Nieuwsbrief DOK november 2024

DOK EDE
DOK Nieuwsbrief
TRAINER DOK

Nieuwsbrief DOK Ede, jaargang 10 **Nummer 9, november 2024**

Nieuwsbrief
november 2024

- Van de redactie
- Van de bestuurstafel
- Clubapp
- Eerste wedstrijden van start
- Eerste wedstrijd voor de jongens
- Assistenten BEDANKT!
- Medailles op landelijke wedstrijd
- Dames van DOK turnen in Didam
- Pieten bezoeken DOK
- Heren winnen brons
- DOK-turnsters succesvol in Nijmegen
- Prachtige 4e plaats voor Fleur en Layra
- DOK turnt in Ede
- DOK-dag junior
- Ziekenboeg
- DOK in Ede Stad
- Affiche: Open turntraining
- Affiche: Kleutergym
- Affiche: Trampoline springen
- 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

Hier de nieuwsbrief van november. Boordevol verslagen. Veel DOK-leden zijn in het weekend weer onderweg naar een sporthal waar ze wedstrijden hebben. Soms dichtbij, maar soms moet er ook best een stukje gereden worden. Maar waar de wedstrijden ook zijn, het is altijd spannend én gezellig!

Maak jij al gebruik van de clubapp? Hier in deze nieuwsbrief vindt je er informatie over!

Artikelen voor de nieuwsbrief van december moeten uiterlijk 21 december bij de redactie binnen zijn: rc@dok-ede.nl

Van de bestuurstafel

Wedstrijden
Elders in deze nieuwsbrief zijn er zeker verslagen te vinden, maar ongelooflijk dat er in november alweer acht wedstrijden zijn geweest. De leden van DOK hebben fraaie resultaten behaald, en voor wie het een beetje tegenviel: er komen nog veel meer kansen de komende maanden. Onze lesgevers steken elk weekend weer veel tijd in het begeleiden van de wedstrijden, evenals de juryleden, hulde! Deze maand organiseerde DOK maar liefst twee wedstrijden in Ede.

Lesbezoeken
Deze maanden is het bestuur, ondersteund door een aantal andere vrijwilligers, bezig alle lesgevers in hun les te bezoeken. We willen hiermee de band van bestuur met lesgevers bevorderen, hen een gelegenheid bieden te laten zien wat ze kunnen en onze waardering voor hun werk te tonen.

Ledenadministratie zoekt nieuw lid
Helaas gaat één van onze zeer gewaardeerde leden van de ledenadministratie stoppen met haar werk voor DOK, vanwege te veel drukte in haar werk. We zijn op zoek naar iemand die het leuk vindt om thuis achter de computer om de week wat werk voor DOK te doen. Voor informatie over wat het precies inhoudt: stuur een mailtje aan bestuur@dok-ede.nl, dan neemt er iemand contact met je op.

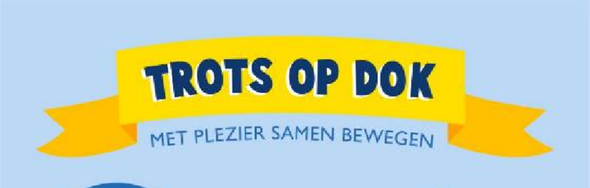
Sporten voor minima
Ook in 2025 heeft de gemeente weer geld (€230,00 per kind) beschikbaar gesteld voor de minima als bijdrage in de kosten van de sportlessen van uw kind. Met dit bedrag kan uw kind een jaar sporten bij DOK. Schroom niet om dit aan te vragen. Iedereen die minder dan 130% van het minimum te besteden heeft, heeft hier recht op. Op dit moment is aanvragen nog niet mogelijk, zodra dat voor 2025 weer kan, maken we dit bekend!

