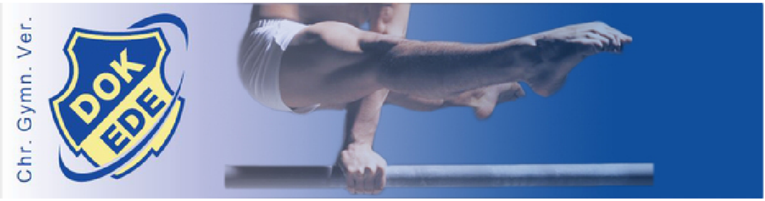
Nieuwsbrief DOK november 2021



Nieuwsbrief DOK Ede, jaargang 7 **Nummer 9, november 2021**

Nieuwsbrief
november 2021

- Van de redactie
- Van de bestuurstafel
- Op blote voeten gymmen vies en koud?
- DOK-nacht
- Herenturners DOK in de prijzen
- Dames van DOK naar Eelden
- Tweede plaatsingswedstrijd trampoline
- Dames D-niveau en E-niveau naar Nijverdal
- DOK-dag was een feest
- Junior springers van DOK plaatsen zich voor N.K.
- Eerste landelijke plaatsingswedstrijd C-niveau senioren
- Wedstrijden in Nijmegen succesvol
- Herenturners van DOK in de prijzen
- Sinterklaas op bezoek bij DOK
- Ziekenboeg
- Kerstpost actie van de scouting
- Affiche nijntje beweegdiploma
- Affiche KOM DANSEN BIJ DOK
- Activiteiten en vakanties

ADRESSEN

Website
www.dok-ede.nl

Facebook
Facebook.com/dok1922

Instagram
instagram.com/dok_ede_official

E-mail
info@dok-ede.nl

SOCIAL SITES

QR-code

Van de redactie

Wat een teleurstelling dat de Corona-maatregelen weer aangescherpt moesten worden! Maar wat hebben een aantal vrijwilligers van DOK in ZEER korte tijd een knappe prestatie geleverd. De meeste lessen van DOK kunnen doorgaan. Vrijwel alle lessen worden tussen 15.00 en 17.00 uur gegeven. Een enorme prestatie van de mensen die dit voorlopige lesrooster in elkaar hebben gezet (het is een monsterklus geweest), maar ook een groot compliment aan alle lesgevers die zo flexibel zijn om op een ander tijdstip of in een andere zaal les te geven. Bijna ALLE vrijwilligers van DOK doen dit naast hun studie, werk en/of gezin. Jullie zijn allemaal enorme kanjers!

De voorbereidingen voor het jubileumjaar gaan ook onverstoorbaar verder...ook dit wordt door heel veel vrijwilligers gedaan.....wat zijn we trots dat DOK zoveel mensen heeft die zich belangeloos inzetten voor de leden!
Hebben jullie **12 maart 2022** al genoteerd in jullie agenda? Dan vieren we het 100-jarig bestaan van DOK met een gala-uitvoering! Jij kom dan toch ook?

Artikelen voor de nieuwsbrief van december moeten uiterlijk 24 december bij de redactie binnen zijn;
rc@dok-ede.nl

Van de bestuurstafel

Corona
Jammer dat we opnieuw met beperkingen als gevolg van oplopende besmettingen te maken hebben. Als bestuur vinden we het erg vervelend om de leden van 18+ en peuterouders om een QR-code te moeten vragen. Maar we zijn door de overheid hiertoe verplicht.
Verder hebben we het aantal toeschouwers bij de DOK-dag moeten beperken en andere maatregelen moeten treffen. Ook het Sinterklaasfeest voor de jongsten had door corona een beperkt aantal deelnemers.

DOK-dag
Via deze plaats willen we onze grote waardering voor de organisatoren van de DOK-dag uit spreken. Elk jaar is dit een enorme klus die heel veel tijd kost, en dit jaar door de lastminute maatregelen vanwege corona ook snel schakelen vereiste. Ook zijn we heel dankbaar voor de vele vrijwilligers die belangeloos een (deel van) hun vrije zaterdag opofferden voor onze leden. Zonder vrijwilligers kan onze vereniging niet draaien!

