



Nieuwsbrief juni/juli 2022

- Van de redactie
- De club van 100
- Koninklijke erpenning
- Finale acro
- Meetmoment onderbouw
- Acro naar AHoy
- DOK succesvol in AHoy
- Daverende shows
- Ziekentroeg
- Sponsor-actie groot succes
- Vakantiewedstrijd
- Flyer: toewedstrijd
- Lidertje van de Club van 100
- Althor: rijpbevestigingsdiploma
- Althor: KCM DANSEN BIJ DOK

ADRESSEN

Huisadres
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

Heel veel DOK-leden zijn van hun vakantie aan het genieten. De schooldirecteuren hebben de schooldeuren op slot gedraaid en de gemeente Ede heeft alle gymnastieken op het vakantietoer gedaan. De leden willen misschien wel door sporten tijdens hun vakantie, maar voor de leiding en alle vrijwilligers van DOK is het tijdje dat ze even geen lessen of activiteiten hebben voor te bidden. Hooft... achter de schermen gaat het voor een flink aantal vrijwilligers gewoond door. Na de zomervakantie moeten de lessen natuurlijk wel direct opgestart kunnen worden. Het nieuwe lesrooster moet weer in elkaar gezet worden, en voor elke les moet natuurlijk leiding zijn. DOK zal ook deelnemen aan de Hede-ochtend op zaterdag 20 augustus en aanwezig zijn tijdens de kindermiddag die gehouden wordt tijdens de Heidehoek op woensdagmiddag 24 augustus. Die voorbereidingen zijn in volle gang. Noteer je de data in je agenda?

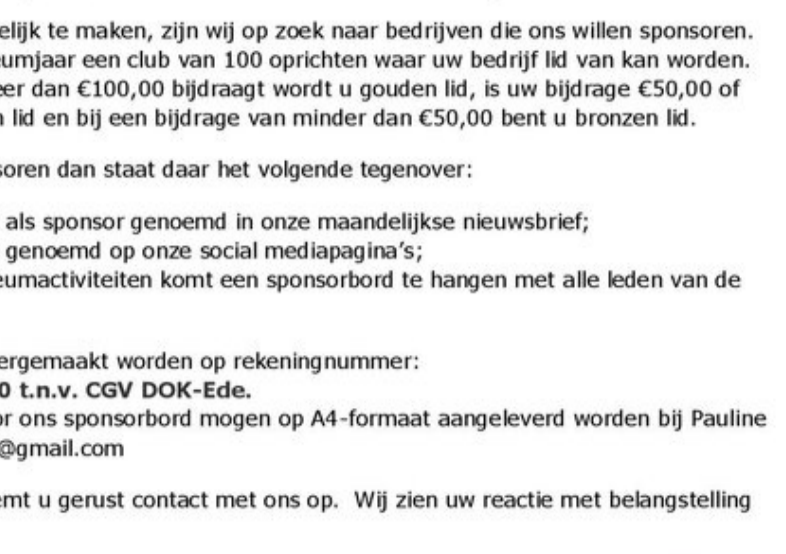
Artikelen voor de nieuwsbrief van augustus/september moeten uiterlijk 24 september bij de redactie binnen zijn:
info@dok-ede.nl

Van de bestuursafdeling

- Wat een bijzonder seizoen hebben we achter de rug!
- Ook al gooiden de corona maatregelen al en toe roet in het eten, toch is er heel veel gebeurd dit jaar:
 - Voor bijna alle leden was er de mogelijkheid om een -vaak bijzondere- clinic te volgen in het kader van het jubileumjaar.
 - Aan de onderlinge wedstrijden in december en de springwedstrijden in juni deden ongeveer 300 leden mee in verschillende takken van sport.
 - Onze leden haalden weer ongelooflijk veel medailles op ongelooflijk veel externe wedstrijden waaronder NK's en zelfs een WK! We zijn trots op alle deelnemers, of ze nu wel of niet een medaille behaalden.
 - De grote clubactie bracht een reuze bedrag op van €9200,00, een mooie som geld om weer nieuwe materialen van aan te schaffen!
 - En ook de sponsorloop voor de uitvoering bracht een aardig bedrag op, na de vakantie volgt een financiële verantwoording van de inkomsten en uitgaven van de vereniging.
 - De jeugcommissie organiseerde 4 kampen en na de zomer komt nog een kamp voor senioren!
 - En als klap op de vuurpel organiseerde het jubileum dag op 2 juli. Twee voorstellingen, een receptie en een reünie, allemaal zeer geslaagd!
 - Ondanks alles (corona) heeft DOK nog steeds rond de DUZEND leden, we geven meer dan HONDERD lessen, en hebben meer dan VIJFTIJSIG lesgevers.

