Nieuwsbrief

Januari 2017

Woordje van de voorzitter

Esther Kalsbeek heeft met ingang van 1 januari afscheid genomen als voorzitter. Op dit moment is onze vereniging zonder voorzitter. Het bestuur probeert voorlopig de taken te verdelen maar heeft dringend versterking nodig. Zie in deze nieuwsbrief het onderwerp van het bestuur.

In deze nieuwsbrief

- Grote clubactie
- Foto's uitvoering en RWS B wedstrijd zijn beschikbaar
- Nieuwe trainingspakken
- RWS B wedstrijd 21 januari
- Freerunningwedstrijden Jubbenga 11 februari
- Nieuwe juryleden geslaagd
- Assistenten gym en freerunning
- Van het bestuur
- Kalender
- Bijlage: verslag RWS B wedstrijd per deelnemer

Grote clubactie levert weer geld op!

In oktober hebben alle leden loten verkocht voor de grote clubactie. De lotenverkoop heeft onze gymvereniging € 1761,60 opgeleverd. Een mooi bedrag en we bedanken alle leden voor het verkopen van de loten!

De meiden van groep 3/4 gym hebben gezamenlijk de meeste loten verkocht. Zij hebben in de les hiervoor een kleine attentie gekregen. De opbrengsten van de Grote Clubactie helpen onze vereniging om de lessen en activiteiten te kunnen blijven uitvoeren en daarbij onze vereniging financieel gezond te houden.

Foto's uitvoering en foto's RWS B wedstrijd zijn beschikbaar.

In de begeleidende mail bij deze nieuwsbrief is een link meegestuurd. Via deze link zijn de fotoalbums van gymvereniging VKW te bekijken zoals de foto's van de uitvoering. Van de RWS B wedstrijd van 21 januari (zie verder in deze nieuwsbrief) is ook al een album beschikbaar.

Nieuwsbrief

Januari 2017

Nieuwe trainingspakken turnselectie dankzij Rabobank, Börkerservicedienst en Autobedrijf Strijker

Dit voorjaar starten de RWS wedstrijden weer. Onze turnselectie neemt deel aan deze wedstrijden in nieuwe trainingspakken. Dankzij een financiële bijdrage van Rabobank, Börkerservice Dienst en Autobedrijf Strijker!

RWS B wedstrijd zaterdag 21 januari in de Borkerkoel in Westerbork

Afgelopen zaterdag was de eerste RWS B wedstrijd in Westerbork in sporthal de Börkerkoel. Dankzij de hulp van vele ouders bij de bouwploeg, catering, telcommissie en juryleden en de inzet van onze leden is dit een geslaagde dag geworden. Onze gymvereniging organiseerde deze wedstrijd voor de KNGU samen met gymvereniging SGV uit Wijster. De dag bestond uit 4 wedstrijden met de onderdelen sprong, vloer, brug en balk. Bijna 300 turnsters hebben deelgenomen. Vanuit gymvereniging VKW en gymvereniging SGV deden 23 turnsters mee die allemaal geweldig gepresteerd hebben. Sterre Smid, Susan Westerbeek, Kirsten Geerlig en Romee Egberts wonnen een gouden medaille. Sanne Baas een zilveren medaille en Julia Winkel en Lyanne Tielken haalden een bronzen medaille. Gefeliciteerd. De foto's staan in ons digitale fotoboek (zie link in de mail). De leiding heeft per deelnemer een kort bericht gemaakt (zie bijlage).

De volgende RWS B wedstrijd is weer in Westerbork op 11 maart. De dag is net als afgelopen zaterdag verdeeld in vier wedstrijden tussen 8.30 uur tot ongeveer 18.00 uur. Iedereen is welkom om te kijken.

Nieuwsbrief

Januari 2017

11 februari Freerunning wedstrijden in Jubbega

Zaterdag 11 februari is de 3e editie van de free running wedstrijden in Jubbega. Alle leden krijgen hiervoor een aanmeldformulier in de les. Bij de deelname krijgen de kinderen een gratis t-shirt van de wedstrijd. Bij de wedstrijden zijn dit jaar 2 mogelijkheden: speed (zo snel mogelijk van punt A naar punt B) & flow (zo snel maar ook zo sierlijk mogelijk van punt A naar punt B). Er zijn niet alleen wedstrijden, maar er is ook een jam. Hier kunnen de kinderen de baan op en gewoon lekker free runnen met heel veel anderen. Op deze manier kunnen ze ook van andere kinderen leren. De dag begint om 10.00 uur en eindigt om 14.30 uur. We zullen net als voorgaande jaren weer gezamenlijk heen en terug reizen. Graag het aanmeldformulier zo spoedig mogelijk bij mij weer inleveren.

