



Nieuwsbrief
februari 2022

- Van de redactie
- Van de bestuursafdeling
- Agenda Algemeen Ledenvergadering
- Sponsoren gezocht
- E.H.B.O.-ers en B.H.V.-ers gezocht
- Recordpoging
- Meemoment onderbouw turnsters
- Filmavond
- Sieze the artist
- Cinca voor alle leden
- Afsluiting niptje beweegdiploma
- Alfonsie NOM DANSEN BIJ DOK
- Activiteiten en vakanties

ADRESSEN
Website: www.dok-ede.nl

Facebook
[Facebook.com/dok1922](https://www.facebook.com/dok1922)

Instagram
[Instagram.com/dok_official](https://www.instagram.com/dok_official)

Email
info@dok-ede.nl

SOCIAL SITES
f b e i n k

QR code

Van de redactie

Wat is het fijnt dat de meeste Corona-maatregelen niet meer van kracht zijn. Afgelopen maand is de eerste 'wedstrijd' weer geweest en snel zullen er veel meer wedstrijden volgen. Veel sporters bij DOK zullen daar blij om zijn. Want wedstrijden kunnen is waarom er wekelijks zo hard getraind wordt. Hopelijk staan er volgende maand weer enkele wedstrijdvestlagen in de nieuwsbrief.

Nog enkele dagen, en dan bestaat DOK écht 100 jaar. Zondag 6 maart is de 'officiële' datum. We hoeven niet meer te vertellen dat er veel activiteiten zullen zijn in dit jubileumjaar. In deze nieuwsbrief kun je de komende activiteiten lezen.

Artikelen voor de nieuwsbrief van maart moeten uiterlijk 19 maart bij de redactie binnen zijn:
rc@dok-ede.nl

Van de bestuursafdeling

Succes!

Nadat op 19 februari de afsluitingsacties al de buurt waren, was op zoek naar voor onze selectieleden de wedstrijden weer van start, heel fijn! We wensen iedereen heel veel succes en vooral plezier.

Zoals elders in deze nieuwsbrief te lezen starten vanaf 2 maart de jubileum activiteiten voor de leden. Voor bijna alle leden wordt er een leuke sportactiviteit of clinic georganiseerd. Houd de info in de gaten voor data en plaatsen.

Jaarvergadering

Op 29 maart houdt DOK de jaarlijkse algemene ledenvergadering. Leden en ouders die de ledenvergadering willen bijwonen kunnen via bestuur@dok-ede.nl de stukken ophalen. De agenda voor deze vergadering staat hieronder.

Agenda Algemeen Ledenvergadering

- Opening
- Mededelingen
- Notulen jaarvergadering 2021
- Post
- Bespreking jaarvergadering bestuur
 - verslag bestuur
 - status eigen turnhal
 - Bespreking jaarverslagen 2021 permanente commissies (we stellen voor dat iedereen thuis de verslagen leest zodat er meer tijd is voor vragen, foto's en filmpjes)
- a. CTL
- b. PPC
- c. JPC
- d. RC
7. Verslag en plannen jubileumcommissie
8. Financiële verantwoording
 - bespreking exploitatie overzicht penningmeester over 2021
 - verslag van de kascommissie
 - verkiezing nieuw lid kascommissie: Alex Beukhof moet aftreden: Anja van Gemert mag het in 2023 nog een jaar doen
 - ledenartikelen
- Bestuursbeleid: voornemens 2022
- Bespreking begroting 2022
- Intermezzo
- Verkiezing bestuursleden. Statuair aftredend en herkiesbaar: Iona Meurs
Statuair aftredend en niet herkiesbaar: René van Maanen
Statuair aftredend en Daisy Kamminga en Irene van de Heuvel te benoemen als algemeen bestuurslid
- Wijzigingen huishoudelijk reglement (voor het artikel over de BACO ligt er een voorstel tot aanpassing, en er moet een artikel worden toegevoegd over de continuïteits-commissie). Beide voorstellen worden met de jaarsstukken gemaakt.
- Eventuele voorstellen van leden (schrijftelink: leden@dok-ede.nl)
 - Zandwater 1, 6732 EJ Harskamp of per mail aan bestuur@dok-ede.nl
- Vaststellen datum volgende vergadering: maandag 6 maart 2023?
- Randspieg
- Sluiting

