



Nieuwsbrief

nummer 21 – april 2010

Vakanties (dus géén lessen):

Meivakantie : 30-04-2010 t/m 07-05-2010
Hemelvaart : 13-05-2010 en 14-05-2010
2^e pinksterdag : 24-05-2010
Zomervakantie : 12-07-2010 t/m 29-08-2010

Leswijzigingen

20.00-21.00 uur Werkschuit-R Aalanden:
tijdelijke leiding Afienus Veenstra tel. 06-18 51 07 37

Dinsdag:

16.00-17.45 uur De Weijenbelt Berkum:
leiding Remy Voorbraak tel 06-18 06 02 81

19.15-20.15 uur Werkschuit-R Aalanden:
tijdelijke leiding Afienus Veenstra tel 06-18 51 07 37

Donderdag:

17.30-18.15 uur Werkschuit-R Aalanden:
leiding Wendy Timmer tel 06-19 84 66 93
18.15-19.15 uur Werkschuit-R Aalanden: leiding
Wendy Timmer en Hetty Gerretzen tel 06-13 46 41 89.

Maandag/donderdag: Nieuwe tijdelijke leiding selectie:

- Karin Wijss-Bosch tel. 06-10 31 73 07
- Ginette Voetberg tel. 06-55 80 78 89
- Martine Kolkman tel. 06-52 37 85 92
- Larissa van Zummeren tel. 06-52 33 52 60
- Hilde Schuurman tel. 038-337 61 72

Onderlinge turnproeven 17-04-2010

Op zaterdag 17 april 2010 vonden de jaarlijkse turnproeven plaats. Ruim 100 jongens en meisjes lieten zien wat ze de afgelopen periode hadden geleerd op de onderdelen balk, brug, vloer, sprong, rek en ringen. In



elk niveau waren er 1 of meer medailles te verdelen. Alle deelnemers ontvingen zoals gebruikelijk na afloop een herinneringsvaantje en een diploma met

daarop het persoonlijke resultaat. Na afloop van de wedstrijd lieten de leden van de dancegroepen diverse leuke demonstraties zien. Zie www.kwiekenlenig.nl voor de uitslagen en o.a. foto's van de dancegroepen.

Zwolse Turnkampioenschappen

Op 19-06-2010 worden de Zwolse Turn Kampioenschappen gehouden in de BDG-hal (Zwolle zuid). Deze kampioenschappen zijn voor alle turners en turnsters (selectie en recreatief) die dit jaar 9 jaar of ouder zijn of worden. Jongens en selectieleden die in 2002 of in 2003 zijn geboren kunnen ook

meedoen (pre-instappers). De deelnemende Zwolse gymverenigingen zijn: Hercules, Kwiek & Lenig, Sparta en Turnlust.

De oefenstof bestaat uit Dames NTS 2009 (Balk, Brug, Sprong, Vloer) vanaf niveau 12 en Heren NTS 2009 (Rek, Brug, Ringen, Sprong, Vloer) vanaf niveau 17.



Dus iedereen kan op zijn/haar eigen niveau turnen. Hopelijk is er weer veel belangstelling voor deze turnwedstrijd. De opgave-formulieren zijn al door de leiding uitgedeeld en moeten **vóór 22-05-2010** op de les ingeleverd worden. Namens het bestuur zitten Jacqueline Gerner (465 95 83) en Han Gussinklo (454 51 68) in de organisatie. Voor de deelnemers alvast veel succes en een sportieve turndag gewenst!

Wereldkampioenschappen turnen 2010

De beste turners en turnster uit de wereld komen Rotterdam voor het WK van zaterdag 16-10-2010 t/m 24-10-2010. Turnfans kunnen de wereldtoppers in actie te zien. De kaarten (prijs van € 10,00 tot € 50,00) zijn via de site www.wkturnen2010.nl te bestellen.

Univé Gymgala



Een wervelende turnshow zal dit jaar van 17 t/m 19-12-2010 worden gegeven in Groningen, Eindhoven en Almere. Bijna alle gymnastiek-, dans- en turndisciplines zullen daar te zien zijn in een spectaculair showprogramma. Kaarten zijn

t.z.t. te bestellen via de site van de KNGU.