Groeten Melvin Greveling

Juryleden geslaagd, gefeliciteerd!

Esther Tielken, Hennie Frederiks, Andrea Bakker, Esther Westerbeek (SGV), Mireille Lapré en Kirsten Geerlig. Danielle en Arienne (SGV) ontbreken op de foto.

Dit najaar zijn 9 personen gestart met de jurycursus TD1. Inmiddels zijn 8 deelnemers al geslaagd voor deze cursus. Gefeliciteerd! Wat fijn dat jullie onze jury versterken. Juryleden jureren bij de clubkampioenschappen en bij de RWS wedstrijden. Hierdoor kunnen we onze clubkampioenschappen blijven organiseren en kunnen onze turnleden deel blijven nemen aan RWS wedstrijden.

Nieuw bestuurslid voor PR, Janette stelt zich voor

Sinds de uitvoering van afgelopen oktober, ben ik betrokken bij het bestuur van VKW. Ik neem de taken van Margriet (PR) over. Mijn naam is Janette Kinds, 46 jaar, samenwonend met Willem Grootjans, Bart (14), Nora (11) en Roeland (7). Nora is bij ons thuis de gymster. Bart doet survival en Roeland voetbalt. Ik heb in mijn jeugd lang gegymd en dat nog weer gedaan tijdens mijn studie Bedrijfskunde in Groningen. Ik weet hoe goed je kracht en motorieke ontwikkeling toeneemt door gym. Mijn beweging haal ik nu vooral uit fietsen, wandelen en tuinieren in mijn volkstuin (met vooral bessenoogst). Dat ik veel fiets en zelf groente en fruit oogst en ook wel eens uit de berm pluk, heeft te maken met mijn interesse in het verkleinen van mijn ecologische voetafdruk. Maar het is ook vooral, om lekker te koken! Verder zing ik graag (Diggelse Diva's) en werk ik sinds een klein jaar bij Rijksdienst voor Ondernemend Nederland in Assen. Ik heb bij de uitvoering al gemerkt dat er veel taken zijn binnen de vereniging. Ik zal jullie dus nog regelmatig benaderen omdat vele handen nu eenmaal licht werk maken en het wel zo leuk is voor de kinderen, dat er wat georganiseerd wordt. Hartelijke groeten en tot gauw ziens!

Nieuwsbrief

Januari 2017

Assistenten in opleiding bij freerunning en gym.

Bij gym en freerunning zijn een aantal leden gestart met de assistentopleiding. Bij freerunning is dit Daan Hogeling. Bij de gym zijn dat Esra Egberts, Maite Vierhoven, Danique Tietema, Ilse Frederiks en Lotte Wolting.

Lotte Wolting en Maite Vierhoven vertellen over hun ervaringen als assistent in opleiding.

Hallo ik ben Maite Vierhoven,
Ik ben Maite en ik doe de assistentencursus. Met de assistentencursus leren wij kinderen helpen met elementen die ze moeten doen. Ik vindt de cursus heel erg leuk omdat je kleine lesjes kan geven in de gymzaal, je kan kinderen helpen om beter te worden en je leert kinderen te vangen, als iemand dan moeite met een element heeft kan je diegene helpen.
Met de opdrachten moeten wij kleine lesjes geven. Dat gebeurt onder andere bij de kleutergym, de gym en de move4fun. Wij doen sommige opdrachten met steeds een klein groepje van een groep, of de hele groep tegelijk. Ik vind met een klein groepje fijner omdat het dan wat minder druk om je heen is.
Groetjes Maite