Opleiding
We zijn heel blij met het feit dat drie van onze lesgevers gestart zijn met de vervolgopleiding niveau 3. Met het behalen van dat diploma zijn ze nog beter toegerust voor hun taak als lesgever.

Jubileum
Over iets meer dan drie maanden bestaat DOK 100 jaar. Een bijzondere mijlpaal die we met alle leden een jaar lang gaan vieren. Veel bijzondere activiteiten staan in de planning. We kijken er naar uit!

Wedstrijden
Het wedstrijd seizoen is al weer in volle gang, en er zijn al heel wat medailles behaald door onze leden! Als bestuur feliciteren we iedereen met de behaalde medailles, en voor wie (net) niet het podium haalde: meedoen is voor ons belangrijker dan winnen, en je zelf verbeteren is voor iedereen een grote prestatie.

Op blote voeten gymmen vies en koud?

Er zitten meer dan 100 spieren, pezen, botten en gewrichten in je voeten. Het is daarom ontzettend belangrijk dat we de voeten goed trainen. Hoe doen we dat? Door op blote voeten te gymmen en te spelen.
Hieronder 7 belangrijke redenen:
1. Het geeft een beter evenwicht en stabiliteit: als alle tenen zijn vrij om te bewegen en door de teentjes te openen en te sluiten leert je kind de kunst van het lopen tot in perfectie.
2. Het verbetert de ontwikkeling van de tastzin van de voeten: je kind verkrijgt veel informatie over de omgeving via de tastzin van de voeten. Blote voeten functioneren als een extra zintuig door de meer dan 200.000 zenuwuiteinden in de voetzool.
3. Het versterkt de voetzool van je kind, waardoor platvoeten kunnen worden voorkomen.
4. Het voorkomt schimmelinfectie: op blote voeten transpireert de voet van je kind minder en kunnen de voeten beter ademen. Wratten kunnen alleen ontstaan in natte ruimtes.
5. Het vergemakkelijkt de kennis over het lichaam: de voeten zijn een belangrijk deel van ons lichaam en het aanraken of verkennen van de voeten is belangrijk voor een kind.
6. Als je kind zonder de steun van schoenen loopt, worden de spieren van de voeten en enkels versterkt.
7. Je kind op blote voeten ontdekt een oneindige reeks aan sensaties (koud/warm, droog/nat, glad/ruw) die de intelligentie stimuleren.
Kortom genoeg redenen om je kind vaker op blote voeten te laten gymmen!

Joachim Klaassen

DOK-nacht

Inmiddels is het slaaptekort dat door de DOK-nacht op 5/6 november is ontstaan weer ingehaald. Slapen in de gymzaal blijft natuurlijk leuk en bijzonder. Net zoals elk jaar, was het weer een groot succes!
De kinderen druppelde rond 19:00 uur bepakt en bezakt binnen. We hebben eerst geturnd en spelletje gespeeld. Toen we terugkwamen hebben we onze bedjes opgemaakt. Dit is een heel precies werkje wat alle bedden moeten natuurlijk zo neergelegd worden dat iedereen gemakkelijk vanuit zijn bed bij de snoep en chips kan. Maar het is nog geen tijd om te gaan slapen! We trekken onze jassen en schoenen aan om een speurtocht te doen. Nadat de hele wijk geslenterd was waren de kinderen nog lang niet moe! Iedereen krijgt bij terugkomst een broodje knakworst. De kinderen trokken hun pyjama´s aan en begonnen om 00:30 aan het kijken van een film vanuit hun bed. De leiding was zeer tevreden toen het om 03:45 eindelijk muisstil was. Zo hebben wij ook nog heerlijk kunnen rusten. Wat een luxe!
Het rusten duurde niet lang want om 7:30 stond de leiding weer naast hun bed om de kinderen te wekken. Dit hebben wij heel lief gedaan door ze met een polonaise uit bed te sleuren. Nadat de ochtendgym was gedaan en het ontbijt achter de kiezen was, kon iedereen met zijn leeggelopen luchtbed weer naar huis.
Tot volgend jaar!