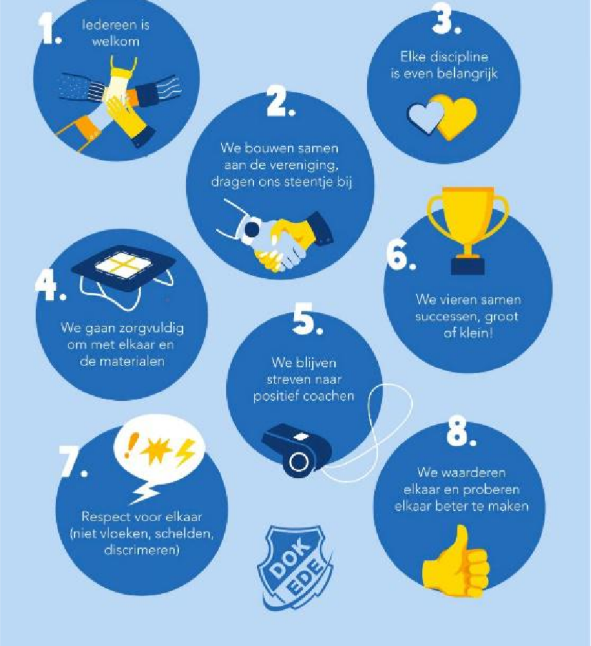
Veilig sportklimaat
De komende maanden gaat het bestuur aan iedereen die zich inzet voor DOK, een recente verklaring omtrent gedrag (VOG) vragen. Dit in het kader van veilig sporten.

Materialen
Ook in het kader van veilig sporten schaft DOK jaarlijks (deels met het geld van de grote clubactie) nieuwe materialen aan, om de veiligheid in de zalen steeds weer te verbeteren. We vervangen toestellen voordat ze niet veilig genoeg meer zijn, en schaffen materialen aan die de training van onderdelen vergemakkelijken.

Ineke Reidsma

Tot slot nog een poster waarop u kunt zien wat we bedoelen met ons begrip 'veilig sportklimaat'.




1. Iedereen is welkom
2. We bouwen samen aan de vereniging, dragen ons steentje bij
3. Elke discipline is even belangrijk
4. We gaan zorgvuldig om met elkaar en de materialen
5. We blijven streven naar positief coachen
6. We vieren samen successen, groot of klein!
7. Respect voor elkaar (niet vloeken, schelden, discrimeren)
8. We waarderen elkaar en proberen elkaar beter te maken
DOK EDE

Clubapp

Wil je op een eenvoudige wijze alles weten over je les die je volgt bij DOK, het lesrooster makkelijk kunnen bekijken, op de hoogte blijven wanneer er activiteiten zijn van de jeugdcommissie, en weten wanneer er wedstrijden of andere activiteiten van DOK staan gepland? Download dan nu de clubapp! Registreer je met het, bij ons bekende, mailadres en maak een wachtwoord aan om toegang te krijgen.
De ClubApp bevat persoonsgegevens. Als lid kan jij zelf bepalen welke gegevens getoond worden door jouw privacyinstellingen aan te passen. Deze privacyinstellingen kan je aanpassen via de ledenlogin op de clubwebsite of via de ledenadministrateur. Ook belangrijk: sluit de app af zonder uit te loggen, zodat je bij het opstarten automatisch ingelogd bent.

Eerste wedstrijden van start

Het wedstrijd seizoen is afgetrapt door de dames van middenbouw 4 en bovenbouw E. De wedstrijddag startte vroeg in Didam. Om kwart over 8 stonden twee middenbouw 4 teams te popelen om te starten. Voor veel van de turnsters de eerste keer dat ze een wedstrijd hadden in een échte turnhal. Team 1 bestaande uit Merel Maessen, Marije van Leeuwen, Feline Schrijver, Hannah van Westen, Sofia Doroshenko en Eslem Isitan mocht de spits afbijten op sprong. Op spong en vloer konden de meiden stralen! Op brug en balk hadden ze helaas wat puntjes laten liggen en konden ze de trilbeentjes niet tegenhouden. Ondanks hebben ze een mooie bronzen medaille naar huis mogen nemen en genoeg leerpuntjes voor de volgende wedstrijd! Team 2 was in de andere baan op balk gestart. Dit team bestaat uit Sarah van Wier, Amy van de Visch, Yara Janssen, Tess Arentsen en Juul Laanstra. Hoewel starten op balk lastig is, hebben de meiden ondanks een paar vallen toch nog hele mooie oefeningen neergezet. Ook op vloer lieten ze zien wat ze waard waren. Door sterke concurrentie gingen ze er met een zilveren medaille vandoor! In wedstrijdronde twee was het tijd voor ons derde middenbouw 4 team bestaande uit: Danae Timmerman, Lieke Groeneveld, Iris Hummelen, Erin van der Toorn, Julia Smink en van DOTO Harskamp Lynn Elbertsen. Dit team leverde een ware strijd en liet op vloer de concurrentie ver achter zich. Ondanks de super nette sprongen op sprong lieten ze op de moeilijkheid net wat punten liggen waardoor ze toch naar huis gingen met een mooie zilveren medaille. Individueel scoorde de dames ook goed, met een 2e plek voor Iris en een 3e plek voor Danae.