Bedankt: lesgevers, juryleden, EHBO-ers, assistenten, jubileumcommissie, reünie commissie, uitvoeringscommissie (VOCU), ledenadministratie, jeugcommissies en overige commissies en natuurlijk alle leden en ouders die op allerlei moment hebben meegedragen. Zonder jullie allemaal was DOK niet zijn bloeiende, eenzijdig jonge vereniging! En na de zomer gaan weer flink wat leden een cursus assistent of lesgever volgen, iets waar we enorm bij mee zijn.

De club van 100



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, freemurten, rhôndat, dans, acro en volleybal.

Dit 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:

- Reünieshow: Samenkomsten voor alle leden van onze vereniging.
- Reünie: Een samenkomen voor alle (oud)DOK-leden en DOK-vrijwilligers.
- Clinics: Activiteiten tijdens, freemurten, rhôndatstraten, enz. geven clinics aan onze leden.

Deze activiteiten kosten veel geld. Sportheilfossen 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 oprichten waar de DOK-leden lid van de club van 100 worden. Als u een bedrag van meer dan €100,00 bijdraagt wordt u goedgekeurd, te wel 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 genoemd in onze maandelijkse nieuwsbrief;
- Uw bedrijf wordt genoemd op onze sociale mediakanalen;
- Tijdens de jubileumactiviteiten komt een sponsorbord te hangen met alle leden van de club van 100.

Het sponsorpakketaanvraagformulier is te downloaden op www.dok-ede.nl. Het formulier wordt uiterlijk 15 september 2022 vóór 17.00 uur 's avonds afgegeven.

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

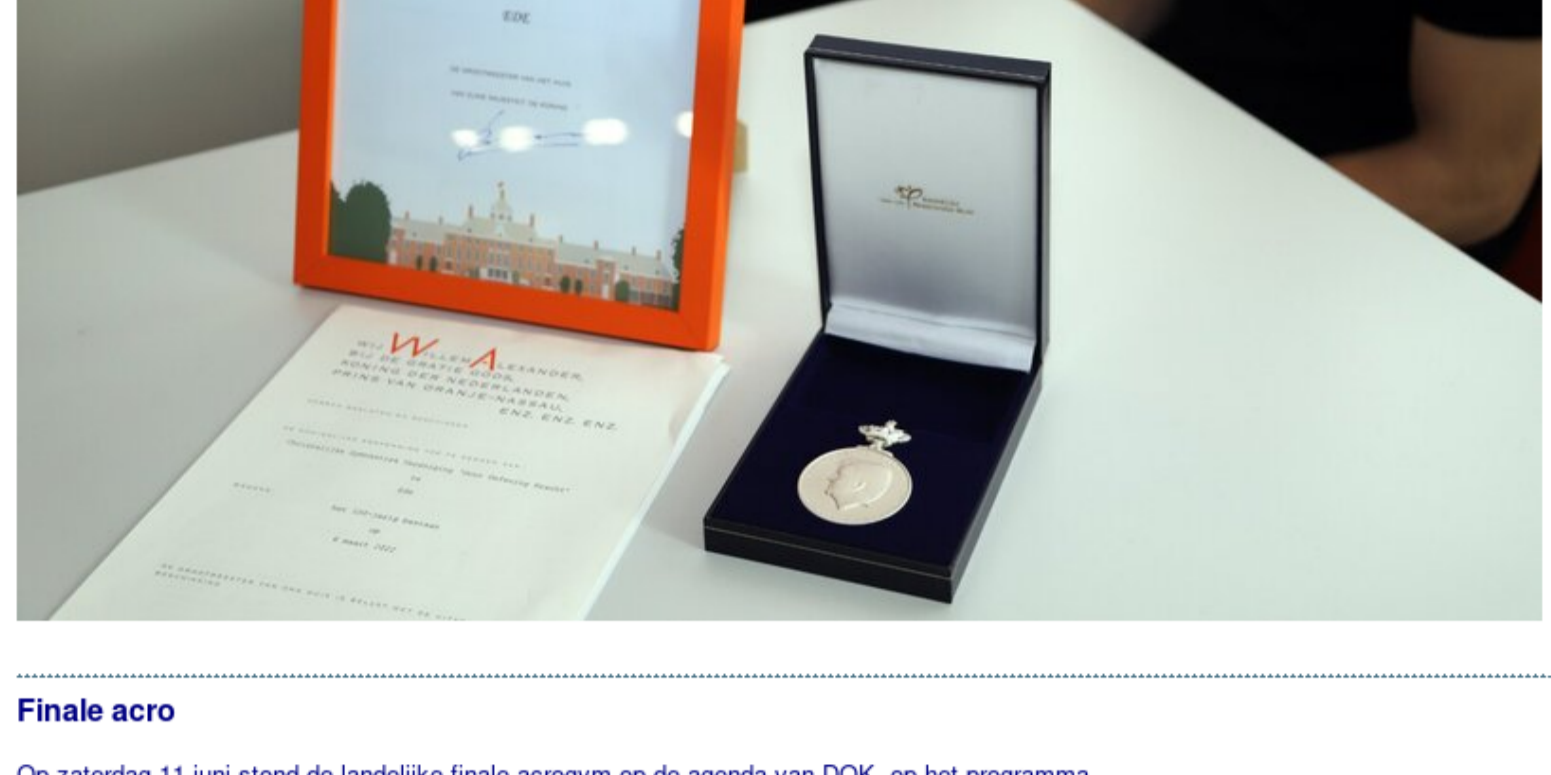
Met vriendelijke groet,
Namens de JUCO (jubileumcommissie)