Aniek van Gemert

meer foto's en filmpjes op www.facebook.com/DOK1922

Herenturners DOK in de prijzen

Op zaterdag 6 november reisden de heren van DOK af naar Winterswijk. Na twee jaar stond daar weer een wedstrijd op het programma. Gehele vernieuwde wedstrijden. Het ging op 6 november niet om de individuele prestatie maar om de teamprestatie. Geheel nieuw maar ook heel leuk om samen als team te turnen. Het is de bedoeling dat er zes heren per team zijn. Wanneer je geen team hebt van zes heren wordt je samen gevoegd met een andere vereniging. Bij de Pupillen B-niveau werd DOK samengevoegd met heren van Exalto sport uit Lunteren. Dit verliep heel goed er werden prachtige oefeningen neergezet. Jonas Idema, Siphe Vols, Bas Slemmer, Aron van Ginkel en Marn Wiersma werden knap 2e. Een zilver medaille kregen ze dan ook omgehangen bij de prijsuitreiking. Op naar de volgende teamwedstrijd. De groepen Jeugd C en Pupil C grepen met een 4e plek net naast de medailles. Het podium is in ieder geval wel goed in zicht en daar zullen de mannen de volgende keer voor gaan strijden. De groep junior C werd knap 5e. Wat was het fijn om weer een wedstrijd te kunnen draaien. Op naar de volgende wedstrijden.

Astrid Groeneveld

Dames van DOK naar Eelden

Koninklijke Ned
rtsen

De senioren van DOK hadden op 6 november een lange reis op het programma staan. Na lange tijd weer een wedstrijd en dan direct naar Eelden in de provincie Groningen.
Een leuke reis ook, voor het eerst landelijke wedstrijden in teamverband. Niet individueel maar samen turnen voor een goed resultaat. Drie turnsters van DOK hebben die overstap naar landelijke wedstrijden gemaakt. Het zijn Layra Top, Fleur Mulder en Rianne Hamelink.
Veel verenigingen hebben ervoor gekozen om een niveau lager te gaan vanwege de Corona periode maar deze dames durven juist een niveau hoger aan. DOK is daarom ook trots op deze toppers. In de Corona periode is er dan ook zoveel mogelijk buiten doorgetraind, soms zelf bij twee graden Celsius.
Dit heeft zeker zijn vruchten afgeworpen. De drie gymnasten lieten hele goede en stabiele oefeningen zien. Geen van de dames hoefde bijvoorbeeld de balk van tien centimeter breed te verlaten. Dit alles werd beloond met een knappe 6e plaats. Nu weer hard verder trainen op moeilijkere en slimmere oefeningen zodat ze nog wat kunnen stijgen in de ranking.

Astrid Groeneveld

Tweede plaatsingswedstrijd trampoline

Alweer de tweede wedstrijd voor de trampoline springers van DOK. De eerste wedstrijd was voor de springers van DOK heel erg goed verlopen, dus de verwachtingen waren hoog voor de springers van DOK.

Opnieuw vielen er leden van DOK in de prijzen. Isa Smits kreeg het goud omgehangen. Zij mocht dus het hoogste plekje van het podium betreden. Een knappe prestatie van Isa, zij komt uit in de 2e divisie. Ook Jordi Tick die in de 2e divisie springt kreeg een medaille, hij won met mooie oefeningen het zilver.
Helaas ook twee zure vierde plaatsen, Imme Oppenhuizen en Jasper Hek vielen met de 4e plaats net buiten de prijzen. Er waren 5e plaatsen voor Fleur Hazeleger en Hannah Kooiker. Loïs Zuiderduin werd 10e. Nu weer hard trainen voor de volgende wedstrijden.

