



## Notulen van de

# ALGEMENE LEDENVERGADERING VAN K&V

Donderdag 26 oktober 2017

### 1. Opening

Na een kleine vertraging opent de voorzitter de vergadering.

### 2. Post en ingekomen stukken.

Er is geen post, als ingekomen stukken worden sponsorkoning en opleidingsplan aan de agenda toegevoegd.

### 3. Notulen van de ALV van 04 oktober 2016

De notulen worden goedgekeurd. Aandachtspunt is de kascontrole: deze is van vorig seizoen bijna afgerond, het is lastig om mensen te vinden die dit willen doen.

Verder zijn er nog steeds dozen met de historie van K&V er in. Ellen en Diana zullen dit uitzoeken en daarna naar Marinka verplaatsen, zodat het secretariaat van de vereniging dit in beheer kan houden.

### 4. Secretarieel jaarverslag

Het verslag is aan deze notulen toegevoegd als bijlage 1. Er wordt gevraagd naar wat de sportraad inhoud: dit is een vertegenwoordiging van de sportverenigingen naar de gemeente en behartigd de belangen van de verenigingen.

### 5. Jaarverslag van de Technische Commissie (TC)

Het verslag is toegevoegd aan deze notulen als bijlage 2.

Stefanie: 5 assistenten is te veel, er mogen maximaal 2 assistenten per les zijn.

Materialen: de dikke blauwe matten in de GRS zijn te zacht. Marinka zal dit doorgeven aan de gemeente.

Toekomst materialen: men zou graag een airtrack willen.

De facebookpagina zal komen te vervallen, er wordt een openbare facebookgroep gemaakt.

### 6. Financieel

a. Financieel jaarverslag seizoen 2016/2017: goedgekeurd

b. Begroting voor seizoen 2017/2018: goedgekeurd.

c. Verslag van de kascontrole commissie: nog niet afgerond dus afwezig.

d. Samenstelling kascontrole commissie: Pauline zal een stukje tekst maken met een oproep en Jacob vragen dit onder de leden te verspreiden.

### 7. Voorstel samenwerking turnverenigingen Oliveo en DEO

Zoals in het secretariaatsverslag ook te lezen valt, lopen de verenigingen in de gemeente tegen dezelfde problemen aan. Samenwerking lijkt wenselijk op gebied van trainers, materialen, wedstrijden, jureren, accommodatie en aanbod. Het bestuur vraagt hierbij toestemming om dit seizoen te gebruiken voor een verkenning de haalbaarheid en de voor- en nadelen van samenwerking. Hier kan dan een werkplan uit voort komen. Het bestuur krijgt toestemming van de aanwezigen.

De TC zal in hun volgende vergadering brainstormen over mogelijke punten van samenwerking en deze bundelen en naar Wopke sturen.

## 8. Vaststelling gedragscode vrijwilligers

Iedere trainer en assistent zal gevraagd worden de gedragscode te ondertekenen. Ook zullen alle volwassenen die training geven of assisteren een VOG aan moeten vragen. Dit kan via de KNGU kosteloos. Dit beleid zal ook op de website worden vermeld.

## 9. Bestuursverkiezingen :

1. Wopke van Os, Voorzitter. Termijn eindigt, stelt zich verkiesbaar en wordt unaniem herkozen.
2. Pauline Nederend, penningmeester (Termijn eindigt in 2018 ).
3. Marinka van Asselt, secretaris ( termijn eindigt 2019)
4. Pieter van der Roest, Lid (Termijn eindigt in 2018).

Er zijn vacatures voor 1-3 bestuursleden.

## 10. Sponsorkoning

De vereniging heeft zich aangemeld bij de Sponsorkoning. Dit is een initiatief vanuit Plus Sabine Zondag. Middenstanders uit Pijnacker stellen een couponboekje samen met kortingen en aanbiedingen t.w.v. 100 euro. Deze boekjes moeten dan door de vereniging worden verkocht voor 10 euro, waarvan 4,50 euro voor de club is. De club kan zelf extra's toevoegen en zo de boekjes voor meer geld verkopen. Er is gebrainstormd over de invulling hiervan. Startinleg om deel te nemen is 150 euro, we besluiten mee te doen.

