



Jaarverslag 2017 Gymnastiekvereniging K & V

In het afgelopen jaar is er weer veel gebeurd binnen de vereniging als het gaat om activiteiten, bestuurswisselingen, lessen die zijn gestopt, maar ook nieuwe lessen, optredens, wedstrijden, uitvoering etc.

We zijn helaas gestopt met de lessen Streetdance voor de jeugdleden. Met het vertrek van de oudere meiden en te weinig aanwas vanuit de jongste jeugd was het niet meer haalbaar om deze lessen in stand te houden. Wel zijn we gestart met Streetdanceslessen voor volwassenen.

Op 6 april jl. hebben we tijdens de ALV afscheid genomen van Andrea van Tuyl, sinds 2014 bestuurslid en later penningmeester. Tijdens dezelfde vergadering zijn Anne Meinders, Hermien Veen en Hennie Koopman als bestuurslid geïnstalleerd. Heida Snijder is als penningmeester benoemd. De functie van voorzitter is nog steeds vacant.

In 2017 zijn er vele activiteiten georganiseerd door en voor de club, zoals Samenloop voor Hoop en de succesvolle Clubkampioenschappen op 4 november 2017.

We hebben de collecte voor Jantje Beton overgedragen aan de OBS de Hekakker.

Leden

K&V had op 1 januari 2017 170, waarvan 75 senior leden, 80 jeugdleden en 15 jeugdselectieleden.

Per 31 december 2017 waren er 195 leden, waarvan 90 senior leden, 92 jeugdleden en 13 jeugdselectieleden.

Contributie

De contributie voor het seizoen 2017 bedroeg per maand:

junioren (tot 18 jaar)	€ 12.50 (1 onderdeel)	€ 21.50 (2)	€ 28.75 (3)
senioren	€ 14.75 (1 onderdeel)	€ 24.50 (2)	€ 33.50 (3)
selectie turnen	€ 17.25		

Er geldt een opzegtermijn van één volle kalendermaand.

Bestuur

Het bestuur bestond in 2017 uit:

Vacant	voorzitter
Heida Snijder	penningmeester
Margriet Bouma	secretaris
Gina Wanders	ledenadministratie
Anniqve Hofsteenge	lid

Hermien Veen	lid
Hennie Koopman	lid
Anne Meinders	lid

Activiteitencommissie

De activiteitencommissie is in het najaar qua samenstelling gewijzigd. Tot september bestond de commissie uit:

Afien Baving
Janny Barkhuis
Barbara Kalb
Sandra Huizenga

De nieuwe activiteitencommissie heeft de volgende leden:

- Greta Venekamp
- Miep Steenbeek
- Anne Meinders

Afien Baving blijft verantwoordelijk voor de Nieuwsbrug.

Er is een Nieuwsbrug verschenen in mei en november 2017 met ook opgenomen alle relevante informatie over K&V.

De activiteitencommissie van K&V organiseert regelmatig leuke activiteiten voor de leden van K&V. In 2017 was dit:

- Voor toestelgym was dit een bezoek aan de turnhal in Vries;
- De kinderen van Sport- en Spelgym zijn naar de survivalbaan in Norg geweest;
- En de dansgroepen hebbe geskied in Roden.

De turnselectie heeft in het weekend 20 en 21 mei 2017 meegedaan aan Updiggin. Updiggin is een theatervoorstelling rondom een actueel/maatschappelijk thema en reist in de regio langs diverse plekken. Het voorprogramma van deze voorstelling werd lokaal ingevuld door verenigingen, particulieren of andere organisaties met diverse acts en bijdragen. Onder leiding van Zwanet was een prachtige oefening ingestudeerd door de meiden van de selectie.

Ook hebben we als vereniging meegedaan aan de Wandelvierdaagse en Samenloop voor Hoop in juni 2017.

Wervingsactie vrijwilligers

In het voorjaar van 2017 heeft een aantal bestuursleden de cursus Meer Vrijwilligers in Kortere Tijd gevolgd via Sport Drenthe. Met de ervaring van onze tweejaarlijkse uitvoering, hebben wij gemerkt dat het belangrijk is om als vereniging over voldoende vrijwilligers te beschikken. Niet alleen voor de uitvoering, maar ook voor andere activiteiten en werkzaamheden voor onze vereniging. Dus de keuze is gemaakt om hier extra op in te zetten.

