



Secretariaat:
mw. C. van Breemen-ter Haar
Izak Osstraat 33
8017 DC Zwolle
☎ (038) 465 00 39.
🌐 www.kwiekenlenig.nl
✉ secretaris@kwiekenlenig.nl

Nieuwsbrief

nummer 24 – januari 2011

Vakanties:

Voorjaarsvakantie : 21-02-2011 t/m 27-02-2011
Meivakantie : 02-05-2011 t/m 08-05-2011
Goede vrijdag : 22-04-2011
2^e paasdag : 25-04-2011
Hemelvaart : 02-06-2011
Pinksteren : 13-06-2011

Nieuwe leiding

- Annemarie van Mourik, dinsdag Stadshagen, tel.: 06-23748932
- Marleen Deuning, dinsdag Aa-landen, tel.: 06-1806789
- Anniek Veldink, dinsdag Stadshagen, tel 06-39147129
- Jovan Avramoski, dinsdag De Enk, tel.: 06-22922552
- Gerda Prins, maandag Stadshagen, ouder-kindgym, tel 06-11217091. Gerda start zo gauw ze weer beter is.

Voorstellen

Mijn naam is Marleen Deuning (26 jaar). Ik ben geboren in Malden, bij Nijmegen. Mijn ervaringen met het turnen begonnen vroeg. Op 5 jarige leeftijd begon ik met gym in Malden. Al snel bleek dat ik talent had. Op mijn 6^e ging ik naar De Hazenkamp in Nijmegen. Ik begon daar bij de talentengroep. Van het één kwam het ander. Uiteindelijk trainde ik ruim 30 uur per week en maakte ik deel uit van de Nationale selectie. Ik heb aan meerdere nationale en internationale wedstrijden mee gedaan, zoals het NK, EK en WK! Het WK 1999 in China moest mijn wedstrijd worden! Ik was in topvorm en had de eerdere wedstrijden bijna allemaal gewonnen. Tevens was deze WK de kwalificatie voor de Olympische Spelen 2000 in Sydney. Helaas viel ik 2 dagen voor de wedstrijd tijdens mijn brug oefening, met als gevolg een elleboog die uit de kom was en gebroken. Weg WK en weg Olympische Spelen! Maar ach, ik was toen 15 en dacht 6 weekjes in het gips en we gaan weer lekker verder. Helaas heeft dit niet zo mogen zijn en moest ik na 2 jaar knokken en vele operaties verder toch datgene opgeven wat ik al jaren met zoveel plezier had gedaan! (Voor een filmpje: kijk op www.youtube.com en dan zoeken op "Marleen Deuning").



Ik ben daarna begonnen met het geven van training bij turnvereniging De Hazenkamp. Ik heb 9 jaar de jong talent groep getraind. En dit met grote successen. Eén van mijn pupillen is drie jaar achter elkaar Nederlands kampioen geworden op het hoogste niveau in de eredivisie. Ook met mijn andere pupillen heb ik goede

resultaten behaald.

Inmiddels woon ik sinds een jaar samen met mijn vriend, twee katten en een hond in Zwolle. Verder werk ik nog bij een fysiotherapiepraktijk. Ook heb ik nog een eigen schoonheidssalon en nagelstudio (Fris & Puur). Vanaf begin dit jaar ben ik bij K&L. Ik geef 3 uur training op de dinsdagavond in de Aa-landen. Ik hoop dat ik met mijn kennis en ervaring de kinderen heel wat kan bijleren! Ik heb er zin in ieder geval zin in!

Cursus Assistent Leider 2

In de vorige nieuwsbrief meldden we al dat Milou van Assen (lid van de turnselectie) de cursus Assistent Leider 2 van de KNGU ging volgen. Ze heeft het diploma inmiddels behaald. Gefeliciteerd! Milou van Assen is zelf erg enthousiast over de cursus:

"Eind september begon ik met een cursus van de KNGU "Assistent Leider Niveau 2". In deze cursus leer je natuurlijk het vangen en begeleiden van kinderen.