Tumblingbaan 12 m	8000,-
Airtrack Superior III, 15m	5300,-
Damesbrug Club vrijstaand	4400,-
Training evenwichtsbalk 20 cm	1900,-
Open-eind minitrampoline	840,-

Demonstratie in het winkelcentrum en/of Plus. Tumbling baan, trampoline

25 euro -> boekje en toegang familieturndag

45 euro -> boekje en toegang familieturndag met familiefoto in lijst

50 euro -> verloting verrassingsmaaltijd voor een gezin verzorgd door de voorzitter van K&V

3x50 euro -> één uur vrije training voor 3 kinderen onder begeleiding van een persoonlijke trainer

250 euro -> uitgebreid kinderfeest: sportief, gezond en spannend

Een ander sponsorinitiatief is de Santa Run van de Rotary Club Pijnacker. Hier is onze vereniging voor aangemeld. We moeten met minstens 25 personen in 1 keer inschrijven, dan ontvangt de vereniging 500 euro. Het inschrijfgeld bedraagt 10 euro, de vereniging zal de helft hiervan voor zijn rekening nemen. Marinka zal een brief opstellen die de TC onder de groepen kan verspreiden.

## 11. Opleidingsplan

Het is lastig trainers te vinden. Het idee is ontstaan om onze eigen assistenten een opleiding aan te bieden en ze zo te boeien en te binden voor de vereniging. Er is niveau 1,2 en 3 mogelijk. Waarbij niveau 3 zelfstandig trainer is. De TC wordt gevraagd de assistenten te inventariseren, en wie welke opleiding zou kunnen/willen doen. Britta zal het opleidingsplan doorsturen naar de TC en bestuur.

## **12. Rondvraag**

Diana: wanneer zullen we de clubkampioenschappen plannen? We willen weer graag in de Zijde de CK houden, opties zijn 30-6-18 of 7-7-18. TC zal contact met de Zijde zoeken.

Wopke: er is brand geweest in het Bakken. Hoe zit het met de verzekering van onze toestellen mocht het echt mis gaan? Pauline geeft aan dat de vereniging zelf geen verzekering heeft. Marinka zal dit navragen bij de gemeente.

Om 22.00 uur sluit de algemene ledenvergadering. Er wordt onder het genot van een drankje nog even nagepraat.

## Bijlage 1

# Secretariaat verslag K&V Seizoen 2016/2017

Het afgelopen seizoen hebben we maximaal gedraaid als vereniging. Het ledenaantal is wel wat teruggelopen omdat we na het vertrek van enkele trainers we helaas de lessen in Delfgauw en het freerunning hebben moeten stoppen. Met de geslonken groep trainers werden alle lessen optimaal begeleid, bedankt voor alle inzet die dit vergt!

We mogen als vereniging trots zijn dat we met een kleine groep betrokken en bevrogen trainers en hun assistenten een actieve vereniging zijn, met het vierkoppige bestuur als ondersteuning. Zo is het inmiddels een traditie om samen met Deo het gymweekend te organiseren, waar dit jaar geturnd werd in de mooie turnzaal in Bergschenhoek. Ook stond het Sinterklaasfeest weer als vast onderdeel op het programma, waarbij Sint en zijn pieten altijd hartelijk worden verwelkomd. En om het plezier van turnen met de ouders en familie te kunnen delen werd er weer een familieturndag bezocht. De opkomst was enorm, en de dag was dan ook een groot succes. Als afsluiting van het seizoen waren er de clubkampioenschappen. Dit jaar voor het eerst in de turnzaal De Zijde in Bergschenhoek. Het was een mooie ervaring voor alle turnsters om in zo'n echte turnhal een wedstrijd te turnen en er werden veel sportieve successen geboekt.

Zoals gezegd, is de groep trainers geslonken. Het is tot nu toe nog niet gelukt om nieuwe trainers aan te trekken. Dit is niet alleen bij onze vereniging een probleem, maar dit hebben de verenigingen in de omgeving ook. De noodzaak tot samenwerking met de andere turnverenigingen in onze gemeente lijkt dan ook steeds groter te worden.

Bij alle groepen zijn betrokken assistenten aanwezig als ondersteuning van de trainers. Deze waardevolle assistenten willen we graag behouden voor de vereniging, en wellicht door laten stromen als trainer om zo de groep trainers te kunnen uitbreiden en op peil te kunnen houden in de toekomst. De voorzitter heeft met een TC lid een eerste opzet voor een opleidingsplan gemaakt om dit mogelijk te kunnen maken. Met het opleidingsplan willen we vanuit de vereniging de assistenten een opleiding aanbieden en ze zo boeien en binden aan de vereniging.

We mogen ons gelukkig prijzen met enkele juryleden die voor onze vereniging klaar staan, waarbij ik met name Arie Gravesteijn wil noemen voor zijn aandeel in het jureren voor onze vereniging. Arie, bedankt voor je inzet als jurylid en mentale steun voor iedereen!