Hallo ik ben Lotte Wolting.
Ik doe een assistenten cursus bij VKW. Bij deze cursus is het de bedoeling dat ik aan 20 opdrachten ga voldoen. De opdrachten bestaan uit het geven van warming ups tot spelletjes en toestel lesjes. Wij moeten deze opdrachten doen in de lessen van de lesgevers, die beoordelen ons dan en geven tips over wat wij beter kunnen doen of wat wij al heel goed doen.
Wat ik bijvoorbeeld al heb gedaan is: een toestelbaantje bij de kleuters en een warming up bij groep 3/4. Binnenkort moet ik ook nog springen en duikelen gaan doen. Ik vind het erg leuk om te doen. Op dit moment is mijn favoriete groep de oudste kleuters.
Bij de volgende opdrachten wil ik er nog meer op gaan letten dat de techniek ook goed gaat. De bedoeling bij zo'n opdracht is dat wij thuis eerst aantekeningen maken over wat wij die opdracht gaan doen. Dan op een woensdag of donderdag gaan wij in een klein stukje van de les onze opdracht doen, die word dan beoordeeld door de lesgever waarbij wij deze opdracht doen. Na de les bespreekt de lesgever met ons de les en zegt dan wat hij of zij er van vond.
Als wij alle opdrachten in het seizoen goed hebben gemaakt krijgen we ons diploma!
Na deze cursus kunnen wij nog een andere cursus doen om echt te mogen lesgeven met een andere lesgever. Daarna is er nog een cursus waarbij je dan kan leren om zelfstandig een hele les te geven. En dan kun je weer een cursus doen tot echte lesgever.
Groet Lotte.

Nieuwsbrief

Januari 2017

Van het bestuur

Janette Kinds, Mirjam Zantingh, Diana Speelman, Margriet Luning, Mirjam Tietema

Vanuit het bestuur organiseren we met veel plezier alle lessen en activiteiten voor onze gymvereniging. Daarvoor is het prettig als er voldoende mensen zijn om de taken te verdelen.

Sinds 1 januari hebben we geen voorzitter. In april stopt Margriet Luning (sinds januari algemeen lid). En aan het eind van dit seizoen stopt Mirjam Tietema. We kunnen dus wel wat extra handen gebruiken.

Er zijn diverse rollen vacant dus er zit vast iets bij wat je aantrekt:
- bestuurslid:
  - algemeen lid
  - ledenadministratie
  - voorzitter
- sponsorcommissie
- kampcommissie (start februari 2017)

Reacties graag naar Mirjam Zantingh (secretaris@vkwgym.nl).

Mededeling over de bondscontributie:

De jaarlijkse bondscontributie van de KNGU wordt binnenkort afgeschreven bij alle leden. Dit bedraagt €20,80 voor leden t/m 15 jaar, €25,40 voor leden van 16 jaar en ouder (op peildatum 1 januari 2017).

Nieuwsbrief

Januari 2017

Kalender

Activiteit	Datum	Bijzonderheden
RWS A – PK	11 februari	
Freerunningwedstrijd Jubbega	11 februari	Jubbega
RWS B wedstrijd 2 (*let op turnlessen vervallen*)	11 maart	Sporthal de Borkerkoel
RWS C wedstrijd 1	25 maart	
RWS B - PK	8 april	
RWS C wedstrijd 2	20 mei	
Toestelfinale RWS A/B	10 juni	
Clubkampioenschap	Mei/ juni/ juli datum volgt nog	MFA
Seizoensafsluiting	datum volgt nog	Vanuit MFA
Clubkamp	Na de zomer	

Sportieve groet bestuur en leiding

Nieuwsbrief

Januari 2017

Bijlage RWS B, 21 januari 2017

Persoonlijk bericht van de leiding per deelnemer, geschreven door Nienke

Edith van der Heiden: Ondanks wat angst voor sprong heeft Edith zelfstandig een hele mooie overslag over de kast gesprongen. Dat was heel knap want dat had ze op de training nog nooit zonder hulp van ons gedaan.

Anouk Vredeveld: Anouk heeft voor het eerst op de wedstrijden een arabier flikflak geturnd. Ze heeft een heel mooi puntenaantal in het klassement behaald maar belandde helaas net naast het podium.

Myrthe Wevers: Myrthe heeft tijdens al haar oefeningen laten zien wat voor sierlijke turnster ze is met als beste toestellen sprong en brug.

Elly van den Heuvel: Elly zit nog maar net bij de selectie en stroomde daarbij ook al meteen door in de oudere categorie. Ze heeft op alle toestellen laten zien hoeveel ze geleerd heeft in de korte tijd.