In wedstrijdronde drie was het de beurt aan de bovenbouw E meiden. Voor veel van hun was dit de eerste wedstrijd in dit niveau, omdat ze de stap hebben gemaakt van F naar E, of vanuit de middenbouw komen! Individueel werden er heel veel medailles gescoord! Bij de jeugd was het goud voor Marit van Omme, het zilver voor Felia Onderstal en het brons voor Saar van de Wiel. Een vol DOK podium! Bij de junioren was het goud voor Liz Hafkamp en het brons voor Naomi Verschoor. Bij de senioren was het zilver voor Manou Maliepaard. Heel knap voor een comeback wedstrijd!! Ook was er zilver voor het team van Saar van de Wiel, Liz Hafkamp, Marit van Omme, Felia Onderstal en Cheyenne Gerritsen. Het team van Britt Kervel, Shanna Kervel, Naomi Verschoor, Demi Buis en Manou Maliepaard werd 4e. Al met al was het een geslaagde dag en een mooie start van het wedstrijd seizoen. De trainers zijn mega trots op alle meiden!!

Marlou Kruizinga en Lisa Broman

meer foto's staan op Instagram DOK Ede Turnen

Eerste wedstrijd voor de jongens

Op zaterdag 9 november heeft de eerste districtswedstrijd van dit seizoen voor de jongens plaatsgevonden. Het was een thuiswedstrijd voor de jongens. De wedstrijd is namelijk georganiseerd in de Van der Knaaphal door de vereniging zelf.

Op de vrijdagavond zijn er zo'n vijfentwintig vrijwilligers aan de slag gegaan met het opzetten van de zaal. Vele handen maken licht werk en voor we het wisten stond de hele zaal klaar!

Op de vroege zaterdagochtend kwamen er twee instap B teams in actie in wedstrijdronde 1. Eén team is vijfde geworden en het andere team mocht het goud ontvangen.
In wedstrijdronde drie kwamen er vier Pupil B jongens in actie. Met mooie oefeningen turnden ze zich naar een prachtige derde plek!
In de laatste ronde kwamen er nog twee Pupil C jongens in actie. Ook zij lieten hele strakke oefeningen zien en dat resulteerde in een bronzen medaille

Na de laatste ronde hebben alle vrijwilligers de zaal opgeruimd en kon iedereen nagenieten van de geslaagde wedstrijddag!

Groet de herentrainers!

Meer foto's staan op onze WEBSITE op FACEBOOK en op Instagram DOK Ede Heren

Assistenten BEDANKT!

Speciaal voor onze assistenten organiseerde we op zaterdag 16 november een uitje als bedankje voor hun hulp bij alle lessen. Doordat we bij DOK zoveel enthousiaste assistenten hebben, kunnen we training geven aan zoveel leden!
Dit jaar gingen we met zijn allen bowlen. We kunnen concluderen dat het maar goed is dat deze assistenten op turnen zitten in plaats van op bowlen ;) Max versloeg alle meiden en ging er met de prijs vandoor. Daarna testen we hun kennis over DOK met een quiz. Weet jij hoe oud het jongste lid bij DOK is? Of hoeveel disciplines wij hebben? Onze assistenten kennen DOK al erg goed!
Wij bedanken alle assistenten voor hun inzet dit seizoen!

Lisa Broman

Medailles op landelijke wedstrijd

Op zaterdag 16 november stond de eerste landelijke plaatsingswedstrijd voor de dames op het programma. Voor de DOK kwam
en Fleur Mulder en Layra Top de vloer op.
De turnsters van DOK vormden een team met Oranje Blauw uit Wageningen. Het bleek een succesvolle samenwerking. Want het team won de bronzen medaille. Alle turnsters lieten mooie oefeningen zien op de onderdelen sprong, brug, balk en vloer en dit werd beloond met het brons. Een hele mooie start voor de Edese turnsters en voor DOK.