Pauke Jansen
06-46485607

postbus 8776, 6710 AD Ede www.dok-ede.nl

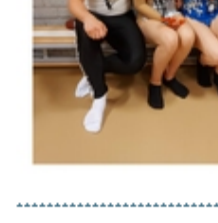
Koninklijke Erpenning

Tijdens de Knappetocht gelegenheid van ons 100-jarig jubileum waren de wethouder van Sport Peter de Kater en burgemeester René van der Knaaphal ook aanwezig. De burgemeester mocht onze vereniging DOK namens de Koninklijke erpenning uitreken. Een prachtige beloning voor 100 jaar enthousiasme, sportleefde en gezelligheid.



Finale acro

Op zaterdag 11 juni stond de landelijke finale acrogyr op de agenda van DOK op het programma. Twee koppels van DOK hadden al knap een plaats in deze finale weten te bemachtigen. Veel wedstrijden en veel medailles later mochten deze fix koppels senioren Mike Heineel en Marth Baan en Rik Winters en Tamra Buijs gingen de eer van DOK verdedigen. Het was voor het eerst sinds de oprichting van de afdeling Acrogyr dat DOK deelnam aan een landelijk finale. De twee teams mochten op deze premier ook meteen ieder een medaille in ontvangst nemen. Mike Heineel en Marth Baan eindigden met een strakke oefening op de derde plaats en mochten het brons mee naar huis nemen. Voor de trainers was het heel mooi om te zien hoe dit team in de loop van het seizoen is gegroeid. Op de wedstrijdvoorstraten ze zelfverzekerdheid uit en ze hebben bewezen dat ze helemaal thuis horen op het landelijke toneel. Rik Winters en Tamra Buijs lieten opnieuw een mooie stabiele oefening zien. Dit werd beloond met de tweede plaats, ze kregen het zilver omgehangen. Voor beide teams was het een succesvolle afsluiting van het wedstrijdseizoen.