Esra Engberts: Ondanks een kleine blessure aan de elleboog heeft Esra op alle toestellen erg mooi geturnd met onder andere een arabier flikflak op de vloer.

Susan Westerbeek: Susan liet op brug een prachtige oefening zien waar duidelijk uit bleek dat ze hier veel aan gewerkt heeft het afgelopen jaar en werd onder andere door het mooie cijfer op dit toestel eerste!

Julia Winkel: Julia heeft op alle toestellen laten zien hoe hard ze getraind heeft op nieuwe onderdelen en op haar houding. Tijdens deze wedstrijd kwam alles samen en kreeg ze de bronzen medaille.

Sterre Smit: Sterre heeft op vloer een fantastische, bijna perfecte, zelfbedachte oefening op muziek laten zien. En met het doorzetten van deze mooie start op alle andere toestellen mocht ze de gouden medaille in ontvangst nemen.

Inge Heling, Hannah Kantelaar, Imke Lok, Arjenne Weggemans: Ondanks de zeer korte tijd om alle oefeningen uit het hoofd te leren en de spanning van hun allereerste wedstrijden kunnen en kijken zij met veel plezier terug op deze wedstrijd. Inge en Hannah lieten op brug zien hoe goed zij hebben leren zwaaien. Imke liet een superstrakke handstandplatval op sprong zien. En Arjenne liet op balk zien hoe netjes zij kan turnen.

Nieuwsbrief

Januari 2017

Noor van der Aa: Noor was vooraf wat zenuwachtig voor sprong, maar het kwam helemaal goed. Voor het eerst heeft ze alleen een overslag over de kast gesprongen tot stand.

Mara Dijksterhuis: Mara liet op sprong zien hoeveel kracht en snelheid zij in zich heeft wat resulteerde in een mooie overslag en een goede salto.

Romee Engberts: Romee liet op brug zien hoe fantastisch hoog ze kan zwaaien, ze liet ook voor de eerste keer een arabier flikflak op de vloer zien. Al deze mooie oefeningen resulteerden in een eerste plaats.

Lyanne Tielken: Binnen een jaar tijd heeft Lyanne twee ernstige blessures moeten overwinnen. Maar ze heeft zich teruggevonden en dus des te knapper dat ze ondanks alles op de derde plaats is geëindigd!

Renée van Kampen: Renée heeft het afgelopen jaar een grote vooruitgang gemaakt op alle toestellen. Helaas moest ze, na een prachtige strakke brugoefening, tijdens haar vloeroefening stoppen door een val ze heeft daarbij haar middenvoetsbeentje gebroken. Beterschap!

Ilse Frederiks: Ilse heeft op alle toestellen laten zien dat ze het afgelopen jaar veel gewerkt heeft aan houdingen en netheid. Op brug resulteerde dit dan ook in een hele strakke oefening.

Lotte Wolting: Lotte heeft een ontzettende nette wedstrijd neergezet met als hoogtepunt de arabier flikflak, deze deed zij voor het allereerst alleen en dat dan ook nog op een wedstrijd.

Sanne Baas: Sanne heeft op brug wat moeilijke elementen bij moeten leren maar het was het allemaal waard want onder andere hierdoor kreeg ze de zilveren medaille om haar nek.

Kirsten Geerling: Kirsten had maar weinig tegenstanders in haar categorie, maar ze wist alsnog door het turnen van stabiele oefeningen, de eerste plaats te behalen.

Maite Vierhoven: Hoewel ze door gebroken vingers helaas nog even uit de roulatie is, heeft ze wel de hele dag geholpen, bedankt!

Geplaatst voor de toestelfinales zaterdag 10 juni:

Laura Westerbeek: Sprong
Susan Westerbeek: Brug
Sterre Smit: Balk & Vloer

Nieuwsbrief

Januari 2017

Vervolg plaatsing toestelfinales 10 juni:
Julia Winkel: Brug
Romee Engberts: Brug
Lyanne Tielken: Vloer
Ilse Frederiks: Brug
Kirsten Geerlig Sprong & Vloer
Sanne Baas: Balk

Geplaatst voor het PK op 8 april in Hoogeveen:

Susan Westerbeek
Sterre Smit
Romee Engberts
Lyanne Tielken
Kirsten Geerlig
Sanne Baas