



NIEUWSBRIEF SGV VLUGHEID EN KRACHT

Sport- en gymnastiekvereniging Vlugheid & Kracht Laren Blaricum

www.vlugheidenkracht.com

Postbus 11, 1260 AA Blaricum

Opgericht 1909 / Lid K.N.G.U.

Rabobankrekening 30.84.55.878

Nummer 1, april 2010

Beste leden, ouders/verzorgers,

Voor jullie ligt de eerste papieren nieuwsbrief van Vlugheid en Kracht. Met deze brief brengen wij u op de hoogte van de laatste ontwikkelingen binnen onze club. Veel leesplezier! Voor meer info kunt u terecht op onze uitgebreide website.

Bestuur en trainers V&K

Bestuurswissel & oproep

Wellicht heeft u het al op de site gezien: het bestuur is gewijzigd qua samenstelling. Per 1 januari j.l. hebben zowel de secretaris Dick Ahles als de voorzitter Marcel Aldewereld het bestuur verlaten wegens drukke werkzaamheden. Jamila Chellioui moest stoppen met de ledenadministratie wegens gezinsuitbreiding. Het bestuur bestaat nu uit: Arnout Dijkman, penningmeester en Simone Vierstra, voorzitter. We zijn op zoek naar mensen die het V&K team willen versterken voor:

- 2e penningmeester
- ledenadministratie (er is een nieuw handzaam digitaal systeem)
- helpen maken van het clubblad
- PR activiteiten (flyeren, pers)
- sponsorcommissie

U draagt de 100-jarige grande dame V&K toch ook een warm hart toe? Neemt u dan a.u.b. contact op met penningmeester Arnout.DIJKSMAN@rbs.com of voorzitter simone.vierstra@planet.nl.

Zumba bij V&K!

Uiteraard heeft V&K ook de nieuwste trends op sportgebied in huis. Op maandagavond kunt u in de gymzaal van de Gooische School aan de Standelkruid in Laren terecht voor een stevige Zumba-les. Onze nieuwe docente Jasmijn Pang-Atjok geeft van 19-20 uur leuke trainingen. Zij is tevens onze nieuwe Bodyshape-juf. Na de onverwachte verhuizing van Monique Caris uit onze regio, zaten onze trouwe Bodyshape-dames zonder trainster. Inmiddels zijn ook zij onder leiding van Jasmijn weer lekker aan de slag. Bent u wat ouder, en wilt u in een gezellige groep aan uw conditie werken, neem twee proeflessen Bodyshape! Kijk op onze site voor meer info.

V&K-Clubkampioenschappen

Dit jaar zijn er helaas geen clubkampioenschappen gehouden. De organisatie van dit evenement is een tijdrovende klus, zeker na ons intensieve jubileumjaar. We hebben een tekort aan man/vrouwkracht, met name juryleden om dit evenement vlekkeloos te laten verlopen.

Opleidingen

Van je passie je werk maken kan door een KNGU opleiding te volgen! Wie weet train je later je eigen groep. De V&K-selectieturn(st)ers Bo van den Bor (al jaren lid van de A-selectie) en Coen den Haan (sinds twee

jaar lid van V&K en ALO-student) gaan deze stap maken. Vanaf 15 mei gaan zij op zaterdag de B-selectie meisjes training geven. Ze worden opgeleid via het YOUR TURN-project van de KNGU en Anouk Wallenburg is de begeleidster.

Jurycursussen

Bij de KNGU kunnen ook **jurycursussen** gevolgd worden. Het is erg belangrijk dat V&K dit aanbiedt omdat we als vereniging *verplicht* zijn juryleden te leveren bij wedstrijden. Zonder juryleden kunnen onze turn(st)ers niet meedoen aan wedstrijden! Zie www.kngucampus.nl voor meer informatie. Info over jurycursussen in de regio is verkrijgbaar bij Anouk en Saskia Wallenburg.