Astrid Groeneveld

Dames van DOK turnen in Didam

De dames van de middenbouw 2 en jeugd D van DOK hebben op zaterdag 16 november hun eerste plaatsingswedstrijd gehad. De dames hebben goede wedstrijden gedraaid maar de concurrentie deed dit ook. Het Middenbouw 2 team bestaat dit jaar uit Jasmine Waninge, Rosa van Norden, Sarah Broekhuizen, Amber van Asperen, Benthe van der Kuur en Yana Gijssel. De meeste van deze dames komen dit jaar voor het eerst uit in dit niveau. Het team werd 2e op het toestel brug en 3e op het onderdeel sprong. Het allereerste onderdeel was de balk en dat was op zaterdag de 16e niet hun vriend. Dus op dit onderdeel liet het team wat punten liggen. Op het onderdeel vloer werden ze 4e, maar de dames straalden hier wel van plezier. Mooi om te zien. Later op de dag waren Diede Kolenbrander en Bente Meijer aan de beurt. Zij wisten dat de overstap naar jeugd D groot zou zijn maar wat hebben de dames het goed gedaan. Bente sloot de wedstrijd als 12e af, met een mooie 7e plek op balk en een 8e plek op brug. Diede werd 17e, zij werd knap 6e op vloer en 8e op balk. De trainers zijn er trots op dat de meiden gekozen hebben voor een groei in niveau. Ze hebben dus echt gekozen voor de uitdaging, wat een moedige beslissing. Nu op naar de volgende wedstrijd.

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op Instagram DOK Ede selectie

Pieten bezoeken DOK

Zaterdag 23 november was het Pietenfeest bij DOK. Ruim 80 kinderen kwamen klimmen, klauteren en springen. De hele gymzaal staat vol met leuke onderdelen, dus de kinderen zijn de hele middag zoet! Het is altijd een feest om in de gymzaal te zijn met zoveel lieve en gezellige kinderen.
Een aantal Pieten kwamen die middag op bezoek bij DOK. De kinderen ontdekten al snel dat er iets mis was met één van de Pieten. Piet liep er ontzettend verdrietig bij omdat deze nog geen pietendiploma had. Gelukkig wisten de kinderen hier raad mee. Piet kon die middag het pietendiploma halen! En omdat alle kinderen Piet zo goed hadden geholpen, kregen de kinderen ook hun pietendiploma!
De Pieten komen natuurlijk niet voor niets naar DOK. Ze hadden pepernoten en cadeaus meegenomen! Zo ging elk kind met volle handen en hun pietendiploma weer naar huis. De pieten hebben de kinderen uitgezwaaid en zien ze graag volgend jaar weer bij DOK!
Bedankt aan alle vrijwilligers die zijn komen helpen om het pietenfeest een hele gezellige middag te maken!
Groetjes van de Jeugdcommissie.

Meer foto's staan op onze WEBSITE

Heren winnen brons

De heren van DOK zijn op zaterdag 23 november ook gestart met hun wedstrijdseizoen. In Leusden stond de eerste landelijke wedstrijd op het programma. De heren van DOK hebben dit seizoen een vol team niveau 3.
Het team bestaat uit Amrit de Kort, Aquila Ziddah, Bram Craanen, Pieter van Norel en Stijn Deddens. De heren turnden tot het laatste onderdeel een geweldige wedstrijd. Op het onderdeel ringen behaalde het team zelfs de hoogste dagscore. Helaas liet het team punten liggen op het onderdeel voltige.Bij de prijsuitreiking kregen de turners het brons omgehangen. Trainers Niels Velthuis en Alexander Lens zijn trots op hun pupillen. Nu hard trainen op voltige en dan zit er nog meer in. Het belooft een geweldig seizoen te worden voor dit team. Op naar de tweede plaatsingswedstrijd in Zwolle!