Wat me ook erg opviel tijdens de cursus was dat er veel aandacht werd besteed aan het omgaan met kinderen. Hoe breng je informatie tot kinderen en hoe ga je om met een kind dat wat achterloopt op de rest van de groep. Kortom: hoe maak je een les het leukst voor een kind. Omdat ik zelf al erg geïnteresseerd ben in de omgang met kinderen en zéér geïnteresseerd ben in het

turnen zelf was dit een erg leuke ervaring. De groep was erg gezellig en ondanks dat de cursus toch 4 uur van de zaterdag in beslag nam, was elke lesdag snel om.

Naast de 9 lessen die je met de hele groep volgde, moest je ook een aantal praktijkuren draaien. Dit heb ik bij de jongste meisjes van de selectie gedaan. Ook dit was een leuke ervaring.

De 2 theorietoetsen en de 2 praktijkexamens heb ik goed afgesloten. Ik ben dus geslaagd voor de cursus! Met het officiële diploma dat ik nu heb, mag ik gaan assisteren bij de recreatiegroepen. Op dit moment ben ik nog erg druk, maar als het qua tijd beter uitkomt ben ik zeker van plan om bij een groep te gaan staan. Lijkt me echt heel erg leuk!

Als je erg van de sport houdt en het leuk vindt om met kinderen om te gaan, raad ik deze cursus zeker aan! De minimale leeftijd is 14 jaar en er zit geen maximum aan. Ook volwassenen zaten er in de groep, dus als er nog enthousiaste moeders zijn.....! ☺"

Milou van Assen

Onderlinge springproeven K&L op 18-12-2010



Op 18-12-2010 hield K&L haar jaarlijkse springproeven. Ruim 120 leden (recreatie en selectie) lieten op de diverse sprongonderdelen zien. Voor de beste deelnemers in de diverse niveaus lagen er medailles klaar. De dagprijs (hoogste gem. resultaat van de dag) ging dit jaar naar Bianca Volkers. Tussen de ochtend- en middagwedstrijd in waren er leuke demonstraties van onze 4 dancegroepen. Een geslaagde dag! Voor alle uitslagen en foto's: www.kwiekenlenig.nl (onder "nieuws/actueel").

De recreatieve

medaillewinnaars, jongens (incl. selectie) en meisjes:

Niveau 17 heren/Recreatief R3: 1. Daniëke Wink 2. Eva Boone 3. Lorien Otten
Niveau 16 heren/Recreatief R2: 1. Eva Teekens 2. Eline Rozema
Niveau 15 heren/Recreatief R1: 7 en 8 jr): 1. Pien Holterman 2. Tessa Mulder 3. Fabienne Cheuk-A-Lar
Niveau 15 heren/Recreatief R1: (9 jr) 1. Bianca Volkers 2. Anna Freriks 3. Aron Praat 4. Eva Guiting 5. Annabelle van Benthem
Niv. 15/14 heren/Recreatief R1: (10 en 11 jr) 1. Jeffrey Westerop(14) 2. Anna van Zomeren(15/R1)
Niveau 12: 1. Keren Betale 2. Zoe Erkelens 3. Latifha Balorian
Niveau 11: 1. Nikki Plantinga 2. Mitra Mehr 3. Davey Tiebosch
Niveau 10/8: 1. Theo Mesplou (10)

De medaillewinnaar van de springgroep:

Niveau 9/8: 1. Kirsten Alkema (8)

De dames turnselectie medaillewinnaars:

Niveau 11: 1. Ellen van der Vegt 2. Eva Swienink
Niveau 10: 1. Mandy Heemstra
Niveau 9: (pupil 1/Instap) 1. Suzan Plat (instap)
Niveau 9: (pupil 2) 1. Lobke van Dijkhuizen
Niveau 8: 1. Ezra Ridder
Niveau 7: 1. Lise Drost en Hanne Haverkort
Niveua 6/5: 1. Chantal Brand (5)

Bianca Volkers (AA-landen, trainster Hetty Gerritzen) had de hoogste gemiddelde score en won de beker.