Astrid Groeneveld

Dames D-niveau en E-niveau naar Nijverdal

Op 6 november stonden er ook wedstrijden voor turnsters van DOK gepland in Nijverdal. Een teamwedstrijd voor de senioren D-niveau en een individuele wedstrijd voor de jeugd E-niveau.Voor de senioren was het vroeg opstaan want om 08.45 startte de wedstrijd in Nijverdal. Dus allemaal vroeg de auto in. Fijn dat ook juryleden Karin Verschoor en Ingvill van Buuren dit overhadden voor de gymnasten van DOK. Bedankt daarvoor.

Voor de senioren kwamen deze zaterdag uit: Demi van Herwaarden, Mirte van Markesteijn, Valerie Vos, Roaley van Oers en Nicole Boogert.De wedstrijd begon niet zo fijn. Spanningen na zo'n lange tijd geen wedstrijden draaien speelde een rol. Mirte turnde in op vloer, het eerste onderdeel, en kwam helaas ten val. Dit was einde wedstrijd voor haar. Haar knie speelde op en we hopen allemaal dat het mee zal vallen en dat Mirte snel weer mee kan doen. De dames losten het onderling heel goed op en de wedstrijden konden gewoon van start gaan. Dit was mooi om te zien.

Er werden mooie stabiele oefeningen geturnd. Hier en daar is er nog zeker ruimte voor verbetering vatbaar. Dit nemen de dames mee in de trainingen van de komende tijd. De groep werd nu 5e maar daar zit zeker meer in bij de komende wedstrijd. Voor een eerste wedstrijd was dit een hele knappe prestatie. In ronde twee waren de jeugd turnsters aan de beurt. Lotte Hartland, Novalee Deuning en Thera Jager betraden we wedstrijdvloer. Door het veranderde systeem hadden de dames, wilden ze individuele wedstrijden blijven turnen, niet veel keuze. Thera en Novalee moesten één niveau omhoog en Lotte is zelfs twee niveaus gestegen. Dit alleen al is een topprestatie. Deze eerste wedstrijd was dan ook gewoon ervaring opdoen en weer genieten van een wedstrijd. Dit hebben de dames gedaan. Op alle vier de onderdelen hebben ze mooie oefeningen laten zien en werden er geen grote fouten gemaakt. Dit is echt geweldig.
Trainers Ingvill van Buuren, Tamara van der Wardt, Mike Himel en Astrid Groeneveld zijn dan ook heel trots op hun pupillen. Op naar de volgende wedstrijd.

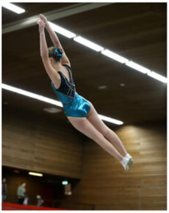
Astrid Groeneveld

DOK-dag was een feest!

Het weekeinde van 13-11-2021 was voor DOK een echt DOK weekeinde. In sporthal De Peppel werd de jaarlijkse DOK-dag gehouden. In 2020 moest deze dag afgeblazen worden vanwege Corona. Nu kon het feest gelukkig wel doorgaan, wel met extra maatregelen, maar wel met echte onderlinge wedstrijden. Ruim 300 leden van DOK hadden zich ingeschreven voor deze wedstrijd. Voor alle organisatoren, trainers en vrijwilligers van de club dus een gezellige drukke dag. Het kost veel tijd en energie om zo'n dag in goede banen te leiden, maar wanneer je dan kijkt naar die glunderende gezichten dan weet je weer waar je het voor doet. Al vroeg in de morgen waren de turnsters en turners er in De Peppel er helemaal klaar voor. Voor de jongsten de eerste wedstrijd van hun leven, de spanning was dan ook van de gezichtjes af te lezen. Voor de meer ervaren gymnasten, gewoon een leuke dag. In vele disciplines werd er geturnd: acro-gymnastiek, rhönrad gymnastiek, trampolinespringen en turnen. Vanaf 's morgens acht tot 's avonds zes waren er mooie oefeningen te zien. Tijdens de prijsuitreikingen zag je blijde gezichten en soms toch ook teleurgestelde gezichten, voor de allerjongsten was er altijd een medaille ook al was deze dan van chocolade. Ook werden er nog demonstraties gegeven door de Jazzgroep, de rhönradgroep en van de springgroep. Bij DOK mag iedereen op elk niveau meedoen en is iedereen op elk niveau even belangrijk. Dat maakt de club, goed, gezond en gezellig. De DOK-dag werd mogelijk gemaakt door ruim 80 vrijwilligers, wat is DOK enorm trots op deze vrijwilligers en wat verzetten ze een fantastisch werk. De organisatoren van de DOK-dag mogen ook terugkijken op een geslaagd evenement.

