stoppen met je oefening en dat overkwam haar. Gelukkig had ze nog wel alle belangrijke onderdelen geturnd en gleed ze de derde keer net voor het einde nog een keer onderuit. Marije volgde en we maken van te voren een oefening rekening houdend met één val door de houten vloer, en dat deed ze ook keurig. Naomi moest als laatste en zij ging er helaas twee keer uit. Ook door de vloer. Ze glijden uit omdat ze niet gewend zijn om die beweging op te vangen. Wat ik nog even wil zeggen is dat ons cijfer uit twee delen bestaat. De moeilijkheid van de oefening en hoe netjes je het doet. Bij het spiralen hadden ze niet zulke hoge cijfers voor hoe netjes je het doe (onderuitglijden wordt behoorlijk gestraft) maar deze keer hadden ze alle drie wel een goed cijfer voor hoe moeilijk de oefening is. Maar oké, we weten dat spiralen het moeilijkste is. Dat was achter de rug...op naar sprong. Wederom Gerdien als eerste en zij verraste ons met een prachtige hoeksalto van het rad met een hoog cijfer tot gevolgd. Marije verraste ons met een salto achterover van het rad. In de training en met het inturnen is zij nog nooit, écht nog nooit, geland zonder achteruit te vallen. Nu deed zij twee sprongen tot stand. Wij én zijzelf waren zeer verbaasd. Naomi deed goed haar best en deed een keurige hurksalto van het rad maar niet bijzonder omdat haar enkels dat nog niet aankunnen.Volgende wedstrijd beter. En als laatste onderdeel rechtuit. Het inturnen ging prima maar Gerdien miste één onderdeel waardoor zij de kluts kwijt was en daardoor een herhaling turnde. Ik weet nu beter dat ze het onderdeel over had mogen turnen. Beslist een leermoment voor de volgende wedstrijd. Marije steeg boven haarzelf uit met een schitterende rechtuit oefening met een heel hoog cijfer, zeker N.K.-waardig. Naomi turnde ook een hele nette oefening maar miste ook één onderdeel. Gelukkig konden we de net geleerde kennis toepassen en turnde ze het onderdeel over en het ging goed. Helaas miste ze op het einde nog net een paar stappen. Ook hierbij hebben de meiden de moeilijkheid van de oefening gehaald maar ook qua netheid hebben ze hier uitstekend gedaan. Al met al hebben de dames een hele goede wedstrijd geturnd met een plaatsing in de top tien van Nederland. Hier en daar zijn er beslist nog wat winstpunten te behalen en vergeleken met vorig jaar hoeven we nu maar een paar punten erbij te halen voor een plaats bij het N.K. Op de terugweg zijn we de McDonald's niet voorbij gereden en rond 22.00u waren we weer veilig thuis. Op het instagramaccount @rhonrad.dok (met al meer dan 10.000 volgers) kunt u in de loop van de tijd de filmpjes zien van de wedstrijden.

Saskia van Bruxvoort

Gouden en zilver voor acro-turnsters

Op zaterdag 12 januari 2019 startte het wedstrijdseizoen acrogym. De turnsters van DOK reisden op deze zaterdag af naar Dinxperlo. Voor de meeste gymnasten was het de eerste officiële wedstrijd. Dat maakt het spannend.
De wedstrijd verliep zeer goed. De oefeningen werden mooi en netjes geturnd, echt mooi om te zien. Goud was er dan ook voor Danique de Jeu, Emma Bouwman en Vera Roes. Het zilver werd gewonnen door Noémi Nieuwenhuijse en Ipek Yetgin. Er was nog een mooie vijfde plaats voor Anne Bos, Rozemarijn Gommer en Nazli Yetgin. Tot slot werden Cécile Hermans en Marit Kroesbergen nog knap zevende.
Trainsters Marlou Kruizinga en Sanne Veldhuizen zijn heel tevreden en trots op de uitslag. De turnsters van DOK turnden ook voor het eerst in hun prachtige nieuwe pakjes. Op naar de volgende wedstrijd.