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op Instagram DOK Ede Heren

DOK-turnsters succesvol in Nijmegen

De bovenbouwdames van DOK reisden op zaterdag 23 november af naar Nijmegen. Ook voor hen was het de aftrap van het wedstrijdseizoen. Deze wedstrijd was voor teams niveau F en individueel niveau F en D. Het werd een echte medailledag voor de Edese club.
Goud was er voor beide teams van niveau F. De volgende dames kregen voor hun teamprestatie het goud omgehangen:Noa Haalboom, Jaylee Gerrits, Marissa Meerveld, Feline Post, Julia van Dam, Femke Dekker, Ymke Steijlen, Anouck Lammers, Sophie van Roekel, Felyne van Leent en Lydia Jonkers.Individueel was er goud voor Noa Haalboom, Julia van de Hel en Sophie van Roekel. Zilver voor Julia van Dam en Felyne van Leent en brons was er voor: Feline Post, Lydia Jonkers en Romy Sanders. Wat een fantastische dag en wat een start van het seizoen voor deze niveaus.

Astrid Groeneveld

meer foto's staan op FACEBOOK en op Instagram DOK Ede Turnen

Prachtige 4^{e} plaats voor Fleur en Layra

De dames van niveau C van DOK mochten voor de tweede plaatsingswedstrijd op 23 november in Almelo op de vloer komen.

De week ervoor werden hun oefeningen beloond met het brons. Ze wisten dat het deze wedstrijd lastiger zou worden. De concurrentie was groter. De dames stelden zichzelf daarom een ander doel, een hoger puntenaantal dan de week daarvoor. En dat is ruimschoots gelukt. Met mooie oefeningen turnden ze zichzelf naar een hoger puntentotaal. Mooi om de groei te zien. De stemming op weg terug naar Ede was dan ook heel goed. Twee weken achter elkaar wedstrijden met goede resultaten. Nu op naar de individuele wedstrijdronde in januari.

Astrid Groeneveld

DOK turnt in Ede

Zaterdag 30 november organiseerde DOK de eerste plaatsingswedstrijd voor de MB5, 6 en 7 in Ede. Wat was het een succes! Ondanks dat het voor veel meiden hun eerste wedstrijd was, straalden ze op de wedstrijdvloer. DOK had maar liefst 35 deelnemers.
De dag startte vroeg met MB6. Het team van Danique, Sophie, Romee, Jara en Lisanne mocht aftrappen. Nog niet alles wilde lukken vandaag, maar er waren al mooie stappen gezet! Ze mochten op de 4e plek plaatsnemen. Ook in deze ronde was tijd voor het team van Nadine, Jasmijn, Joelle, Petra en Leonoor. Ook zij mochten op de 4e plaats plaatsnemen.
In de tweede wedstrijd was het de beurt aan MB5. Het team van Eef, Guusje, Tess, Norah en Isabel turnde nette oefeningen. Op vloer straalde ze en scoorde ze de hoogste punten. Hiervoor ontvingen ze een prachtige zilveren medaille. In de andere baan was het de beurt aan het team van Emma, Marwa, Milou, Alysa en Rosa. Zij maakte op brug het verschil. Ook zij kregen een zilveren medaille omgehangen. In deze ronde werd Emma individueel zelfs 1e.
In de derde wedstrijd mocht het team MB5 van Tessa, Sophie, Ilse, Yasmine en Marline aan de slag. Ook daar turnde ze nette oefeningen ook mochten zij een zilveren medaille mee naar huis nemen. Waar Sophie individueel ook nog eens 2e is geworden! In de andere baan turnde MB7 in een mixteam met SSS Voorthuizen: Lara, Lise en Ayden. Voor hen allemaal was het hun eerste echte wedstrijd. Wat mogen ze trots zijn op de zilveren medaille die ze in ontvangst mochten nemen.
In de laatste wedstrijd van de dag turnde MB5 met Cloe, Anne, Roos, Angelina, Floor en Chaja. Het was een zilveren dag, want ook deze meiden mochten een zilveren medaille in ontvangst nemen.

Al met al was het een geslaagde dag! Bedankt alle vrijwilligers van DOK en DEOS voor het mogelijk maken van deze dag!