Onder de titel 'Waag de Sprong' is er een wervingsactie opgezet waarbij alle leden een flyer hebben ontvangen. Met als motto 'Laat onze vereniging groeien en bloeien hebben alle leden een zakje met zonnebloempitten ontvangen waaraan een wedstrijd van de hoogste zonnebloem was gekoppeld. Tijdens een belavond zijn alle leden gebeld met de vraag of ze actief willen worden/zijn voor de vereniging op diverse terreinen. Hierop hebben een aantal leden positief gereageerd.

Lessen en leiding

Lessen volwassenen

Afien Baving verzorgt op maandagmorgen de lessen keep fit en pilates en op de maandagavond BBB en steps voor volwassenen. Het aantal leden bij deze lessen blijft redelijk constant. Na een terugloop bij de leden voor steps, is dit aantal in 2017 weer toegenomen.

Sjoeke Zuiderdorp verzorgt pilates en conditietraining/stuitvolleybal op de dinsdagavond. Ook deze groepen hebben een constant aantal leden. Helaas was het in 2017 niet mogelijk om de lessen conditietraining op te nemen in het programma Beweegreden.

Nieuw in 2017 is het aanbod Sportief Wandelen. Dit is ontstaan vanuit het programma Beweegreden van Beweegdorp Norg. Afien Baving verzorgt iedere dinsdagochtend een wandelprogramma met ook een stukje conditietraining.

Sportief Wandelen is duidelijk anders dan gewoon een stukje lopen. De training is gericht op het verbeteren van conditie en wandeltechniek. Om dit te bereiken worden er onderweg oefeningen gedaan. Denk hierbij aan duur- en intervaltraining en aanwijzingen over looptechniek en lichaamshouding. Krachttraining staat ook regelmatig op het programma, waarbij we onderweg gebruik maken van bijvoorbeeld bomen, bankjes of ons eigen lichaamsgewicht. Vast onderdeel van de les is ook een spelelement (vaak met dobbelstenen en/of pionnen), waarbij je niet allen flink moet lopen, maar ook veel plezier hebt.

Sportief Wandelen is een laagdrempelige activiteit die uitermate geschikt is voor mensen die herstellende zijn van een ziekte of een blessure en hun conditie weer op peil moeten brengen. Ook fitte mensen zijn van harte welkom! Het maakt eigenlijk helemaal niet uit hoe het met je basisconditie gesteld is, door te differentiëren in de training gaat iedereen met een voldaan gevoel naar huis.

Toestelgym en turnselectie

Zwanet Bus verzorgt al geruime tijd de lessen toestelgym en turnen. Deze lessen mogen zich verheugen in een grote belangstelling! Het aantal leden van met name de jongste groepen is enorm gestegen. Ook neemt de belangstelling bij jongens toe voor gymnastiek. Zwanet Bus wordt bij de lessen ondersteund door Tess Kersaan en Nadine Zwaneveld. In het voorjaar was er de deelname aan de recreatieve gymcompetitie door 25 jeugdleden met mooie prestaties.

In het jaar worden gehouden voor alle groepen toestelgym en turnen. Begin december zijn de aanmeldingen voor de recreatieve gymcompetitie 2018 weer ingeleverd en zijn er maar liefst 37 deelnemers namens K&V.

De selectiegroep turnen had in 2017 13 leden in leeftijd variërend van 9 t/m 17 jaar. Een aantal leden hebben de overstap gemaakt naar de selectie vanwege goede resultaten tijdens de recreatieve wedstrijden. De lessen voor de turnselectie worden gegeven door Zwanet Bus.

In 2017 is de keuze gemaakt voor een nieuwe gymkleding zowel voor de meisjes als de jongens. Het nieuwe gypakje heeft een mooie en frisse uitstraling.

Dans

Helaas zijn de danslessen voor de jeugdleden gestopt met ingang van 1 september 2017. Dit in verband te weinig leden. Ook de dansselectie is gestopt omdat veel jeugdleden naar het middelbaaronderwijs zijn gegaan. Wel is er een nieuwe groep volwassenen gestart met Streetdancelessen onder leiding van Monique Wolters.