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op onze Facebookpagina https://www.facebook.com/DOK1922/

Bijscholing voor lesgevers van DOK

Vrijwel alle leiding van DOK is een gediplomeerd lesgever. Om dit diploma te halen volgen de cursisten een cursus van minimaal anderhalf jaar. Om dit diploma geldig te houden zijn de lesgevers verplicht om bijscholingen te volgen. Wanneer zij dit niet doen verloopt de bevoegdheid om les te geven. Via de K.N.G.U. kunnen de lesgevers kiezen uit enorm veel leuke en leerzame bijscholingen. Wij hebben dit keer gekozen voor de nijntje beweegdiploma

Zaterdag 12 januari hebben wij (Esmee, Roelyne, Tamara, Heidi en Aniek) de bijscholing 'nijntje beweegdiploma' gevolgd. Hier hebben we veel kennis opgedaan over de essentie en belang van bewegen voor kinderen. Met onze eigen ervaringen en ervaringen van 17 andere cursisten hebben we ook van elkaar kunnen leren!

We begonnen met theorie want dat hoort er nou uiteindelijk bij, maar je leer toch het beste om het gewoon te doen! Daarom kwamen er in het tweede gedeelte van de dag 13 lieve en vooral hele schattige proefkonijntjes ons helpen. Wij mochten onze gymzaal creaties (op basis van de theorie) uitproberen op deze enthousiaste kids. Nogmaals bedankt voor jullie inzet!

Het was een leerzame en leuke dag.

Aniek van Gemert

Goud voor DOK-turner in de derde divisie

Twee turners van DOK hebben dit seizoen de overstap naar de landelijke 3e divisie gemaakt. Robbin Kruizinga en Lodewijk Waanders van DOK turnen dit seizoen in de landelijke turncompetitie. Op zaterdag 19 januari gingen beide heren voor de eerste keer de krachtmeting binnen de 3e divisie aan. Dit verliep veel beter dan verwacht, een divisie stijgen betekent vaak dat het veel lastiger is om een medaille te winnen. Robbin Kruizinga liet zien dat dit helemaal niet zo hoeft te zijn. Na de zes onderdelen kreeg deze turner gewoon de gouden medaille omgehangen. Wat een fantastische prestatie. Robbin turnde op alle onderdelen een stabiele en nette oefening en dat vertaalde zich naar het goud. Ook turner Lodewijk Waanders liet zien dat hij thuishoort in de 3e divisie. Op vier onderdelen draaide hij ook in de top 3 mee, er waren helaas twee kleine foutjes op de andere twee onderdelen. Wanneer Waanders deze foutje verbeterd tijdens de volgende wedstrijd zal het nog spannend worden tussen de twee DOK-turners.
Trainers Mike Heimel, Remco Beukhof, Daphne Waanders en Wilbert Groeneveld zijn zeer verrast over de prestaties van de heren. Dit geeft weer veel trainingsplezier tijdens de komende trainingen.

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op onze Facebookpagina https://www.facebook.com/DOK1922/

Opnieuw medaille voor acro-turnsters

Op zaterdag 19 januari ging een deel van de acrogroep van DOK op pad naar Zwolle.
Acrogymnastiek is een aparte tak van sport binnen de turnwereld. Acrogym laat oefeningen op de vloer zien, waarbij het draait om samenwerking, souplesse en gevoel voor muziek en dans. Het is een sport waarbij je ook kunt laten zien hoe gracieus je bent. Het is een mooie sport om naar te kijken.
DOK heeft deze tak van sport al jaren in het aanbod. Op 19 januari deden er twee koppels van DOK mee aan de wedstrijd. In de ochtend kwamen Femke Deddens en Charlotte Runhaar de vloer op. Zij straalden op de vloer en liet een goede oefening zien. Ook bij de prijsuitreiking konden de dames stralen want het brons was voor hen.
In de middag kwamen Marije Bakker en Thirza de Groot in actie. Ook zij lieten een goede oefening zien. Door een kleine fout grepen ze net naast de medailles maar bij de volgende wedstrijd maken ook zij zeker kans.
Trainers Marlou Kruizinga en Sanne Veldhuizen zijn trots op de koppels, nu weer trainen voor de volgende wedstrijd.

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op onze Facebookpagina https://www.facebook.com/DOK1922/

Vier nieuwe niveau 2 assistenten voor DOK

DOK meldt met trots dat er weer vier nieuwe assistenten op het niveau 2 zijn bij DOK. Weer nieuwe assistenten die ook met een z'n tweeën een les mogen draaien. Bij DOK zij we blij dat leden zo enthousiast zijn dat ze willen gaan doen.
Dit keer zijn Lodewijk Waanders, Sharon van der Ziel, Martijn van de Craats en Eshter de Jong geslaagd. Goed gedaan! DOK wenst jullie veel plezier met het geven van lessen en met het assisteren bij de lessen.
Bij DOK zijn er veel mogelijkheden voor jongeren om een bijbaan te hebben binnen de club. Hier zijn natuurlijk wel voorwaarden aan verbonden.
Heeft uw zoon of dochter wel interesse, mail dan naar CTL@dok-ede.nl.