Ná de sluiting kan er 'nagpraat' worden onder het genot van een hapje en een drankje. De stukken van de jaarvergadering kunnen worden opgevraagd bij de secretaris: bestuur@gmail.com

Sponsoren gezocht

Christelijke Gymnastiek Vereniging
verenigd door de 160

30 januari 2022

Geachte heer/mevrouw,

De Christelijke Gymnastiek Vereniging DOK is met haar 1020 leden de grootste gymnastiekvereniging in Ede. In 2022 bestaat DOK maar liefst 100 jaar en heeft naast gymnastiek ook nog de volgende takken van sport: turnen, trampolinespringen, freerunning, rhönrad, dans, acro en volleybal.

Niet fantastische jubileum gaan we natuurlijk vieren en 2022 wordt een feestjaar voor alle oude en nieuwe leden van DOK. Hier een greep uit de activiteiten tijdens het jubileumjaar:

- Zomershow: Optreden voor alle leden van onze vereniging.
- Reünie: Een samenkomst voor alle (oud)DOK leden en DOK-vrijwilligers.
- Clinics: Bekende turners, freerunners, rhönradturners, enz. geven clinics aan onze leden

Deze activiteiten kosten veel geld, de clinics moeten worden gehaald, de shows moeten worden voorzien van goed licht en geluid, de clinics moeten worden betaald en ga zo maar door.

Om alle activiteiten mogelijk te maken, zijn wij op zoek naar bedrijven die ons willen sponsoren. Wij willen voor het jubileumjaar een club van 100 oprichters waar uw bedrijf lid van kan worden. Als u een bedrag van meer dan €100,00 bijdraagt wordt u gouden lid, is uw bijdrage €50,00 of meer dan bent u zilveren lid en bij een bijdrage van minder dan €50,00 bent u bronzen lid.

Mocht u ons willen sponsoren dan staat daar het volgende tegenover:

- Uw bedrijf wordt als sponsor genoemd in onze maandelijkse nieuwsbrief;
- Uw bedrijf wordt genoemd op onze social mediapagina's;
- Tijdens de jubileumactiviteiten komt een sponsorbord te hangen met alle leden van de club van 100.

Uw sponsorbedrag mag overgemaakt worden op rekeningnummer: NL371606009303881 t.n.v. GGV DOK Ede.

Uw bedrijfsgegevens voor ons sponsorbord mogen op A4-formaat aangeleverd worden bij Pauline Jansen: paulinewetsch@gmail.com

Heeft u nog vragen? Neem u gerust contact met ons op. Wij zien uw reactie met belangstelling tegemoet.

Met vriendelijke groet,
Namens de JUCO (jubileumcommissie)
Pauline Jansen
06-46085607

info@dok-ede.nl www.facebook.com/dok1922 www.instagram.com/dok_official www.dok-ede.nl

E.H.B.O.-ers en B.H.V.-ers gezocht

We zijn op zoek E.H.B.O.-ers en B.H.V.-ers voor de activiteiten van onze vereniging, zoals uitvoering en wedstrijden. Een je minimaal een dagdeel per jaar beschikbaar moet je dan aan, zodat we je kunnen toevoegen aan de groep hulpverleners. Hoe vaker je je wilt inzetten hoe groter ons plezier. Je kunt zelf aangeven voor welke activiteiten je beschikbaar bent. Wanneer je je hebt ingezet ontvang je een vrijwilligersvergoeding.

Vragen, interesse of aanmelding? Stuur dan een mailtje naar Patryk Wesseling via ehbo@dok-ede.nl

Recordpoging

Hoera, DOK Ede bestaat 6 maart 2022 HONDERD jaar! Dat wil de vereniging vieren met alle Edezanen. Het jubileumjaar gaat op zaterdag 5 maart van start met een recordpoging. DOK gaat proberen om minimaal 500 streeksprongen te maken binnen één uur tijd. Iedereen uit Ede mag meedoen.

Localis: voor het gemeentehuis.
Tijdstip: 12.00 tot 13.00 uur.

Als het, vanwege slecht weer, niet doorgaat, wordt dit vermeldt op de website (www.dok-ede.nl), Instagrampagina (www.instagram.com/dok_official) en Facebookpagina (www.facebook.com/DOK1922) van DOK.