Regionale turnwedstrijden K&L

De turnselectie van K&L (4^e en 5^e divisie) heeft de afgelopen maanden meegedaan aan de regionale turnwedstrijden. Op www.kwiekenlenig.nl staan foto's van deze wedstrijden.

1^e plaats voor K&L bij finale 4^e divisie regio Oost
Met 3 deelnemers (Danice, Sidni en Nienke) was K&L vertegenwoordigd tijdens de finale van de 4^e divisie regio Oost. Helaas moesten Ginette en Chantal zich



afmelden wegens een blessure. Alle 3 de meisjes hebben op de vier onderdelen hun uiterste best gedaan om een zo goed mogelijk resultaat neer te zetten. Dit heeft geresulteerd in een 25^e plaats voor Nienke, een 16^e plaats voor Sidni en een gedeelde 1^e plaats en dus een gouden medaille voor Danice. Geweldig!

Danice mag K&L nu vertegenwoordigen tijdens de districtsfinale op 05-06-2010 in Doetinchem. We wensen haar hierbij heel veel succes!

2^e plaats voor K&L bij Finale 5^e divisie Overijssel Zaterdag 27-03-2010 vond de finale 5^e divisie Overijssel

plaats in sporthal De Stroekeld in Rijssen. Namens K&L deden 15 deelnemers mee.

Iedereen deed zijn uiterste best om een zo goed mogelijk resultaat neer te zetten. Voor Christa was er zelfs een zilveren medaille! De

resultaten: Instap niveau 11: Maren 7^e, Floor 9^e, Luna 11^e, Britt 19^e en Sam 21^e. Pupil 1 niveau 10: Naomi 9^e, Maaike 10^e, Lorin 16^e, Isabel 19^e. Jeugd niveau 8: Christa 2^e, Lise 6^e, Ezra 12^e, Resa 15^e, Stella 25^e en Thirza 28^e



Afscheid Ellen te Raai

29-03-2010 nam Ellen te Raai afscheid als technische leiding bij K&L. Voorzitter Ad Gerretzen bedankte haar voor haar jarenlange, zeer deskundige leiding en prettige samenwerking.

"Na bijna 5 seizoenen heb ik besloten te stoppen met het geven van trainingen bij K&L. Met veel plezier begon ik bij de peuter/kleuter gym in de Aa-landen. Van jongs af aan heb ik zelf gegymd en geturnd en het geven



*van gymles was voor mij de logische volgende stap. Tijdens deze lessen heb ik van alles meegemaakt: van pietengym tot paaseieren zoeken! Na 2 jaar kon ik bij de selectie gaan lesgeven. Daar ging ik elke training met super veel plezier naartoe. Ondertussen studeerde ik af en ik kreeg mijn eerste baan. 3 dagen werken, dus de selectie kon er prima bij. We maakten nieuwe plannen om de selectie nog steviger neer te zetten. Ik ben erg trots op wat het geworden is. Een hele gemotiveerde en sociale groep, die het met elkaar doet! Toch heb ik besloten om te stoppen. Een nieuwe baan, veel reizen en familie en vriendinnen in het oosten van het land. Mijn vriend en ik gaan vanaf 1 mei dan ook verhuizen naar Eibergen. Daar wacht ons een nieuwe (turn)uitdaging. Alle gymmers, turnsters en ouders bedankt voor alles! Ik denk met een grote glimlach op mijn gezicht terug aan K&L!
Groetjes, Ellen"*

5 jongens K&L door naar finale in Vriezenveen na geslaagde districtswedstrijden!

Op 16-01-2010 deden 8 jongens van K&L samen met 100 andere jongens van de regio Oost op verschillende niveaus mee aan de districtswedstrijd in Almelo. De jongens van K&L waren geduchte concurrenten voor jongens van de andere verenigingen.