De toestellencommissie heeft diverse materialen besteld. Met de voorzitter samen is er een start gemaakt met een meerjarenplan voor de materialen. Ook ten aanzien van de materialen wordt er samenwerking gezocht met de andere verenigingen binnen de gemeente, met name voor de duurdere materialen.

Tot ieders verbazing waren er aan het begin van het seizoen toestellen afgekeurd voor gebruikt in sommige zalen. De gemeente heeft deze materialen laten vervangen, maar dit heeft wel lang geduurd.

De opslag van eigen materialen blijft een zorgelijk punt. Het is vaak lastig, zo niet onmogelijk, om materialen van de vereniging zo op te slaan dat ze niet gebruikt kunnen worden door andere gebruikers van de zalen.

Het bestuur bestaat nog uit dezelfde mensen; Pauline, Pieter, Marinka en Wopke. Wel heeft Pieter de voorzittershamer overgedragen aan Wopke en heeft Marinka het secretariaat van

Wopke overgenomen. Er is helaas weinig animo vanuit de ouders om vaste taken op zich te nemen voor de vereniging. Hier is een uitvraag voor gedaan, met als enige aanmelding Jacob Veerkamp. Hij heeft aangeboden de ledenadministratie op zich te nemen. Dit aanbod heeft het bestuur met beide handen aangegrepen, zo wordt Pauline een beetje ontlast en kan zij zich volledig richten op de financiën. Jacob, fijn dat je de ledenadministratie op je hebt genomen!

Ten slotte wil ik alle vrijwilligers van onze vereniging van harte bedanken en ik wens jullie veel succes en plezier met het nieuwe sport seizoen 2017/2018.

Namens het bestuur,  
Marinka van Asselt

Bijlage 2



# Jaarverslag 2016-2017

## Technische Commissie



## Inleiding

Voor u ligt het jaarverslag over het turnseizoen van 2016-2017.

Een turnjaar waarin weer vele activiteiten hebben plaatsgevonden. Nieuw is dat de clubkampioenschappen dit jaar voor het eerst in sporthal de Zijde hebben plaatsgevonden.

Het verslag beschrijft de periode van augustus 2016 tot en met juli 2017.

De lessen waren dit verslagjaar ook weer goed bezocht en met veel plezier zijn de lessen gegeven door leiding/trainers van de vereniging.

De kweekvijver zal aan het einde van dit seizoen stoppen.

In dit verslag doet ieder lid van de technische leiding, zoals in voorgaande jaren, verslag van zijn of haar groepen. Daarin staat ook aangegeven wat zij aan activiteiten hebben gedaan.

De namen van de leidinggevendenden/trainers/trainsters staan bij de betreffende groepen vermeld.

Namens de Technische Commissie van Kracht en Vlugheid Pijnacker

Stefanie van der Lans

Oktober 2017

# Recreatie

## Gymzaal Goudenregensingel - zaterdag

Leiding: Ellen Verheul

Lesdag: zaterdag 9.30 - 10.30 uur

Locatie: Goudenregensingel in Pijnacker

Doelgroep: kleuters (3 tot 5 jaar)

Groepsgrootte: gemiddeld 18 deelnemers.

### Hulpouders

Bij toerbeurt van 1x per maand helpen enthousiaste ouders mij mee tijdens de gymles.

Zo krijgen de kinderen voldoende aandacht en begeleiding tijdens de les en kunnen ze in kleine groepjes aan hun oefeningen werken.

Dit seizoen hielpen mee:

Jozen den Heijer (Cas den Heijer)

Miranda Meesters (Jasmijn en Joris Munnik)

Willem-Jan Plug (Maud Plug)

Walter Vermeer (Evi Vermeer)

Kim Fuchs (Moos v.Doorn)

Tamara Jansen (Bo Nickolson)

Noortje vd Valk (Luuk)

Martij Smink (Casper Smink)

Joana Carduso (Tomàs Abbas)

Suzanne Maas (Fieke Looijer)

### Groepsgrootte en wachtlijst

Op de zaterdagochtend Tijdvak juli 2016/juli 2017 gymmen ongeveer 18 kinderen.

Er is een wachtlijst, 4 kinderen. Kinderen van bijna 4 jaar en kinderen die de leeftijd van 3 jaar nog niet hebben bereikt.

Het aantal kinderen die na de Kerst-, of Zomervakantie de groep verlaten, worden opgevolgd door kinderen van de wachtlijst.

