

Nieuwsbrief Nummer 35 – oktober 2013

Vakanties/geen les:

Herfstvakantie: 21 t/m 25 oktober.
Kerstavakantie: 23 december t/m 3 januari.

Onderlinge Springproeven

De springproeven zijn op 21 december 's middags in de Aquariumzaal Hogeschool Windesheim. Nader bericht volgt via de lessen.

Voorstellen

Ik ben Nadine Chamuleau, 20 jaar en ik studeer psychomotorische therapie aan de CALO aan het Windesheim. Ik woon nu 1 jaar in Zwolle en ik vind het een leuke stad. Ik heb zelf 10 jaar geturnd en ik vind het heel leuk om nu de lessen in de Werkschuit voor 6-10 jaar en 10 jaar en ouder te verzorgen.



Hallo,
Mijn naam is Jennie Bruining en ik ben 19 jaar oud. Ik woon in Zwolle en studeer aan het Windesheim. Ik doe de opleiding Psychomotorische Therapie en Bewegingsagogie. Ik vind gymnastiek erg leuk en ik heb zelf ook 14 jaar aan gymnastiek gedaan. Naast mijn middelbare school heb ik mijn C-licentie behaald en hierdoor kan ik nu bevoegd lesgeven. Ik geef op dit moment al drie jaar zelfstandig les. Ik assisteer donderdag bij de turngroep op de CALO en geef vrijdag les in de Weijenbelt. Ik vind het erg leuk om de lessen te verzorgen en kijk uit naar dit jaar.
Groetjes Jennie Bruining



Grote Club Actie

De Grote Clubactie 2013 is weer van start gegaan. Ook Kwiek en Lenig doet dit jaar met een aantal groepen mee. We gaan proberen om door middel van het verkopen van loten, die €3,00 per stuk kosten en waarvan 80% voor de vereniging is,

onze verenigingskas wat aan te vullen. Dat geld kunnen we goed gebruiken voor bv. aanschaf materialen.

Deelnemende leden hebben inmiddels een verkoopboekje ontvangen waarmee ze loten kunnen verkopen aan bv ouders, opa's en oma's, familie, burens of andere belangstellenden. Ieder lot maakt kans op een kleine of grote(re) prijs. De grote Clubactie zelf stelt ieder jaar mooie prijzen ter beschikking voor de beste lotenverkopers en ook wij als vereniging belonen de 3 beste lotenverkopers met een leuke prijs.

We hopen dat iedereen die meedoet probeert zoveel mogelijk loten te verkopen. Succes!



Jongensturnen

De trainers zijn uitgerust, de turners hebben vakantie gehad, dus het magnesiumpoeder kan weer gaan stuiven in de sporthal van het Deltion College.

De jongens gaan er weer tegenaan in dit nieuwe seizoen. Zoals bij elke zomer, hebben we in september weer een nieuwe pool van turners. Trainers Jovan Avramoski en Janneke Brinkman zijn van plan om de training van één maal per week uit te breiden met een tweede trainingsdag. Hoe en wat, betreft deze uitbreiding, houdt u nog van ons tegoed.

De nieuwe selectieturners zijn David Kranenburg (9), Stein Dijkstra (7), Jordan Koning (8) en Loek van Vilsteren (10), welke deelnemen aan de wedstrijden die eind november van start gaan. Het nieuwe promo-materiaal van de jongens is klaar en te zien op http://www.youtube.com/watch?v=vd39dj_NSiw

Kortom, ze zijn er klaar voor!

Wedstrijdseizoen selectie turnen dames 2013-2014

De dameselectie is sinds half augustus alweer hard aan het trainen voor een nieuw seizoen. Ook dit seizoen zullen er weer veel turnsters in actie komen tijdens wedstrijden in de 3^e en 4^e divisie.

Half oktober zullen de allerjongste meisjes hun eerste officiële toernooi turnen in Kampen om zo wedstrijdervaring op te doen in de regio. Begin november zullen er 2 teams van K&L deelnemen in Winterswijk aan de teamkampioenschappen van regio Oost. Erg leuk voor de turnsters om eens met elkaar te turnen in plaats van tegen elkaar!

In december start het officiële wedstrijdseizoen van de 3^e divisie met de eerste plaatsingswedstrijd in Almelo. Een maand later turnen de 4^e divisieturnsters hun plaatsingswedstrijd in Ens. Zij hopen allemaal een plek in de finale en eventueel districtfinale te kunnen bemachtigen. De turnsters en trainers gaan voor een sportief en goed nieuw seizoen!