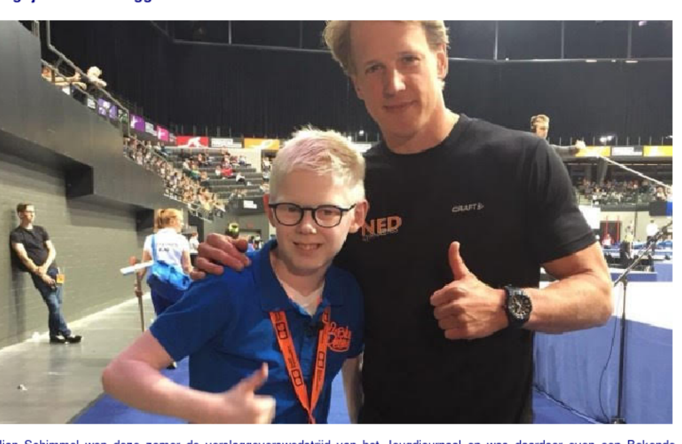
DOK bij Monkey Town

Op zaterdag 19 januari kwamen 90 kinderen spelen in de grote overdekte speelhal Monkey Town! Het werd een hele geslaagde ochtend en middag.
Met negen 'man' leiding verliep de binnenkomst soepel en snel. Daarna mochten de kinderen lekker gaan spelen. Al snel werd de leiding opgehaald door de kinderen, want zij vonden dat de leiding ook aan de slag moest. Er werd samen verstoppertje en tikkertje gespeeld. Om 12 uur kwamen de patat en de snacks op tafel. Er werd heerlijk gegeten. Daarna was er nog even tijd om te spelen maar al snel was het tijd om naar huis te gaan.
De Jeecee wilt alle kinderen bedanken voor deze onwijs gezellige middag! Tot de volgende keer!

Esmee van Gemert

meer foto's staan op onze Facebookpagina https://www.facebook.com/DOK1922/

Jeugdjournaalverslaggever Julian is een DOK-ker!



Julian Schimmel won deze zomer de verslaggeverswedstrijd van het Jeugdjournaal en was daardoor even een Bekende Edenaar. Regionale en landelijke media stonden in de rij om hem te mogen spreken. Maar de absolute bonus was toch wel dat hij verslag mocht doen van het NK turnen in Rotterdam en niemand minder dan zijn idool Epke Zonderland mocht interviewen. "Als je er naast staat denk je 'Jemig! Wat een armen!'"

Ede - Toen hij een oproep zag van het NOS Jeugdjournaal om een filmpje in te sturen dacht hij 'ik doe het gewoon'. Het leverde hem een plek in de finale op. Samen met 9 andere kinderen moest hij verschillende opdrachten uitvoeren rondom fictief nieuws. Dat deed hij volgens de juryleden opvallend goed en hij mocht dan ook uiteindelijk met de trofee naar huis.

Veel reacties
In een keer was de jonge Edenaar zelf nieuws. Zo was hij onder andere te gast bij Omroep Gelderland, te horen op 3FM en gaf hij interviews aan de Gelderlander, Kidsweek en onze eigen krant. Hij heeft veel leuke reacties gekregen van bijvoorbeeld klasgenoten en kinderen van de turnvereniging. "En zelfs van leerlingen die ik niet eens ken. Die zeiden van 'Ja, jij bent op tv geweest'." Al die aandacht vindt Julian wel leuk. "En ik heb er verder niet veel last van gehad." Eén keertje werd hij nageroepen op straat vertelt moeder Marieke. "Toen gingen we even iets ophalen bij je oude basisschool en toen was er een jongetje dat zei: 'Mama, mama, ik ken hem! Hij is van het jeugdjournaal!'"