### Ouder/kind lessen

In periode Juli'16/ Juli'17 zijn er 5 ouder/kind lessen geweest. Vaak de les voor een vakantie. Eén of beide ouders, opa/oma, tante/oom of oppas gymmen samen met het kind.

De zaal wordt zo ingericht dat ouders bijna alles hetzelfde kunnen doen als hun kind.

De kinderen en ouders ervaren hoe het is om samen een uurtje te gymmen.

Het is een groot succes, alle ouders en kinderen doen enthousiast mee. De interactie tussen ouder/kind is erg leuk om te zien en te ervaren.

### Themalessen

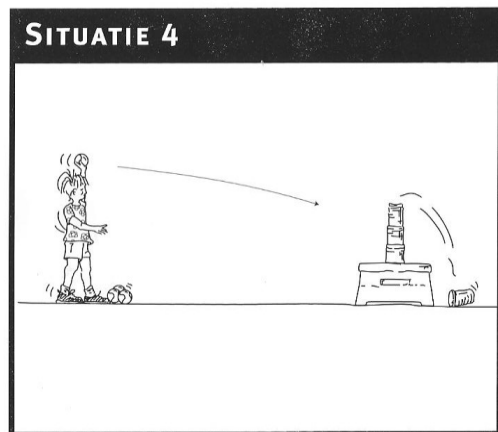
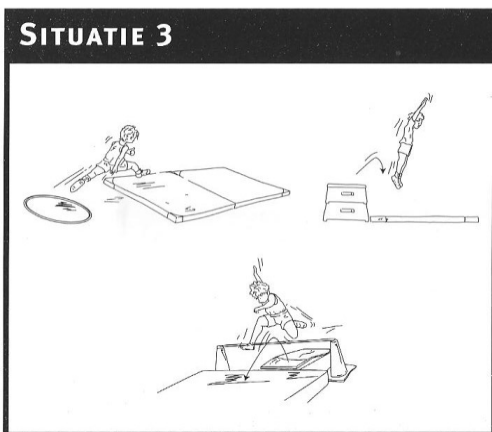
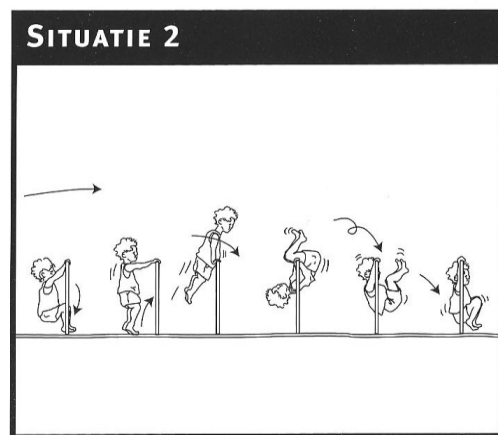
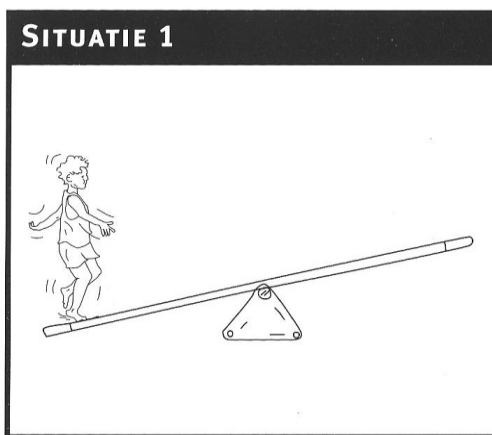
Dit jaar geen themalessen.

### Activiteiten

Een aantal kinderen van de zaterdaggroep hebben meegedaan met:

- de Clubkampioenschappen op 24 juni 2017, in Sportzaal Emerald, Delfgauw
- het gezamenlijke Sinterklaasfeest op 30 november 2016, in Sportzaal Koningshof, Pijnacker
- FamilieTurnmiddag 22 april 2017, in Sportzaal Koningshof, Pijnacker

De lessen zijn in seizoen juli 2016/ juli 2017 prima verlopen. De kinderen (en hulpouders) kwamen iedere zaterdagochtend enthousiast naar de les.



## **Gymzaal Goudenregensingel - donderdag**

Leiding: Mariëtte van der Voort

Lesdag: donderdag 19.30 - 20.30 uur

Locatie: Goudenregensingel in Pijnacker

Doelgroep: dames recreatie

Groepsgrootte: de groep bestaat uit 18 dames

Wij hebben regelmatig leuke uitstapjes na de gymles, die bestaan uit borrelen en kletsen bij de Guyter en Tante Boefie. Ook hebben we een jaarlijkse fietstocht.