Astrid Groeneveld

2
1
PEPPEL
EDE
2
3
OSAN



meer foto's staan op www.dok-ede.nl -> media -> foto's, en op www.facebook.com/DOK1922 en www.instagram.com/dok_ede_official

Junior springers van DOK plaatsen zich voor N.K.

Op zaterdag 13 november reisde de junior damesploeg van DOK van af naar Almelo. Hier stonden de plaatsingswedstrijden junior B-niveau op het programma. Een belangrijke wedstrijd dus want alle springers willen natuurlijk graag meedoen met het N.K. op 11 december in Nijverdal. De dames die voor DOK mee mochten springen waren: Iris van den Bos, Lotte Merkies, Lotte Hartland, Shanna Kervel, Novalee Deuning, Amber Koudijs en Myrthe Scherrenburg. De wedstrijd begon met het onderdeel minitrampoline. De sprongen gingen erg goed en er werd ook netjes gewerkt. Er was in het B-niveau veel tegenstand dus het behalen van NK moest echt worden verdiend met goede en nette sprongen. Dit lukte goed op het onderdeel minitrampoline. Als 8e plaatste de ploeg zich rechtstreeks voor het N.K. Daarna naar hetonderdeel pegasus. Het liep hier helaas iets minder dan op de trampoline. De groep eindigde als 13e op dit onderdeel. Voor dit onderdeel moet de ploeg nog afwachten of ze door mogen naar het N.K. Op het onderdeel airtrack maakte de springers het weer helemaal goed. Er werden keurige series geturnd en ook de synchroon sprongen liepen erg goed. De groep plaatste zich als 6e voor dit onderdeel op het N.K. Nu dus hard werken richting het N.K. op 11 december. Een groep van ruim vijfentwintig springers van DOK zal afreizen naar het N.K. om daar de eer van de club te verdedigen. DOK is trots op deze afdeling van de club. De voorbereidingen verliepen spannend dit jaar. Beide trainsters Esmee van Gemert en Nicole Oudsen waren 13-11-2021 geveld door ziekte. Gelukkig gaat het met beide trainsters weer de goede kant op. Er werd voor goede vervanging gevonden. Arnold van den Brink en Wilbert Groeneveld namen het stokje over, echt top van deze heren. Zo konden de wedstrijden gewoon doorgaan en werden de turnsters goed begeleid. Mooi om te zien hoe soepel dit werd opgelost en dat iedereen dan voor elkaar klaar staat.