Astrid Groeneveld
meer foto's op [Instagram DOK Acro](https://www.instagram.com/dok_acro) en [Facebook](https://www.facebook.com/dok.acro)

Meetmoment onderbouw

Op zaterdag 16 juni stond het derde meetmoment op het programma. DOK leverde veruit de meeste turnsters op deze dag. De organisatie van deze dag lag dan ook in handen van de Edeesse club. Dit maal werd het meetmoment gehouden in de zaal van de KNGU. In de nieuwe visie van de K.N.G.U. zijn de officiële wedstrijden eigenlijk pas geschikt voor kinderen vanaf 9 à 10 jaar. Voor de turnsters van 6 t/m 8 is daarom een nieuw systeem bedacht. In plaats van wedstrijden een meetmoment waarbij zijzelf allemaal een wedstrijd doen. Dit wordt gedaan door de K.N.G.U. met een aantal stickers. Allemaal 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 de zaal van de K.N.G.U. was het feestje van de K.N.G.U. met een aantal stickers. Allemaal 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.

Aan het einde van de wedstrijd kregen alle dames een diploma en een medaille. DOK is trots op alle vrijwilligers die dit festival mogelijk maakten. Alle verenigingen in Ede draagen op vrijwilligers, mensen die zich voor niets maar vol liefde maar voor niets inzetten voor de sportende jongeren.

Astrid Groeneveld
meer foto's staan [hier](https://www.instagram.com/dok_underbouw) -> media -> foto's -> 2022 en op [Instagram DOK onderbouw](https://www.instagram.com/dok_underbouw)

Acro naar AHoy

Zaterdag 25 juni was het zover! Voor het eerst had een acroteam van DOK zich geplaatst voor het NK in AHoy. Al niet deelnemen op zich. Na twee jaar zonder wedstrijden en training in teamverband, koos het team van Mariou Kruizinga, Laya Top en Vera Vermeulen ervoor om kehard te werken en deel te nemen aan de landelijke wedstrijden in de Cijn. Tot het afgelopen jaar heeft DOK nog niet deelgenomen aan de Cijn van acro. Dit jaar voor het eerst. Tijdens de kwalificaties heeft het team laten zien dat zij echt op dit niveau mee kunnen draaien en zij plaatsen zich in een stevige finale.

Zaterdag 25 juni hebben de dames twee prachtige oefeningen neergezet. Hier en daar een klein foutje, de zenuwen zullen vast en weggespeeld hebben. Maar wat zijn we trots op onze finalisten. Een mooie 12e plaats van Nederland was resultaat en daar mogen Mariou Kruizinga, Laya Top en Vera Vermeulen er voor zijn! Het is niet klein om in AHoy te staan en met de leeuw om mee te doen. En wat was het daarnaast ook leuk om zoveel toeschouwers van DOK te hebben. Naast twee trotse trainers waren ook ouders, acroleden en deelnemers en trainers van de training en springgroep van de partij. DOK was goed vertegenwoordigd. Dit willen we nog wel een keer meemaken, dus ... op naar volgend jaar voor een nieuw avontuur in AHoy!



Katrin en Jojanneke
meer foto's op [Instagram DOK Acro](https://www.instagram.com/dok_acro) en [Facebook](https://www.facebook.com/dok.acro)

DOK succesvol in AHoy

Zaterdag 25 juni was de dag waar DOK allang naar uitke. Het N.K. in Ahoy Rotterdam stond op het programma. Door medailles en goede prestaties tijdens de kwalificatiewedstrijden mochten 18 turners van DOK erinzen naar Rotterdam. In drie takken van de turnsport had de club zich geplaatst voor het N.K. DOK deed mee met trampolinespringen, Acro gymnastiek en het broesspringen. Dit is al een prestatie op zich.

Bi het acro team mochten Laya Top, Mariou Kruizinga en Vera Vermeulen de vloer van het N.K. betreden. De drie dames lieten twee geweldige oefeningen zien. Met deze oefening werden zij 12e. DOK deed voor het eerst met acro gymnastiek mee op het N.K. DOK laat zien met steeds meer takken van sport mee te draaien met de top van Nederland.

Wat was het een feestje! In de zaal van de K.N.G.U. was het feestje van de K.N.G.U. met een aantal stickers. Allemaal 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.

Aan het einde van de wedstrijd kregen alle dames een diploma en een medaille. DOK is trots op alle vrijwilligers die dit festival mogelijk maakten. Alle verenigingen in Ede draagen op vrijwilligers, mensen die zich voor niets maar vol liefde maar voor niets inzetten voor de sportende jongeren.