Sport- en spelgym

Jos Hindriks verzorgt de lessen sport- en spelgym aan de kinderen van de groepen 1 t/m 8 van de basisschool. Verspringen, stoeien, trampolinespringen, mik- en tikspelen, ring- en touwzwaaien, bal- en netsporten, klimmen en klauteren, freerunning en turnen. Voorbeelden van lessen die het afgelopen jaar zijn gegeven en de kinderen van sport- & spelgym kunnen het allemaal. De jongste groep leert de basis en de oudere groepen worden uitgedaagd om elkaar hier beter in te maken. Samenwerken is dan ook erg belangrijk en plezier staat voorop. Vanaf 1 september t/m 31 december 2017 zijn de lessen verzorgd door Jur Maatman vanwege een roosterwijziging bij Jos Hindriks.

Er is nog altijd ruimte voor meer kinderen waardoor het op prijs wordt gesteld als leden hun vriendjes en vriendinnetjes meenemen naar sport- & spelgym. Ook ouders kunnen hierin stimuleren.

Activiteitenladder

In samenwerking met de cultuurcoaches en buurtwerkers wordt de activiteitenladder voor de basisscholen, peuterladder en jongerenactiviteiten vormgegeven in Norg en omgeving.

In 2017 hebben we de lessen sport- en spelgym aangeboden via de activiteitenladder waar 10 deelnemers aan hebben meegedaan. Hiervan zijn een aantal ook lid geworden van onze vereniging.

Openbare kijklessen

In 2017 is besloten om in 2018 2 keer per jaar openbare kijklessen te organiseren voor toestelgym en sport- en spelgym. Naast de openbare les organiseert Jos Hindriks voor sport- en spelgym ook nog een vriendjes- en vriendinnetje les.

Recreatieve gymcompetitie

Ieder jaar wordt de recreatieve gymcompetitie gehouden waaraan nu al 16 gymnastiekverenigingen meedoen met in totaal ruim 300 deelnemers uit Friesland, Groningen en Drenthe! Vanuit K&V deden dit jaar 25 jeugdleden mee in de categorieën gymnastiek en turnen.

Op 4 en 18 maart en 1 april jl. zijn wedstrijden gehouden in Gieten en Roden. Tijdens deze competitie zijn 24 medailles gehaald door de jongens en meiden van de vereniging. Namens K&V waren de juryleden: Ina Kremer, Berrina Spithost, Irene Louters en Karin van Engelenhoven.

De uitslagen voor K&V:

4 maart 2017

Goud voor Joël Folkers bij jongens gym 8/9 jaar, Jennifer van den Boogaard bij meisjes gym 10 jaar, Joyce van den Boogaard bij meisjes gym 12/13 jaar, Maura Kemker bij meisjes turnen 9 jaar en Irene Kuipers bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

Zilver voor Dagmar Goos bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

Brons voor Tess Louters bij meisjes gym 10 jaar, Linde Nijboer bij meisjes turnen 9 jaar en Nadine Zwaneveld bij meisjes turnen 12/13 jaar.

18 maart 2017

Goud voor Joël Folkers bij jongens gym 8/9 jaar, Maura Kemker bij meisjes turnen 9 jaar en Dagmar Goos bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

Zilver voor Esmee Schadenberg bij meisjes gym 6 jaar, Joyce van den Boogaard bij meisjes gym 12/13 jaar en Linde Nijboer bij meisjes turnen 9 jaar.

Brons voor Tess Louters bij meisjes gym 10 jaar en Irene Kuipers bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

1 april 2017

Goud voor Joël Folkers bij jongens gym 8/9 jaar, Maura Kemker bij meisjes turnen 9 jaar en Dagmar Goos bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

Zilver voor Yennifer van den Boogaard bij meisjes gym 10 jaar, Linde Nijboer bij meisjes turnen 9 jaar en Emma Bazuin bij meisjes turnen 14 jaar en ouder.

Brons voor Yoyce van den Boogaard bij meisjes gym 12/13 jaar

Overall winnaars 2017: Joel Folkers, Yennifer van den Boogaard, Maura Kemker en Dagmar Goos.

Clubkampioenschappen

Zaterdag 4 november jl. stroomde de gymzaal bij OBS de Hekakker vol voor de clubkampioenschappen van Kracht & Vriendschap. Deze kampioenschappen worden een keer per twee jaar georganiseerd afwisselend met de uitvoering.