Regionale turnwedstrijden

Selectie damesturnen, 3^e, 4^e en 5^e divisie

Verschillende turnsters van de selectie van K&L hebben deelgenomen aan plaatsingswedstrijden in de 3^e en 4^e divisie deelgenomen. Voor sommige turnsters was het pas hun eerste regionale wedstrijd. Toch wisten ze zich op hun eigen niveau te plaatsen voor de regionale finales. De finales voor de 3^e divisie staan op 26-02-2011 gepland in Hardenberg en op 05-03-2011 in Hasselt voor de 4^e divisie. De meiden hebben tijdens de wedstrijden prima oefeningen laten zien op vloer, sprong, brug en balk. Suzan Plat (instap niv. 9) was de eerste die zich voor de finale plaatste, dankzij goede optredens op 11-12-2010 en 08-01-2011. Op 15-01-2011 volgden Maren Bos (pupil 1 niv. 9), Nienke Dijk, Hanne Haverkort en Lise Drost (jeugd niv. 7), Milou van Assen (junior niv. 6) en Chantal Brand (senior niv. 5). De allermooiste en beste klassering was er echter voor Mandy Heemstra. Zij werd op instap niv. 10 met een eerste plaats beloond. Resultaten om trots op te zijn!

De plaatsingswedstrijden van onze turnsters in de vijfde divisie vinden plaats op 12-02-2011 in Ens.

Selectie herenturnen

Op 22-01-2011 vond de eerste plaatsingswedstrijd voorgeschreven oefenstof in Rijssen plaats (jongensselectie). Het was een gezellige en zeker ook leerzame wedstrijd. Tijdens de eerste wedstrijd kwamen João, Jaël, Jop en Jeffrey in actie. Het was voor hun allemaal hun eerste regionale wedstrijd en daardoor dus ook spannend. Ze waren goed geconcentreerd en haalden daarom ook goede resultaten. João en Jaël streden tegen elkaar. Ze eindigden als 5^e en 6^e. Jop veroverde de 6^e plek. Jeffrey kwam net te kort voor een podiumplek. Hij eindigde als 4^e. Tijdens de tweede wedstrijd moesten de jongens hard werken om op het hoogste niveau van deze dag mee te kunnen komen. Wasim, Theo, Thom, Davey, Bram, Daniel en Hidde lieten zich van hun beste kant zien. Het deelnemersaantal lag in de meeste niveaus erg hoog. Voor de meesten dit keer helaas geen podiumplek. Bram werd 1^e en haalde als enige de gouden plak! Op naar de finale op 12-03-2011. Met 11 deelnemers zorgen we zeker voor een vervolg!



Dance K&L in Wijkcentrum de Enk, Assendorp

Op 08-01-2011 gaven dansgroepen van K&L de aftrap voor de eerste open dag in het vernieuwde wijkcentrum. Er waren verschillende dansdemo's onder leiding van

Annemarije

Mulder. Naast de demonstratie was er een infostand van K&L aanwezig.



Turnproeven K&L 02-04-2011

De jaarlijkse turnproeven van K&L vinden plaats op 02-04-2011 in de BDG hal in Zwolle-Zuid).

Zwolsche Turnkampioenschap (ZTK) 21-05-2011

Op 21-05-2011 zal in de BDG hal de ZTK worden gehouden. 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 2003 of in 2004 zijn geboren kunnen ook meedoen (pre-instappers). De deelnemende verenigingen: K&L, Hercules, Sparta en Turnlust. Nadere informatie over het ZTK volgt nog.

Vraag en aanbod

K&L heeft op haar website een rubriek vraag en aanbod van tweedehands (heren/dames) turnkleding van K&L. Oproepjes, eventueel met foto, graag voorzien van zo veel mogelijk details over de maat, het pakje (paars / oranje / selectie) en van e-mailadres of telefoonnummer. Aanvragen via j.gerner@tiscali.nl.

Bondscontributie

De bondscontributie wordt met ingang van 2011 apart van de leden geïnd naast de contributie. Behalve de jaarlijkse indexatie wordt de contributie van K&L in 2011 overigens niet verhoogd.

De volgende nieuwsbrief verschijnt in april 2011