Astrid Groeneveld

Eerste landelijke plaatsingswedstrijd C-niveau senioren

Op zaterdag 13 november reisden Layra Top en Fleur Mulder af naar het Limburgse Reuver. In Reuver stond de 1e wedstrijd voor de Senioren C op het programma. Door Corona hebben veel verenigingen en turnsters ervoor gekozen om een niveau lager te gaan turnen. Deze 2 senioren van DOK hebben er juist voor gekozen om een niveau omhoog te gaan. Een dappere beslissing in deze tijd. Nu dus landelijke wedstrijden die de turnsters en hun trainers door heel Nederland brengen. De wedstrijden zijn goed verlopen. Beide turnsters zaten verdeeld over twee banen, zo waren ze geen concurrenten voor elkaar. Layra liet prachtige oefeningen zien. Op sprong en brug eindigde Layra als 13e. Met een prachtige balkoefening werd ze knap 5e, haar sprongserie is ook prachtig op balk. Op vloer had Layra wat minder geluk en werd ze 19e. In totaal werd Layra 13e in een deelnemersveld van vierentwintig dames. Super. Fleur startte op de balk. Het werd een goede start voor Fleur, ze hoefde de balk niet te verlaten en ze bleef staan bij het spannende boogje. Fleur werd 13e op dit onderdeel. Op brug eindigde Fleur als 11e en op sprong als 8e. Met een hele knappe en slimme vloeroefening eindigde Fleur op de 4e plaats. In totaal werd Fleur 9e, ook een hele goede prestatie. Een goede beslissing dus om over te stappen naar de 3e divisie.

Nu weer verder trainen met trainers Ingvill van Buuren, Tamara van der Wardt, Mike Heimel, Herma Florissen, Mariët van der Steen en Astrid Groeneveld

Astrid Groeneveld

Wedstrijden in Nijmegen succesvol

Opnieuw wedstrijden voor turnsters van DOK. Ditmaal ging de reis naar Nijmegen waar een wedstrijd werd geturnd zonder ouders op de tribune. Toch wel kaal en leeg een tribune zonder publiek. Gelukkig deden alle aanwezige trainers extra hun best om er een gezellige en sportieve wedstrijddag van te maken. De dag verliep voor DOK erg succesvol. In de eerste wedstrijdronde turnden de meiden van de Middenbouw niveau vier keurige oefeningen op de onderdelen balk, vloer, sprong en brug. Deze oefeningen bleken goed genoeg en leverden een prachtige gouden medaille op. Saar van de Wiel, Liv van der Have, Felia Onderstal, Sara Chan, Bente Meijer en Lieke Meijer mochten stralen op het hoogste podium. In de andere baan turnden de senioren vierde divisie. Ook hier was het goud voor DOK. Rianne Hamelink liet met overmacht zien dat zij het goud echt verdiende. Ook de andere senioren draaiden een nette wedstrijd, maar kwamen net te kort voor een podiumplaats. Nicole Boogert eindigde als 5e, Shanti Bijzet als 6e, Demi van Herwaarden als 7e en Rosaley van Oers als 11e. Er werden mooie oefeningen geturnd en er is zeker nog ruimte voor verbetering waardoor een podiumplek zeker tot de mogelijkheden behoord. In de tweede wedstrijdronde kwam er opnieuw een Middenbouw team niveau vier van DOK op de vloer. Het was een spannende wedstrijd en de concurrentie was sterk. Toch lukte het ook Vera Vermeulen, Lieke van Kleef, Naomi Verschoor, Nazli Yetgin en Hazal Sonmez om het goud te grijpen. De andere turnsters van DOK in wedstrijd twee, Femke Harkema en Valesca Adriaens lieten zien dat zij thuishoorden in deze wedstrijden. Femke eindigde als 9e en Valesca als 16e. In ronde drie turnden de junioren E een nette wedstrijd. Lotte Merkies en Imke Kessel belandden nét op de 4e en 5e plek, altijd zuur, maar nog steeds ontzettend goed! Jade had pech met haar balkcijfer en werd 11e. Iris werd 14e en Alisha en Amber die voor het eerst meedraaien in de vierde divisie werden 18e en 19e. Nu weer hard verder trainen voor de volgende wedstrijden.