Astrid Groeneveld
meer foto's op [Facebook](https://www.facebook.com/dok)

Daverende shows

Op zaterdag 2 juli was het dan zover, het grote feest voor het 100-jarig jubileum van DOK. Er stonden drie dagen een turnshow, een receptie, een reünie en een galaconcert op het programma. Alle festiviteiten vonden plaats in de van der Knaaphal in Ede. Maanden van voorbereidingen gingen vooraf aan dit grote feest. Met gezonde spanning startte de dag al vroeg in de van der Knaaphal in Ede. Om 11.00 gng de eerste show van start, het publiek en de leden stroomden binnen. De show liep fantastisch en de mensen konden echt genieten van een feestje.

Om 13.00 uur was de receptie. Met als grote verrassing een bezoek van de sport wethouder Peter de Pater en onze burgemeester René Vermeulen. De burgemeester kwam om DOK de koninklijke erpenning aan te bieden namens de K.N.G.U. De drie dames lieten twee geweldige oefeningen zien. Met deze oefening werden zij 12e. DOK deed voor het eerst met acro gymnastiek mee op het N.K. DOK laat zien met steeds meer takken van sport mee te draaien met de top van Nederland.

Wat was het een feestje! In de zaal van de K.N.G.U. was het feestje van de K.N.G.U. met een aantal stickers. Allemaal 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.

Aan het einde van de wedstrijd kregen alle dames een diploma en een medaille. DOK is trots op alle vrijwilligers die dit festival mogelijk maakten. Alle verenigingen in Ede draagen op vrijwilligers, mensen die zich voor niets maar vol liefde maar voor niets inzetten voor de sportende jongeren.



Astrid Groeneveld
meer foto's staan [hier](https://www.instagram.com/dok) -> media -> foto's -> 2022

Ziekentroeg

Jojanneke van de Boom is gepensioneerd aan haar knie en zal het rustig aan moeten doen. Voor haar geen makkelijkte opdracht: We hopen dat je tijdens deze vakantie goed je rust kunt pakken en het herstel voorspoedig verloopt!

Sponsor-actie groot succes

In de week van 13 juni zijn alle leden druk bezig geweest met de sponsorloop in de les. Van een toetscircuit lopen voor de kleuters tot series oefeningen uitvoeren bij de acro. De leden hebben hard hun best gedaan om zoveel mogelijk in te zetten om een prachtige show neer te zetten. Er waren zes leden die wel heel veel geld hebben opgehaald. De winnaars hebben een mooie prijs in ontvangst kunnen nemen van Sportnet. Zij bestaats uit Jumpfit. Alle leden en sponsoren heel erg bedankt voor dit mooie bedrag!

Lisa Brieman



Wij wensen jullie een hele fijne vakantie. De lessen beginnen weer op maandag 22 augustus!



DOE MEE
Ben jij creatief en kan je leuk fotograferen?
Doe dan mee met de DOK 100 fotowedstrijd

- ▶ Thema: „DOK 100 Jaar Jong“
- ▶ Je mag met meer foto's meedoen (max. 2.)
- ▶ Foto's opsturen naar ppc@dok-ede.nl
- ▶ Opsturen vóór zaterdag 3 september
- ▶ Winnaars krijgen hun foto op canvas afdruk

Na 3 september zal een selecterende jury de mooiste foto's uitzoeken en de prijswinnaars selecteren. Alle foto's komen uiteraard op onze sociale media te staan.

Maak dus een mooie foto die aan het thema voldoet, thuis of op je vakantieadres, en doe mee!

1922 - 2022
DOK 100 jaar jong

<p>BORKENT Hypotheken Verzekeringen Financiële diensten</p>	<p>Kirsten Pors Gewichtsscoach</p>
--	---

<p>KinderdagPaleis</p>	<p>Villa kakelebont Kindertopprang</p>
------------------------	--

<p>DE SPORTSPECIAALZAAK VAN EDE</p>	<p>Exclusieve turnpakjes voor jouw turnkampioenen</p>
-------------------------------------	---

<p>Bij DOK Ede bewegen voor peuters van 2 tot en met 6 jaar volgens het nijntje bewegingsprogramma van de KNGU.</p>	<p>NIJNTJE BEWEGDIPLOMA</p>
---	-----------------------------

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.

Kom dansen bij DOK

Jazz/moderne dans
Hip Hop dans
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