Epke Zonderland
Als winnaar mocht Julian een dag met een echte verslaggever op stap om een reportage te maken. Dat was natuurlijk al heel leuk. "Maar toen ze zeiden dat ik Epke Zonderland mocht interviewen dacht ik echt; 'wauw'." Julian heeft Epke zowel voor als na de wedstrijd gesproken en vragen mogen stellen over de wedstrijd zelf en Epke zijn opleiding tot arts. En dankzij zijn perskaart kon hij sommige oefeningen van heel dichtbij zien. "Epke zijn oefening op rek, daar stond ik eigenlijk naast. Dus dat was wel heel gaaf."

Epke is niet de enige bekende persoon die Julian dit jaar geïnterviewd heeft. Tijdens de Dutch Media Week in Beeld en Geluid mocht hij onder andere Nienke de la Rive Box, Pip Pellens en Tim Douwsma aan de tand voelen. "Dat was heel leuk om te doen en daar heb ik veel van geleerd ook. Zoals dat je bij een interview vooral veel moet doorvragen. Dus als je een antwoord krijgt; gelijk doorvragen."

Turnen
Voor nu is de rust weer even teruggekeerd zodat Julian voorlopig genoeg tijd heeft voor turnen. Of hij ooit net zo goed gaat worden als Epke Zonderland, zijn idool? Die laatste heeft er vertrouwen in getuige de tweet die hij plaatste na het interview met Julian. "Als Julian net zoveel talent heeft met turnen als met verslaggeven dan belooft dat wat voor de turnsport.

Dit artikel heeft in de Edese Post gestaan op woendag 2 januari 2019

Uit de oude doos

Deze foto is gemaakt tijdens een uitvoering in het openluchttheater op 16 juni 1984. Jac Schollaardt maakt hier een reuzendraai in ondergreep aan het hoog rek. Net als nu hield DOK, toen ook al elke twee jaar, een uitvoering. Tegenwoordig houden we de uitvoering in sporthal 'de Peppel'. Toen was het prachtige Edese openluchttheater het toneel. Eerst gebeurde dat 's avonds, maar omdat de turn(st)ers 's avonds 'last' kregen van het klamme gras (er waren soms wat glij-partijen) en de temperatuur 's avonds nog wel eens wat daalde, werd dat naar de middag verplaatst. Er werden altijd twee zaterdagen achter elkaar gereserveerd voor de uitvoering. Op de dag van de uitvoering kwam de organisatie in alle vroegte bij elkaar en werd er contact gezocht met Meteo Consult. Zij konden, tegen een tarief van 60 gulden, heel nauwkeurig de weersvoorspelling geven. Was het de eerste zaterdag slecht weer dan werd deze een week uitgesteld. Was het dan wéér slecht weer, dan kwam plan B uit de kast en werd alles in een razend tempo verplaatst naar sporthal de Reehorst! Dat was een hele happening. Allereerst werd op alle gymzaaldeuren waar DOK les gaf een briefje opgehangen dat de uitvoering werd verplaatst. Leden hadden geen generale repetitie gehad in de sporthal, opstelling van toestellen tijdens het nummer was anders....logisch dat iedereen altijd wat van slag was, voor een uitvoering in de sporthal was er niet extra geoefend. Dus moest er hier en daar wat geïnprovisserd worden. Gelukkig kon de uitvoering in het openluchttheater vaak doorgaan, want sfeervol en bijzonder was dat wel. 2000 man publiek zat er op de tribune om naar de 700 deelnemende DOK-kers te kijken! Wát een geweldige tijden waren dat.....de ouderen bij DOK kijken nog vaak met weemoed terug naar deze prachtige herinneringen rondom de uitvoeringen in het openluchttheater en 'dromen' er nog wel eens van. In 1992 heeft DOK haar laatste uitvoering in het openlucht-theater gehouden. Het besluit dat de uitvoering tegenwoordig standaard in de sporthal wordt gehouden is onder andere genomen omdat jongeren steeds vaker een zaterdagbaan hebben en niet 'zomaar' twee weken achter elkaar vrij kunnen krijgen en de belasting voor alle vrijwilligers van DOK was ook enorm groot in de periode rondom de uitvoering. Er moesten altijd twee plannen voorbereid worden. Eén voor het openluchttheater en één voor in de sporthal, en daar komt heel erg veel bij kijken! Inmiddels is de VocU (Voorbereidingscommissie Uitvoering) bezig met de organisatie van dit jaar. Staat deze al in jullie agenda? Deze is op 6 juli.

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
25 februari tot en met 2 maart 2019	Voorjaarsvakantie
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

Powered by YMLP.com