Diploma voor Saskia

V&K heeft er overigens weer een gediplomeerd jurylid bij. Saskia Wallenburg is geslaagd voor haar jury-examen keuzeoefenstof in Alkmaar! Da's natuurlijk hartstikke fijn, maar Saskia is natuurlijk niet degene die voor V&K uitgebreid kan jureren. Haar weekenden worden nu al helemaal bezet door het begeleiden van turnsters op wedstrijden en geven van trainingen. Dus ouders, neem uw verantwoordelijkheid en volg een jurycursus!

Zomerfeest en Algemene Leden Vergadering

Op zaterdag 26 juni wordt het seizoen feestelijk worden

afgesloten met een groots turnfeest bij de familie Stelling aan de Molenweg in Laren (u weet wel, die prachtig verbouwde boerderij met zwembad!). Terwijl de turn(st)ers van V&K demo's voorbereiden, zijn hun ouders van harte welkom op de Algemene Leden Vergadering. Wat er die dag verder gebeurt, is een verrassing. Dus graag vast noteren in de agenda.

Opbrengst sponsorloop

De opbrengst is € € 1919,36 en wordt besteed aan toestellen. Alle deelnemers en sponsors, hartelijk dank voor jullie grote inzet!

Vakanties

In verband met meivakantie, Pinksteren en de Avondvierdaagse in Laren is er geen training op de volgende dagen:
Maandag 3, 10, 24 en 31 mei.
Donderdag 6 en 13 mei en 3 juni.
De selectie traint niet van 30 april t/m 14 mei. Selectieturn(st)ers moeten wekelijks de website checken voor hun exacte trainingsdagen en -tijden!

V&K twittert!

V en K is de eerste turnclub met een eigen twitter. Volg V&K op www.twitter.com/vlugheidkracht
Lees live updates van trainingen en wedstrijden.

Sjoerd naar het NK!

Net als vorig jaar heeft Sjoerd van Veldhuizen (10 jaar), zich direct geplaatst voor NK! Dat deed hij op 17 april tijdens de halve finale in Volendam.

Een opvallende prestatie. Sjoerd turnde vorig jaar goed mee in de tweede divisie. Op basis van zijn vorderingen en het behaalde goud bij de NK Nationale Teamcup (met team van O&O uit Zwijndrecht), is Sjoerd dit seizoen gepromoveerd in de Talentendivisie, dé turntop van Nederland. Ook daar blijkt hij een veelbelovend deelnemer, bleek zaterdag.



Zilver voor Anoeska

Zowel Bo van den Bor als Anoeska Steenaart zijn in bloedvorm en turnen beide een hele strakke wedstrijd op 17 april tijdens de regiofinale. Anoeska scoort getrouw het zeer welverdiende zilver en plaatst zich voor de districtsfinale. Bo zit met 0,10 punt net niet bij de

directe plaatsing. Zij staat op de lijst als eerste reserve. Fantastisch geturnd meiden!

Goud voor Li-Ann, zilver voor Elisa en brons voor Sophie

Voor veel van de V&K-girls was het Hilversums Turnkampioenschap op 3 april de eerste echte wedstrijd. Li-Ann Schaapherder, Elisa Tiel en Sophie Padmos nemen gelijk tijdens hun debuut het erepodium in beslag met respectievelijk goud, zilver en brons. Knap gedaan!

Op de film met Ernst en Bobbie

Binnenkort start CTM-Productions met de opnames van een nieuwe film 'Ernst en Bobbie en het geheim van de Mont Rossa'. Voor bepaalde scènes doen ze een beroep op figuranten met een circus- of gymnastenopleiding.

Op 3, 4 en 5 mei hebben ze opnames in de regio Hilversum en daarvoor zijn ze nog op zoek naar een heleboel enthousiaste kinderen (leeftijd 6-14 jaar) - voornamelijk jongens. Kinderen in kleurrijke pakjes met hoepels, linten, kegels,... Vrolijke kinderen die radslag doen. Zie de website www.vlugheidenkracht.com bij nieuws.