Maar liefst ruim 50 jeugdleden deden mee aan de kampioenschappen in diverse leeftijdscategorieën voor turnen en gymnastiek. Tijdens de oefeningen lieten de kinderen zich van hun beste kant zien op zowel lange mat, spanbrug, rekstok, brug ongelijk, sprong en balk. En was er volop concentratie tijdens de

wedstrijden en keek het publiek ademloos toe. Het was een prachtig gezicht om zoveel kinderen met veel enthousiasme en plezier te zien turnen op de diverse onderdelen. Natuurlijk met enige zenuwen en spanning van tevoren, maar dat hoort erbij! Onder luid applaus van alle aanwezigen zijn de prijswinnaars gehuldigd en hebben alle deelnemers een diploma en vaantje ontvangen.

Dagmar Goos en Merle Rozema mogen zich de komende twee jaar clubkampioen overall noemen. Dagmar is clubkampioen turnen en Merle is clubkampioen gymnastiek.

Met dank aan onze oudere jeugdleden, bestuursleden, juryleden en trainster Zwanet Pater kunnen wij terugkijken op een geslaagd clubkampioenschap. Ook bedanken wij Jaap Spithost van Coop Spithost voor het sponsoren van het eten en drinken voor alle jeugdleden en iets lekkers bij de koffie en thee voor de volwassenen.

Hierbij de uitslagen in alle categorieën:

Turnen

Meisjes 8/9 jaar

1^e prijs Nikki Stevens

Meisjes 10/11 jaar

1^e prijs Maura Kemker

2^e prijs Linde Nijboer

3^e prijs Robin van Tuyl

Meisjes 12/13 jaar

1^e prijs Nadine Zwaneveld

2^e prijs Tess Kersaan

Meisjes 14 jaar en ouder

1^e prijs Dagmar Goos

2^e prijs Emma Bazuin

3^e prijs Irene Kuipers

Gymnastiek

Meisjes 6 jaar

1^e prijs Eske Lowes

2^e prijs Niene Klaasse

3^e prijs Widad Boonstra

Meisjes 7 jaar

1^e prijs Lieke de Boer en
Niva van der Molen

2^e prijs Esmee Schadenberg

3^e prijs Jonne Holthuis

Meisjes 8 jaar

1^e prijs Jorinde Veneklaas
Slots

2^e prijs Haley Steenbergen

3^e prijs Sarah Buitenga

Meisjes 9 jaar

1^e prijs Jorieke Veneklaas
Slots

2^e prijs Indy Steenbergen

Meisjes 10 jaar

1^e prijs Meike Renes

2^e prijs Lotte Kaspers

Meisjes 11 jaar

1^e prijs Merle Rozema

2^e prijs Tess Louters

3^e prijs Meike Meijer

Meisjes 13 jaar

1^e prijs Amarens de Jong

Meisjes 14 jaar en ouder

1^e prijs Suzanne Langebeek

2^e prijs Roos Baving

3^e prijs Mare Kavsek

Jongens 8 jaar

1^e prijs Joost Meijer

2^e prijs Ruben Roosenburg

Jongens 9 jaar

1^e prijs Finn Lowes

Jongens 10 jaar

1^e prijs Luuk Hagenouw

2^e prijs Joel Folkers



Website en PR

De website is in 2017 ook weer verzorgd door Gezinus Wanders. Daarnaast heeft K&V een eigen Facebookpagina.

De start van 2017 stond in het teken van het werven van nieuwe leden door middel van het aanbieden van gratis lessen in januari. Dit heeft bij de diverse groepen nieuwe leden opgeleverd.

Ook zijn er posters gemaakt met het totale lesaanbod van K&V en hebben alle leden flyers ontvangen om te verspreiden.

PR

We hebben dit jaar regelmatig stukjes aangeleverd bij de Norger Courant.

- Verslag Clubkampioenschappen;
- Diverse verslagen van de recreatieve wedstrijden;
- Diverse activiteiten van de vereniging;
- Lessen onder de aandacht gebracht zoals Sportief wandelen, Sport- en spelgym en Streetdance voor volwassenen;
- Vrijwilligersactie 'Waag de Sprong' van K&V.