In wedstrijd 1 was Seb ten Westend aan de beurt in categorie Benjamin (niveau 12). Met slechts een punt verschil werd hij tweede. Zijn andere tegenstander liet hij met ruim 5 punten achter zich.

In wedstrijd 2 waren Bram van Driel, Jessey Duyshart en Wasim Anchary met maar liefst 14 andere jongens

aan de beurt (Instap 13). Strak in pak sloofden ze zich voor de jury uit om een mooie oefening te laten zien. Ze werden knap 6^e, 9^e en 10^e. Ze lieten daarmee een groot deel van de concurrentie achter zich.

In wedstrijd 3 stonden Theo Mesplou (niveau 11) en Hidde de Graaf, Mees de Vries en Davey Tiebosch (niveau 12) klaar in twee verschillende groepen. Theo werd in deze lastige oefenstof knap 3^e van de 9 deelnemers. De andere jongens behaalden een fraaie 4^e, 5^e, en 6^e plek. Ze behoorden tot de beste helft van deze klasse. Aan het einde van deze dag waren we trots op de prestaties van deze jongens.

Op 27-03-2010 was er een plaatsingswedstrijd in IJsselmuiden. De beste van de wedstrijd in Kampen en IJsselmuiden zouden doorgaan naar de finale. Ook na de twee plaatsingswedstrijden hield het voor de heren van K&L nog niet op. Ze hadden in IJsselmuiden namelijk zo goed gepresteerd, dat van de 7 jongens die aan beide wedstrijden hadden meegedaan, er 5 door doorgaan naar de finale op 24-04-2010 in Vriezenveen!

Dansvoorstelling Body Language Annemarije Mulder

Op 30-03-2010 ben ik in Schouwborg Odeon gaan kijken naar het afstudeerproject Body Language van Annemarije Mulder. Voor verschillende leden van onze K&L dance-groepen bedacht zij choreografie en stijlen. Samen met leerlingen van Dans Domein Drenth is het een prachtige voorstelling geworden voor een volle zaal met publiek. Ook danste Annemarije zelf een van de twaalf onderdelen van het programma. Erg mooi! De titel van de voorstelling 'Lichaamstaal' kwam goed tot uiting. Erg leuk ook om de kleinsten te zien, sommige even zwaaiend naar de zaal. Er waren twee docenten van haar opleiding aanwezig. Ik denk dat ze een mooi cijfer heeft gekregen. Het publiek, waaronder diverse leden van andere K&L groepen, was ook erg enthousiast. Ik was echt trots op wat de K&L leden, klein en groot, lieten zien. Annemarije, heel goed gedaan en veel succes met alles wat je nog wilt gaan doen.

Carla van Breemen – ter Haar

Jurycursus

Voorjaar 2009 zat ik op de tribune bij de verenigingswedstrijden. Van Han (Gussinklo) hoorde ik dat hij regelmatig juryleden zocht. In een grijs verleden had ik al wel eens gejureerd. Ook tijdens mijn opleiding voor turnjuf was ik wel eens een en ander tegengekomen. Ik meldde me daarom aan voor een 'opfris' cursus. De cursus begon 17-03-2010. Met het nieuwe NTS 'telsysteem' komt er nog heel wat bij kijken. De cursus duurt 6 weken. De cursisten komen uit de hele regio. We doen allemaal ons best om op een goed cijfer uit te komen. In het begin zijn we nog te 'lief'. Toch begint het snel te dagen. Tijdens de cursus krijgen we elke oefening 2x te zien. Je leert het door het te doen. Als jury bij de brug voor de recreatieve leden en 1 jongensgroep deed ik afgelopen zaterdag (17-04) mijn 'proefexamen'! Het was erg leuk. Bovendien word je tussentijds ook nog eens voorzien van koffie en koek. Dus, kun je (slechts) 6 keer 's avonds tijd vrij maken, doe eens gek en geef je op voor de jury cursus. Ik ben 21 april jl. voor het examen geslaagd.

Rianne (moeder Sidni de Ruiter)

De volgende nieuwsbrief verschijnt in juli 2010