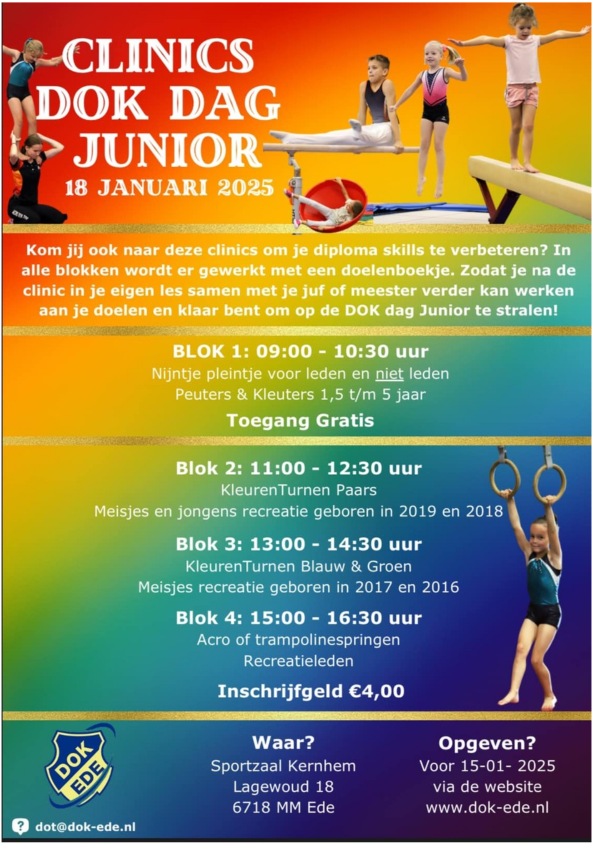
Lisa Broman

meer foto's staan op onze WEBSITE en op Instagram DOK Ede Turnen

DOK-dag junior

Voor de allerkleinsten, 1,5 tot en met 5 jaar is er het nijntje beweegplein. Hier zullen alle vormen van bewegen aan bod komen en kunnen alle kinderen lid of geen lid kennismaken met DOK en het nijntje beweegdiploma. Bewegen jullie mee?
Recreatie leden turnen (meisjes en jongens) t/m 2016 gaan aan de slag met het kleuren turnen. We maken een start met de oefenstof voor de DOK dag junior (die op 17 mei 2025 wordt georganiseerd) zodat de leden samen met hun juf of meester verder kunnen oefenen in de les. Kom jij je skills nog verder uitbreiden?
Voor de acro- en trampoline recreatieleden is er een clinic om kennis te maken met de doelen voor de DOK dag junior. De leden kunnen tijdens de clinic al mooi zien wat ze al hebben geleerd en wat ze nog verder kunnen oefenen!

LET OP: deze DOk-dag is voor leden die **NA** 2015 zijn geboren!



CLINICS DOK DAG JUNIOR

18 JANUARI 2025

Kom jij ook naar deze clinics om je diploma skills te verbeteren? In alle blokken wordt er gewerkt met een doelenboekje. Zodat je na de clinic in je eigen les samen met je juf of meester verder kan werken aan je doelen en klaar bent om op de DOK dag Junior te stralen!

BLOK 1: 09:00 - 10:30 uur
Nijntje pleintje voor leden en niet leden
Peuters & Kleuters 1,5 t/m 5 jaar

Toegang Gratis

Blok 2: 11:00 - 12:30 uur
KleurenTurnen Paars
Meisjes en jongens recreatie geboren in 2019 en 2018

Blok 3: 13:00 - 14:30 uur
KleurenTurnen Blauw & Groen
Meisjes recreatie geboren in 2017 en 2016

Blok 4: 15:00 - 16:30 uur
Acro of trampolinespringen
Recreatieleden

Inschrijfgeld €4,00

DOK EDE

Waar?
Sportzaal Kernhem
Lagewoud 18
6718 MM Ede

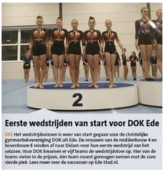
Opgeven?
Voor 15-01- 2025
via de website
www.dok-ede.nl

dot@dok-ede.nl

Ziekenboeg

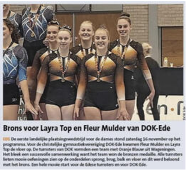
Patryk Wesseling is onlangs geopereerd aan zijn Carpaal Tunnel Sydroom. Fijn dat het achter de rug is en we hopen dat hij snel al zijn bezigheden weer kan oppakken!

