



**Nieuwsbrief**  
januari 2020

- Van de redactie
- Van de bestuursafdeling
- In memoriam
- Juiste telefoonnummer van GROOT belang
- Heren succesvol bij 3e divisie wedstrijden
- Tweemaal ere-metaal bij acro-wedstrijden
- Succesvolle rhönradwedstrijd
- Acht medailles voor DOK
- Acro-wedstrijden in Varsseveld
- Ziekenboeg
- Nieuw bij DOK; Peuterdans
- Nieuw bij DOK; Musical-les
- De JeeCee organiseert: Monkey Town
- Activiteiten en vakanties
- Wij een DOK-ld, jij een DOK-bidon
- Samen de schouders eronder zetten!



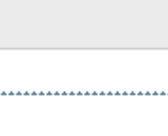
**ADRESSEN**  
Website:  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

Facebook:  
[www.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**

Precies vijf jaar geleden kwam de eerste, digitale nieuwsbrief van DOK uit. We 'vieren' deze maand dus het eerste lustrum. Tot 2010 werd er maandelijks een papieren clubblad gemaakt: 'de Brug'. Wellicht zijn er nog leden of ouders van leden die zich dit weten te herinneren. Zeventien jaar lang heb ik mogen meewerken aan dit papieren clubblad en nu maak ik al vijf jaar lang, tien maal per jaar, met plezier deze nieuwsbrief. Een digitale nieuwsbrief is uiteraard véél makkelijker. In het begin van mijn redactietijd werden de stukjes op een 'ouderwetse' typemachine gemaakt, je mocht geen foutje maken en als je dat toch deed kon je weer opnieuw beginnen, net zolang tot het artikel foutloos was. En dan de avonden dat de clubbladen 'geraapt en gerieft' moesten worden... eindeloos werden er rondjes om de tafel gelopen om van alle losse blaadjes een clubblad te maken... en daarna het logistieke 'gedoe', want alle clubbladen (soms wel 1000 stuks) moesten verdeeld worden over alle gymzalen in Ede. En toch was het ook een geweldige leuke tijd, met veel gezelligheid tijdens de redactie-vergaderingen en de 'taap- en nietavonden'. Maar dat is allemaal verleden tijd, alles gebeurt nu achter de computer. Ook fijn...hoewel...de computer moet wel doen wat ik wil.....gelukkig luistert 'ie over het algemeen aardig goed naar me!

Artikelen voor de nieuwsbrief van februari moeten uiterlijk 22 februari bij de redactie binnen zijn:  
[rt@dok-ede.nl](mailto:rt@dok-ede.nl)

**Van de bestuursafdeling**

**Jaarvergadering**  
Op donderdag 5 maart zal er weer een algemene ledenvergadering plaats vinden. Alle ouders en de leden van 16 jaar en ouder zijn van harte welkom. De agenda wordt deze week op de site gezet.

**E.K. teamgym**  
Recent is bekend geworden dat drie leden van de DOK-springgroep zich hebben geplaatst voor het E.K. teamgym. Dit vind plaats in oktober in Kopenhagen. Lodewijk Waanders, Wilbert Groeneveld en Jesme Dokter zijn onder leiding van Nicole Oudsen hard aan het trainen met het Nederlandse team. We zijn enorm trots op hen!

**Aspirant bestuurslid**  
Sinds begin januari draait Rina van Hekezen mee als aspirant bestuurslid van DOK. Ze is op de komende jaarvergadering kandidaat voor het voorzitterschap. We zijn erg blij met haar bereidheid zich in te zetten voor onze fantastische vereniging!

**In memoriam**

Vrijdag 17 januari 2020 is ons oud-bestuurslid Wim Righolt overleden. Wim is 86 jaar geworden. Wim was vanuit het bestuur jarenlang de contactpersoon naar het jeugdbestuur, later jeugdcommissie. Vele malen is hij staflid geweest bij de jeugdkampen van DOK. Zijn kampnaam was vermoedelijk Deukie. Als dank voor zijn grote en langdurige inzet (1968-1981) voor DOK is hij bij zijn afscheid in 1981 benoemd tot Lid van Verdienste.