Meemoment onderbouw turnsters

Op zaterdag 19 februari was het dan zover, het allereerste meemoment. In Turnstede in Ede werd dit meemoment gehouden. DOK leverde veruit de meeste turnsters op deze dag. Zo hebben veel leden van DOK een top-dag gehad. In de nieuwe video van de K.N.G.U. zijn de officiële wedstrijden eindelijk pas geschikt voor kinderen vanaf 9 à 10 jaar. Om turnsters een diploma verdienen met gouden, zilveren, bronzen of oranje stickers. Alleen op een eigen niveau oefeningen kunnen laten zien. Minder wachten tijdens wedstrijden en meer turnen. Het klinkt als muziek in de oren en dat was het ook. Wat was het een feestje in Turnstede met turnsters uit Ede, Apeldoorn, Oosterbeek, Barneveld, Lelousteun en Druten. Toch veel gespannen voor dit eerste meemoment kwamen de gymnasten binnen. Al snel proefden de dames de ontspanning sloer en werd het een gezellig feestje. In de eerste ronde was het wennen voor iedereen, voor de trainers, de juryleden en de vrijwilligers. Tijdens de tweede ronde werd het allemaal al veel soepeler. Wat een leuk meemoment voor de turnsters van DOK. Op naar het volgende moment in april!

Astrid Groeneveld



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

Filmavond

Tijdens de DOK-nacht afgelopen november viel de Jeugdcommissie iets op. Een vol draaiboek met allerlei activiteiten, speciaal gemaakt voor de kinderen. En wat vinden de kinderen het leukst? Relaxen op hun luchtedje en lekker snoepen tijdens het kijken van een film. Dit succes heeft de Jeugdcommissie meteen in hun ideeboek geschreven en zo volgde de filmavond!



Samen met ongeveer 45 kinderen hebben we in de gymzaal 'Kung Fu Panda' gekken. Via het grote scherm konden de kinderen genieten van de film. De leiding was druk met het behalen van de bar' want de cola en chips waren een groot succes! Nadat de film was afgelopen hebben we nog een aantal spelletjes gedaan. We zijn immers in de gymzaal! En zo gingen de kinderen moe en voldaan naar huis.

Lieve kinderen, bedankt voor jullie gezelligheid. Tot de volgende keer!
Aniek van Gemert

meer filmpjes op www.facebook.com/DOK1922

save the date!

Reünie
2 juli 2022

160 1922 - 2022

Informatie over locatie, aanmelden, kosten, enz. volgt

Voor deze clinic kan nog worden ingeschreven tot 3 maart. Er dient direct betaald te worden en vol = vol!

DOK 100 JAAR CLINICS

Speciale turn-clinics voor leden van de selectielessen in de moete turnlocatie Turnstede. Werk aan je eigen turndoelen onder leiding van onze enthousiaste trainers en trainsters

Met tips/begeleiding van internationale turnsters van TeamNL
Elze Geurts
en
Sanna Veerman

Datum: zaterdag 5 maart 2022
Tijden: van 15:00-16:30 uur: onderbouw clinic (6-8 jaar)
van 16:30-18:00 uur: middenbouw clinic (9-11 jaar)
van 18:30-20:00 uur: bovenbouw clinic (12+)

Plaats: Turnstede Ede
Kosten: € 7,50

Aan het begin van elke clinic heb je de gelegenheid om met Elze of Sanna op de foto te gaan en een handtekening te vragen voor op je deelname bewijs...leuk om te bewaren!

www.dok-ede.nl Schrijf je snel in via de link op onze website, want vol=vol

DOK 100 JAAR RHÖNRAD CLINIC

160 1922 - 2022

Trainers recreatie: van 'The Rolling Show' van DOK. Een team van Rhönrad specialisten uit onze eigen vereniging.

Trainer selectie: **Kirstin Heerdink**.
Meerdere keren Nederlands Kampioen, meerder keren deelgenomen aan het WK en nu trainer WK-deelnemers.