DOK in Ede Stad.nl



Eerste wedstrijden van start voor DOK Ede

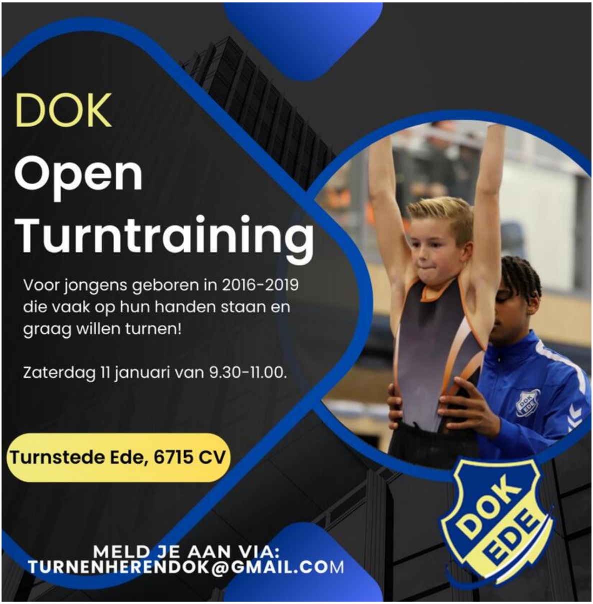
EDE Het wedstrijdseizoen is weer van start gegaan voor de christelijke gymnastiekvereniging DOK uit Ede. De vrouwen van de middenbouw 4 en bovenbouw E reisden af naar Didam voor hun eerste wedstrijd van het seizoen. Voor DOK kwamen er vijf teams de wedstrijdvloer op. Vier van de teams vielen in de prijzen, één team moest genoegen nemen met de zure vierde plek. Lees meer over de successen op Ede Stad.nl.



Brons voor Layra Top en Fleur Mulder van DOK-Ede

EDE De eerste landelijke plaatsingswedstrijd voor de dames stond zaterdag 16 november op het programma. Voor de christelijke gymnastiekvereniging DOK-Ede kwamen Fleur Mulder en Layra Top de vloer op. De turnsters van DOK vormden een team met Oranje Blauw uit Wageningen. Het bleek een succesvolle samenwerking want het team won de bronzen medaille. Alle turnsters lieten mooie oefeningen zien op de onderdelen sprong, brug, balk en vloer en dit werd beloond met het brons. Een hele mooie start voor de Edese turnsters en voor DOK-Ede.

13 november 2024 20 november 2024



DOK

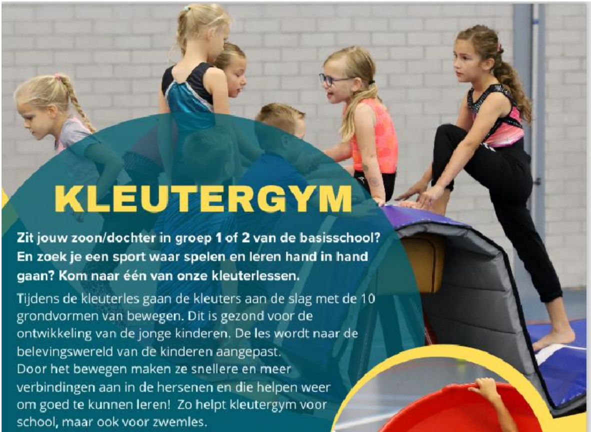
Open Turntraining

Voor jongens geboren in 2016-2019 die vaak op hun handen staan en graag willen turnen!

Zaterdag 11 januari van 9.30-11.00.

Turnstede Ede, 6715 CV

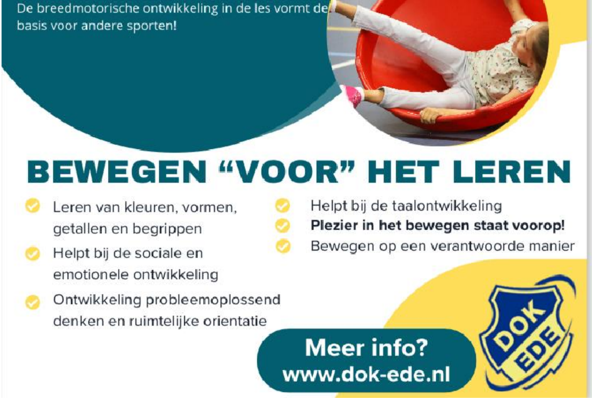
MELD JE AAN VIA:
TURNENHERENDOK@GMAIL.COM



KLEUTERGYM

Zit jouw zoon/dochter in groep 1 of 2 van de basisschool? En zoek je een sport waar spelen en leren hand in hand gaan? Kom naar één van onze kleuterlessen.