We wensen de familie van Wim Righolt heel veel sterkte nu ze hem moeten missen.

**Juiste telefoonnummer 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. 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.

Zorg er **alstublieft** ook voor dat u de telefoon aan hebt staan en kunt horen wanneer uw kind aan het sporten is bij DOK.

**Heren succesvol bij 3e divisie wedstrijden**

Op zaterdag 11 januari reisden de heren van DOK af naar Emmeloord. In Emmeloord werden knappe successen behaald. In de eerste rond was het direct raak. Sijpe Vols turnde zo netjes dat hij de bronzen medaille meer dan verdiende. Ook Jonas Idema turnde een goede wedstrijd. Hij werd negende in een veld van 32 deelnemers. Knap, want beide heren draaien voor het eerst mee in de landelijke 3e divisie. In de derde ronde turnde ook Sam Onnink er voor de eerste in de 3e divisie. Hij draaide oefeningen die zeker thuis turnde in deze divisie en werd beloond met een tweede. Hij draaide Daarna was het de beurt aan Robbin Kruizinga en Lodewijk Waanders. Deze heren draaien landelijk al iets langer mee en dit was te zien. Er werden door beide heren schitterende knafleren geturnd. Uitsluitend ging Robbin Kruizinga er verdiend vandoor met de gouden medaille en kreeg Lodewijk Waanders het zilver omgehangen. Trainers Remco Baukhof, Mike Heimeel, Daphne Waanders en Wilbert Groeneveld zijn trots op hun turners. Nu kan er hard getraind worden voor de volgende wedstrijden.



Astrid Groeneveld

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

**Tweemaal eremetaal bij acro-wedstrijden**

Op zaterdag 11 januari reisde een deel van de acro-gymnasten van DOK af naar de eerste plaatsingswedstrijd in Hardenberg. Voor veel turnsters een eerste officiële wedstrijd. Spannend dus maar ook heel leuk. De wedstrijden verliepen goed voor de gymnasten. In een sterk deelnemersveld mochten Dokkers twee maal het eropodum betreden. Na een strakke, schitterende oefening was er het zilver voor het team van Sus van Buren, Naomi Scherpenzeel en Marit Schrijver. In dezelfde categorie deden ook Lisa van Eck, Marije Bakker en Nazli Yetgin mee. Ook hun oefening kwam goed uit de verf maar was niet voldoende om in aanmerking te komen voor een podiumplaats. In een andere categorie was er een verdienende bronzen medaille voor het team van Alisha Bijzet, Demi Weij en Naomi Verschoor. In dezelfde categorie werden Marith Baan, Tirza Dadema en Lieke van Kleef net vierde. Met 0,1 punt tekort grepen Elise Dekkers en Romee van 't Hout net naast de medailles. DOK is trots op haar turnsters na deze eerste wedstrijd. Trainsters Sanne Veldhuizen, Marlou Kruizinga en Jojanneke van der Boom kijken al uit naar de volgende plaatsingswedstrijd.