Datum: zaterdag 19 maart 2022
Plaats: Sporthal de Vlinder Wageningen

Tijden:
▶ van 13:00-14:00 uur: Recreatieleden jongeren zaterdag
▶ van 14:00-15:00 uur: Recreatieleden ouderen
▶ van 15:00-16:30 uur: selectieleden jongeren & demoles
▶ van 16:45-18:15 uur: Selectieleden ouderen

Kosten:
€ 5,00 voor recreatieleden
€ 7,50 voor selectieleden

Op zaterdag 19 maart met de dans zover, het allereerste meemoment. In Turnstede in Ede werd dit meemoment gehouden. DOK leverde veruit de meeste turnsters op deze dag. Zo hebben veel leden van DOK een top-dag gehad. In de nieuwe video van de K.N.G.U. zijn de officiële wedstrijden eindelijk pas geschikt voor kinderen vanaf 9 à 10 jaar. Om turnsters een diploma verdienen met gouden, zilveren, bronzen of oranje stickers. Alleen op een eigen niveau oefeningen kunnen laten zien. Minder wachten tijdens wedstrijden en meer turnen. Het klinkt als muziek in de oren en dat was het ook. Wat was het een feestje in Turnstede met turnsters uit Ede, Apeldoorn, Oosterbeek, Barneveld, Lelousteun en Druten. Toch veel gespannen voor dit eerste meemoment kwamen de gymnasten binnen. Al snel proefden de dames de ontspanning sloer en werd het een gezellig feestje. In de eerste ronde was het wennen voor iedereen, voor de trainers, de juryleden en de vrijwilligers. Tijdens de tweede ronde werd het allemaal al veel soepeler. Wat een leuk meemoment voor de turnsters van DOK. Op naar het volgende moment in april!

www.dok-ede.nl Inschrijven kan van 12 maart via de website. Doe het snel, want vol=vol

DOK 100 JAAR NIJNTJE BEWEGDIPLOMA

160 1922 - 2022

CLINIC 1
WAT: niptje beweegdiploma 1 & 2
WANNEER: zaterdag 19 maart 2022
TIJD: van 10:00-11:00 uur
WAAR: sporthal Kerhem
VOOR WIE: peuters & kleuters van DOK die al niptje lessen volgen
INSCHRIJVEN: Informeer bij uw lesgever of uw kind voor deze clinic in aanmerking komt. Hij/zij kan uw kind hiervoor opgeven bij de K.N.G.U. Dit kan tot/met 26 februari
Kosten: geen

CLINIC 2
WAT: niptje beweegplein
WANNEER: zaterdag 19 maart 2022
TIJD: van 11:15-12:15 uur
WAAR: sporthal Kerhem
VOOR WIE: peuters & kleuters + vriendjes
INSCHRIJVEN: kan tot/met 12 maart via onze website
Kosten: € 3,00 per kind

Voor het beweegprogramma krijgt de deelnemer een diploma van de K.N.G.U.
Voor het beweegplein krijgen de deelnemers een stempelkaart met stickerkevelen.

www.dok-ede.nl

DOK 100 JAAR CLINIC/SPRINGFESTIJN

160 1922 - 2022

Een fantastisch springfestijn voor recreatieleden in de sporthal Maandereng. De lessen worden gegeven door onze eigen trainers/sters

Datum: zaterdag 9 april 2022
Plaats: sporthal Maandereng (Mesdagstraat)

Tijden: van 12:00-13:30 uur*: meisjes/jongens 6 en 7 jaar
van 13:30-15:00 uur*: meisjes/jongens 8 en 9 jaar
van 15:00-16:30 uur*: meisjes/jongens 9 en 10 jaar
van 16:30-18:00 uur*: meisjes/jongens 11 jaar en ouder

*Tijden kunnen nog wat verschuiven op basis van opgaven

Kosten: € 5,00

Aan het begin van elke clinic heb je de gelegenheid om op de foto te gaan en een handtekening te vragen voor op je deelname bewijs...leuk om te bewaren!

www.dok-ede.nl Inschrijven kan van 12 maart tot en met 2 april via de website. Doe het snel, want vol=vol

Bij DOK lekker bewegen en peuters van 2 tot en met 6 jaar volgens het niptje bewegingsprogramma van de K.N.G.U.

NIJNTJE BEWEGDIPLOMA

Op de website van de K.N.G.U. (dutchgymnastics.nl/beweegdiploma/) kan je meer informatie vinden over het niptje 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 niptje lessen worden gegeven en kom vrijblijvend een 4-tal gratis proeflessen meedoen.

A B C

Kom dansen bij DOK

Jazz/moderne dans
Hip Hop dans
Streetdance
Musical dans

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