Tijdens de kleuterles gaan de kleuters aan de slag met de 10 grondvormen van bewegen. Dit is gezond voor de ontwikkeling van de jonge kinderen. De les wordt naar de belevingswereld van de kinderen aangepast.
Door het bewegen maken ze snellere en meer verbindingen aan in de hersenen en die helpen weer om goed te kunnen leren! Zo helpt kleutergym voor school, maar ook voor zwemles.

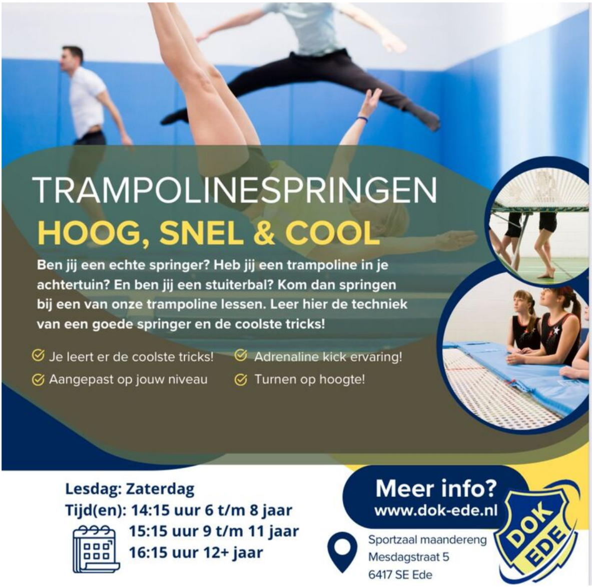


De breedmotorische ontwikkeling in de les vormt de basis voor andere sporten!

BEWEGEN “VOOR” HET LEREN

- ✓ Leren van kleuren, vormen, getallen en begrippen
- ✓ Helpt bij de sociale en emotionele ontwikkeling
- ✓ Ontwikkeling probleemoplossend denken en ruimtelijke orientatie
- ✓ Helpt bij de taalontwikkeling
- ✓ **Plezier in het bewegen staat voorop!**
- ✓ Bewegen op een verantwoorde manier

Meer info?
www.dok-ede.nl



TRAMPOLINESPRINGEN

HOOG, SNEL & COOL

Ben jij een echte springer? Heb jij een trampoline in je achtertuin? En ben jij een stuiterbal? Kom dan springen bij een van onze trampoline lessen. Leer hier de techniek van een goede springer en de coolste tricks!

- ✓ Je leert er de coolste tricks!
- ✓ Aangepast op jouw niveau
- ✓ Adrenaline kick ervaring!
- ✓ Turnen op hoogte!

Lesdag: Zaterdag
Tijd(en): 14:15 uur 6 t/m 8 jaar
15:15 uur 9 t/m 11 jaar
16:15 uur 12+ jaar

Meer info?
www.dok-ede.nl

Sportzaal maandereng
Mesdagstraat 5
6417 SE Ede

Activiteiten en vakanties

14 december 2024	DOK-dag *
25 januari 2025	DOK-dag junior**
3 tot en met 8 maart 2025	Open lesweek DOK
24 mei 2025	DOK-dag junior**
5 juli 2025	DOK Springwedstrijden

Kerstvakantie	23 december 2024 tot en met 4 januari 2025
Voorjaarsvakantie	24 februari 2025 tot en met 2 maart 2025
Goede vrijdag	18 april 2025
Tweede Paasdag	21 april 2025
Meivakantie	26 april tot en met 9 mei 2025
Hemelvaartsdag	29 mei 2025
Tweede Pinksterdag	9 juni 2025
Zomervakantie	21 juli tot en met 31 augustus 2025

* Dit zijn onderlinge wedstrijden voor leden die geboren zijn in 2015 of eerder. Vraag aan diegene de je lesgeeft of jouw discipline ook meedoet aan deze wedstrijden en reserveer de datum.

**Aan het diploma-turnen kunnen leden meedoen die geboren zijn in 2016. 2017, 2018 of 2019. Vraag aan diegene de je lesgeeft of jouw discipline ook hieraan meedoet en reserveer de datum.

Powered by YMLP.com