Dames conditie/fitness-gymnastiek

Wij willen ons even voorstellen!!!

We zijn de dames van de conditiegymp op dinsdagavond in de sporthal aan de Zwarteweg. We sporten van 20.00 – 21.00 uur onder begeleiding van Ellen Hiemstra. Mede door haar manier van lesgeven word je gemotiveerd om door te gaan.

Deze dames gym is voor alle leeftijden en onze oudste gymfanaat is 70+. Veel dames zijn al jaren lid. Iedereen is erg enthousiast over de gym. We hebben een gezellig clubje met dames die lekker aan het sporten/gymmen zijn. Iedereen doet dat op zijn eigen niveau. Ellen Hiemstra past de oefeningen aan zodat iedereen mee kan sporten.



We beginnen met hardlopen als warming up om de spieren goed warm te maken. Daarna doen we BBB spieroefeningen (borst, billen, buik).



Elke week is er een andere gymles. Een toestellencircuit of aerobics en als afsluiting een balspel waarbij erg veel gelachen wordt.

Sportieve groet, Romy Vaartjes

Start seizoen 2013-2014 niet zonder slag of stoot

Als bestuur word je bij de start van het nieuwe seizoen elk jaar wel geconfronteerd met vertrekkende leiding. Het zoeken naar nieuwe invulling blijft een hele klus. Vaak komt de vraag naar boven: hoe lossen wij dit weer op naar tevredenheid van de leden?

Enkele praktijkgevallen binnen Kwiek en Lenig:

Ma. 15.45-16-30 uur Ouder-/kindgym Stadshagen: Monique Beestman moest er mee stoppen, maar heeft toch nog weer 3x lesgegeven. Daarna hebben het 2 ouders het gedaan. Uiteindelijk is een nieuwe leidster gevonden: Violeta Cantizani.

Di. Berkum: Voor beide groepen hadden wij leidster Jennie Bruining gevonden. Eind augustus gooide haar lesrooster aan de CALO roet in het eten. De enige oplossing was om de groepen te verplaatsen naar de vrijdag 16.00-16.45 en 16.45-17.45, omdat verschuiven op dinsdag geen optie en andere dagen de zaal niet beschikbaar was..

Di. Aalanden: Voor beide groepen hadden wij leidster Nadine Chamuleau gevonden. Ook haar lesrooster aan de CALO gooide roet in het eten. De oplossing was om de lessen een half uur te verschuiven naar 18.00-19.00 en 19.00-20.00 uur.

Di. Stadshagen: Martje is er mee gestopt en wij hadden gesprekken met 2 mogelijke opvolgsters die dachten bij hun Windesheimopleiding iets te kunnen regelen, zodat ze vanaf 15.45 uur beschikbaar konden zijn. Uiteindelijk lukte dat helaas niet. Tot en met 17 sept. heeft Jennie Bruining ons voortgeholpen, omdat de gymzaal later op de avond nog beschikbaar was want Tyfoon handbalde nog buiten. Maar dat is nu niet meer mogelijk en is de zaal na 18.00 uur niet meer beschikbaar voor ons. Jacqueline Gerner heeft toen lesgegeven op de oude tijden (15.45-17.45 uur). Inmiddels is bekend dat Annelous Pennekamp de lessen vanaf komende week kan overnemen..

Wo. en Do. Freerunning in Deltioncollege: Martijn, Michel, Lucas, Daan en Koen moesten om diverse redenen stoppen. Gelukkig kon Marijn de Jong (Marijn@wemove-stunts.nl) de lessen met zijn collega's overnemen. Ook altijd aanwezige leider is Gokhan Destina. Lestijden beide avonden zijn nu van 18.00-19.30 uur en 19.30-21.00 uur.

Het bestuur hoopt op begrip zowel bij leden als ouders/verzorgers voor bovenstaande situaties en dat het geen afbreuk zal hebben op het sportplezier. Daar gaat het uiteindelijk om!

Dubbele contributie geïnd over oktober??

Door een vergissing is de contributie over september eind augustus niet geïncasseerd. Als gevolg daarvan is eind september zowel de contributie over september als over oktober geïncasseerd. Er is dus geen dubbele contributie over oktober geïnd (zie omschrijving). Onze excuses voor het ongemak.

De penningmeester.

De volgende nieuwsbrief verschijnt voorjaar 2014