Astrid Groeneveld

meer foto's op www.facebook.com/DOK1922

Herenturners van DOK in de prijzen

Op zaterdag 13 november reisden de heren van DOK af naar Didam. Een wedstrijd die gestreden zou worden zonder publiek, een nieuwe ervaring. Ook dit keer ging het om teamwedstrijden. Het is de bedoeling dat er zes heren per team zijn. Wanneer je geen team hebt van zes heren wordt je samen gevoegd met een andere vereniging. Bij de Pupillen B-niveau werd DOK samengevoegd met heren van Exalto sport uit Lunteren. Dit verliep heel goed er werden prachtige oefeningen neergezet. Jonas Idema, Siphe Vols, Bas Slemmer, Aron van Ginkel en Marn Wiersma werden knap 2e. Een zilver medaille kregen ze dan ook omgehangen bij de prijsuitreiking. Op naar de volgende teamwedstrijd. De groepen Jeugd C en Pupil C grepen met een 4e en een 5e plek net naast de medailles. Het podium is in ieder geval wel goed in zicht en daar zullen de mannen de volgende keer voor gaan strijden. Voor jeugd C komen uit: Felix Cornel, Dusitn Bongers en Joah Spierzs. Bij Pupil C streden voor DOK: Max Soer, Thom Janse, Bas Venema en Thygo Hendriks. De groep junior C bestond uit Dennis Hendriks- Franssen, Julian Schimmel en Jayden Vos, zij werden knap 5e. Goede wedstrijden dus weer en nu lekker verder trainen met trainers Remco Beukhof, Mike Heimel en Sam Onnink.

Astrid Groeneveld

Sinterklaas op bezoek bij DOK

Afgelopen zaterdag organiseerde de JeugdCommissie het jaarlijkse Sinterklaasfeest van DOK. Toen de kinderen binnenkwamen stond de hele gymzaal vol met toestellen. Ze hebben geschommeld, gesprongen, gedanst, tekeningen gemaakt en nog veel meer! Tijdens het spelen was er één vraag waar alle kinderen heel benieuwd naar waren: 'komt Sinterklaas vandaag nog?'

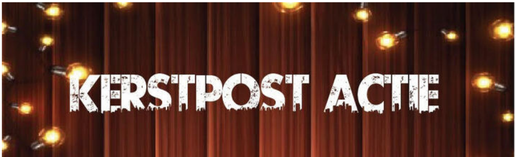
Het was een grote verrassing toen er opeens Pieten in de zaal waren! Nadat de kinderen hun beste dansjes aan de Pieten hebben laten zien kwam Sinterklaas gelukkig ook de zaal binnen. Natuurlijk hebben wij mooie liedjes gezongen voor Sinterklaas en de Pieten. Met in de ene hand een kado en in de andere hand een zakje pepernoten werden de kinderen door de leiding, de Pieten en Sinterklaas uitgezwaaid om weer naar huis te gaan.
Tot volgend jaar, lieve kinderen!

Aniek van Gemert

meer foto's en filmpjes op www.facebook.com/DOK1922 en www.instagram.com/dok_ede_official

Ziekenboeg

Dit keer staat Esmee van Gemert in de ziekenboeg. Tijdens de springwedstrijden in Vroomshoop, op 30 oktober, is zij getroffen door een hersenbloeding. Inmiddels is zij weer thuis uit het ziekenhuis en zal ze verder moeten herstellen. Esmee, we hopen dat je je steeds een beetje beter gaat voelen en dat we je over een tijdje weer terug zien in de gymzaal!



OOK DIT JAAR KAN SOUTINGGROEP TARCISIUS
UW KERSTPOST GOEDKOOP BINNEN EDE BEZORGEN

EN DAT VOOR MAAR 50 CENT PER KAART!