Astrid Groeneveld

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

**Succesvolle rhönradwedstrijd**

Op zaterdag 11 januari stond de eerste plaatsingswedstrijd voor rhönrad op de agenda van DOK. Dit jaar staat er veel op het spel voor de turnsters van het hoogste niveau binnen de rhönradsport. Dit jaar zijn er niet alleen tickets voor het N.K. te verdienen maar ook voor het W.K. Dit W.K. zal dit jaar in juli in New York worden gehouden. Die leden van DOK turnen op dit hoogste niveau en zij strijden dus om een plaats voor het N.K. en daarmee voor het W.K. De DOK gymnasten die meedingen voor dit plaatsje zijn Gerdien Jansen, Marije Hamminga en Naomi de Vries. De laatste jaren hebben deze turnsters hard gewerkt om dit seizoen te kunnen knafleren. Gerdien Jansen heeft afgelopen zaterdag de hoogste ogen gepooid. Zij verdiende met haar drie oefeningen, rechtuit, spiralen en sprong, al een ticket voor het N.K. Hiermee komt voor haar het W.K. ook in zicht. Overall werd Jansen vijfde. Net één plaats daaronder eindigde Naomi de Vries, zij kwam helaas net een halve punt tekort om zeker te zijn van een N.K. plaats. Gelukkig is er nog een tweede kans en met 0,05 tekort kan dit de volgende wedstrijd zeker lukken. Marije Hamminga werd negende. Voor Hamminga zal het hard werken worden om nog een N.K. ticket te bemachtigen maar zij gaat hier zeker haar uiterste best voor doen. Trainsters Saska van Bruzvoort en Nicole van den Boogert zijn trots op hun pupillen en zij stomen de dames weer klaar voor de volgende strijd.



Astrid Groeneveld

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

**Acht medailles voor DOK**

Op zaterdag 18 januari was het zover, de turnsters van de 5e divisie van de DOK hadden hun eerste N.K.G.U. wedstrijd. Het was dit keer een thuiswedstrijd want de wedstrijd werd gehouden in sporthal De Peppel. Veel turnsters en hun ouders konden dus met de fiets naar deze wedstrijd. De eerste plaatsingswedstrijd brengt toch altijd wat spanning met zich mee. Er is hard getraind en veel geoefend op de oefeningen en nu mag je dat dan laten zien. Het werd een succesvolle dag voor DOK. Acht turnsters beloonden zichzelf met een medaille. Goud was er voor Niene van Leeuwen, Britt Blijleven, Lotte Hartland en Chelsey Hu. Niene straalde op brug en vloer, op beide toestellen werd ze eerste. Blijleven sloot balk en vloer als eerste af, waartj voor haar stabiele balkoefening 'hale hoge ogen gooide. Lotte werd eerste op sprong en brug en Chelsey spatte met haar oefening van de vloer af. Goud dus welverdiend voor deze gymnasten. Een mooie zilveren medaille werd omgehangen bij Lieke van Kleef, Bodil Zwart, Amber Koujdis en Alisha Bijzet. Lieke sloot de toestellen sprong en balk zelfs met een eerste plek af. Zwart liet een prachtig boogje achterover zien op de balk, en op dit toestel was zij verdiend eerste. Amber en Alisha springen altijd de sterren van de hemel en dat deden ze ook nu, fantastisch. De trainers zijn trots op hun pupillen en vanaf volgende week wordt er weer hard gewerkt om deze resultaten ook weer te behalen bij de volgende plaatsingswedstrijd.



Astrid Groeneveld

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

**Acro-wedstrijden in Varsseveld**

Zaterdag 25 januari hadden we met drie teams de derde plaatsingswedstrijd acro in Varsseveld. Cécile Hermans, Anne Bos en Marit Kroesbergen lieten een mooie oefening zien bij de junioren. Artistiek op één na de hoogste waardering! Helaas net 0,2 tekort voor een podiumplaats. Het team van Alisha Bijzet, Demi Weij en Naomi Verschoor moest helaas vroegtijdig de vloer verlaten door een vervelende val. Voor hen de volgende keer een herkansing. Het derde team was het team van Marije Bakker, Lisa van Eck en Nazli Yetgin. Zij deden mee bij de senioren. Met ruim een punt hoger dan de vorige wedstrijd werden ze met zesde. Het was een lange en mooie dag. Op naar de volgende wedstrijd.