BEZORGGEBIED VAN 6711 T/M 6718

UW KAARTEN KUNNEN INGELEVERD WORDEN
TUSSEN 1 EN 15 DECEMBER 2021

ALLES WORDT OP 18-12-21 BEZORGD

CHECK ONZE SITE VOOR INLEVERPUNTEN

WWW.TARCISIUS-EDE.NL

Scouting
Scouting Tarcisius Ede

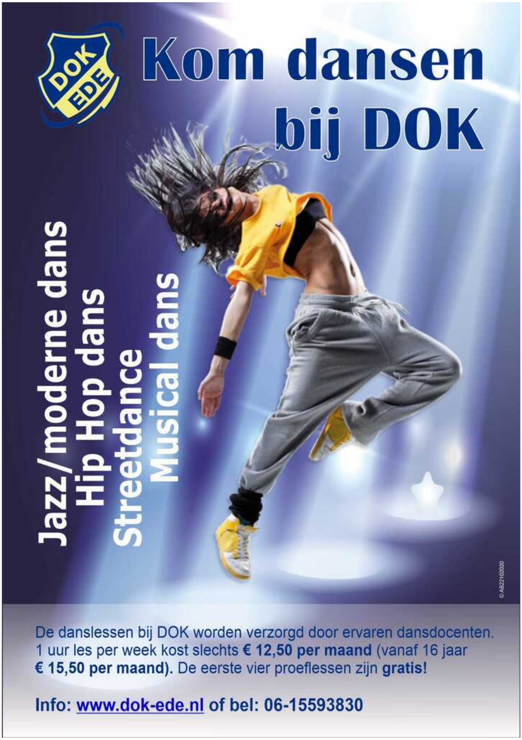
Bij DOK lekker bewegen voor peuters van 2 tot en met 6 jaar volgens het nijntje bewegingsprogramma van de KNGU.

NIJNTJE
BEWEEGDIPLOMA

Op de website van de KNGU **(dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/)** kan je meer informatie vinden over het nijntje beweegprogramma. Onze trainers zijn speciaal voor dit programma opgeleid om uw kind verantwoord te laten bewegen.

Kijk op ons lesrooster in welke zalen en op welke tijd de nijntje lessen worden gegeven en kom vrijblijvend een 4-tal gratis proeflessen meedoen.

A
B
C
beweeg diploma



De danslessen bij DOK worden verzorgd door ervaren dansdocenten. 1 uur les per week kost slechts **€ 12,50 per maand** (vanaf 16 jaar **€ 15,50 per maand).** De eerste vier proeflessen zijn **gratis!**

Info: www.dok-ede.nl of bel: 06-15593830

Activiteiten en vakanties

31 januari tot en met 5 februari 2022	Tekenwedstrijd
7 tot en met 19 februari 2022	Clinics
12 februari 2022	Monkeytown
7 tot en met 12 maart 2022	Openbare lesweek DOK
12 maart 2022	GALA-UITVOERING reünie en expositie
19 maart 2022	Disco-avond

25 tot en met 28 maart 2022	Seniorenkamp
31 maart 2022	Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering
24 april 2022	DOK-nacht
27 april 2022	Koningsdag; demo's in het centrum van Ede
14 mei 2022	DOK springwedstrijden*
20 tot en met 22 mei 2022	Ouderenkamp
26 mei 2022	Poging Guiness Book of Records
28 mei 2022	Vossenjacht
4 juni 2022	Ruilspel
17 tot en met 19 juni 2022	Jeugdkamp
1 juli 2022	Generale repetities DOK-uitvoering
2 juli 2022	DOK-uitvoering**
9 juli 2022	Dansvoorstelling
9 juli 2022	Kampvuur

*dit zijn onderlinge wedstrijden voor leden van 6 jaar en ouder. Vraag aan je juf of meester of jouw discipline ook meedoet aan deze wedstrijden en reserveer de datum.
**de DOK-uitvoering is voor ALLE leden met uitzondering van de volleyballers.

21 december 2021 tot en met 2 januari 2022	Kerstvaklantie
22 februari tot en met 27 februari 2022	Voorjaarsvakantie
2 tot en met 5 april 2022	Goede vrijdag en Pasen
27 april 2022	Koningsdag
2 tot en met 5 mei 2022	Meivakantie
13 mei 2022	Hemelvaart
23 en 24 mei 2022	Pinkstervakantie
18 juli tot en met 29 augustus 2022	Zomervakantie

© Anja van Gemert - RC

Powered by YMLP.com