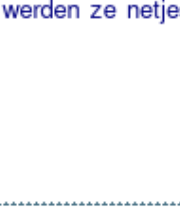


Jojanneke van der Boom

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

**Ziekenboeg**

Ditmaal staat onze enige echte DOK-fotograaf in de ziekenboeg. Alex Beukhof. Alex heeft afgelopen maand meerdere keren in het ziekenhuis gelegen i.v.m. een damontsteking. Het genezingsproces van een damontsteking gaat helaas niet snel. Alex, we hopen dat je je snel weer beter zult voelen!



**Nieuw bij DOK; Peuterdans**

Elke maandag kan uw peuter komen dansen bij DOK van 09.00 tot 09.45 uur. Op een speelse en dansante manier leren peuters hun lichaam kennen. We behandelen thema's als de feestdagen, de seizoenen, zelf bedachte verhalen en nog veel meer. Dit op zowel bekende kindermuziek als ook op instrumentale muziek. De les wordt gegeven door een professioneel geschoelde vakleerkracht. De eerste vier proeflessen zijn gratis, u mag dan samen met uw kind komen kijken of het aansluit bij uw kind.

De les wordt gegeven in de sporthal in Kernhem, Lagewoud 18, 6718 MM te Ede. Heeft u nog vragen, mail gerust naar [ct@dok-ede.nl](mailto:ct@dok-ede.nl)



**Nieuw bij DOK; Musical-les**

Er is een musical-les voor kinderen vanaf 6 jaar op maandag 13 januari 2020 gestart. De lessen zijn op maandag van 15.00-16.00 uur voor de kinderen van 6 t/m 9 jaar en van 16.00-17.00 voor kinderen voor 10 jaar en ouder. De lessen zullen worden gegeven door een geschoelde vakleerkracht. De eerste vier proeflessen zijn gratis.

De lessen zullen gegeven worden in de gymzaal in Kernhem, Lagewoud 18, 6718 MM te Ede. Heeft u nog vragen, mail gerust naar [ct@dok-ede.nl](mailto:ct@dok-ede.nl)



De JeeCee organiseert **MONKEY TOWN**

**VOL-VOL** Zaterdag 8 februari van 10:00 - 14:00 uur

Voor DOK leden en niet-leden (vrienden en vriendinnetjes mogen mee)

Kosten: **€ 11,00** van 4 t/m 10 jaar

Vening Meinelzstraat 4 Ede

Betalen aan de zaal. Graag contact geld meenemen. Geef je vóór vrijdag 7 februari op via de link op onze site [www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

**Activiteiten en vakanties**

- |                                     |                                      |
|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 2 tot en met 8 maart 2020           | Openbare lesweek                     |
| 5 maart 2020                        | Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering |
| 9 mei 2020                          | DOK kleenwedstrijd                   |
| 4 juli 2020                         | DOK springwedstrijden                |
| 24 tot en met 29 februari 2020      | Voorjaarsvakantie                    |
| 10 tot en met 13 april 2020         | Goede Vrijdag en Pasen               |
| 27 april tot en met 8 mei 2020      | Meivakantie                          |
| 21 en 22 mei 2020                   | Hemelvaartvakantie                   |
| 31 mei en 1 juni 2020               | Pinksteren                           |
| 20 juli tot en met 28 augustus 2020 | Zomervakantie                        |

**WIJ EEN NIEUW DOK LID**

**JIJ EEN MOOIE DOK-BIDON**

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 na de 4<sup>e</sup> keer als lid inschrijft, krijg jij (als dank voor het aanbrengen van het nieuwe DOK-lid) van je juf of meester een mooie **DOK BIDON**

**MEER WETEN?**  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)  
[www.facebook.com/dok1922](https://www.facebook.com/dok1922)

**DOK BIDON ACTIE**

**Samen de schouders eronder zetten!**

Zonder vrijwilligers is er géén vereniging!

Meld je aan als vrijwilliger [vrijwilliger@dok-ede.nl](mailto:vrijwilliger@dok-ede.nl)