## Sportzaal Het Baken – woensdag

Leiding: Diana Heuvink

Lesdag: woensdag

Locatie: Het Baken in Pijnacker

### Augustus 2015 t/m juli 2016

14.30-15.30 peuters van 3 tot 4,5 (gemiddeld 14 deelnemers)

15.30-16.30 kleuters van 4 tot 5,5 (gemiddeld 15 deelnemers)

16.30-17.30 jongens en meisjes van 5 t/m 7 (gemiddeld 17 deelnemers)

Gemiddeld waren er 30 meisjes en 18 jongens over het seizoen 2016-2017.

### Assistenten

Ellen Verheul en om de week Nemo de Klerk tot juli 2017, 12 jaar bij de les van 15.30. Vanaf augustus 2017 moest hij helaas stoppen vanwege zijn middelbare school.

### Lessen

De lessen in het seizoen 2016-2017 zijn weer prima verlopen. Naast leden uit Pijnacker kwamen er ook weer uit Delfgauw, Berkel en Nootdorp. Een aantal kinderen kwam nieuw of vanuit de les van Ellen (zaterdag).

Er is 3 keer een informatiebrief uitgedeeld (gemaild) met het laatste nieuws over o.a. de lessen en activiteiten. Voor elke vakantie zijn er "kijk" lessen geweest, waar veel belangstellenden zagen wat hun (klein)kinderen in de gymles deden. Tevens vonden o.a. (groot)ouders en broertjes en zusjes het erg leuk om dan mee doen met de les.

### Activiteiten

☺ **Clubkampioenschappen** 24 juni 2017. 5 peuters/kleuters hebben hun stickerdiploma weer gehaald. 6 meisjes en 4 jongens hebben deelgenomen met de verplichte recreatieoefenstof. De kinderen vonden het erg leuk om in een echte turnhal de wedstrijd te doen. Ondanks de grote hoeveelheid kinderen totaal de 1<sup>e</sup> ronde, verliep alles prima.



☺ **Beweediploma** In de lessen zijn we volop bezig geweest met de kenmerken, bewegingssituaties en uitgangspunten van het Beweediploma. In dit seizoen hebben we geen diploma lessen gedaan. Streven is voorjaar 2017.

## Sportzaal Het Baken – vrijdag

Leiding: Diana Heuvink

Lesdag: vrijdag 17.00 - 18.00 uur

Locatie: Sportzaal Het Baken

Doelgroep: meisjes in de leeftijd tussen 5 en 7 jaar (gemiddeld 20)

### Assistenten

Om de week Ellen Verheul en vrijwel iedere week Susanne, Sandra en Esmee.

### Lessen

De les op vrijdag begon met een grote groep van 24 meisjes. Vanaf januari zijn er 8 doorgestroomd naar Stefanie. Dankzij de assistenten konden we veel werken met verschillende toestelsituaties en kleine groepjes.

Esmee heeft tijdens de vrijdag les haar maatschappelijke stage gedaan.

Er is 3 keer een informatiebrief uitgedeeld (gemaild) met het laatste nieuws over o.a. de lessen en activiteiten. Voor elke vakantie zijn er "kijk" lessen geweest, waar veel belangstellenden zagen wat hun (klein)kinderen in de gymles deden.

### Activiteiten

☺ **Open Pijnackerse Springkampioenschappen** 20 november 2016. 7 meisjes hebben hieraan deelgenomen. Lange mat, trampoline en trampoline kast.

☺ **Clubkampioenschappen** 24 juni 2017. 6 meisjes van 2009 en 2010 hebben deelgenomen met de verplichte recreatieoefenstof.



## Sportzaal Het Baken – vrijdag

Leiding: Stefanie van der Lans

Lesdag: vrijdag

Locatie: Sportzaal Het Baken

### Lessen

18.00 - 19.00 uur: meisjes: 8 tot 10 jaar (gemiddeld 23 deelnemers)

19.00 - 20.00 uur: meisjes: 10 tot 16 jaar (gemiddeld 19 deelnemers)

### Assistenten

18.00 - 19.00 uur: Charelle van Amsterdam, Iris Gouw, Anna van Winden, Sonja Wilms, Gwen Wubben en Esmeé.

19.00 - 20.00 uur: Charelle van Amsterdam, Iris Gouw, Sonja Wilms en Hélène Arkesteijn.

Charelle is aan het einde van het seizoen gestopt.

### E-mail

Er is regelmatig een e-mail gestuurd naar de ouders met daarin de belangrijkste informatie over de vrijdaglessen. Hierin staat o.a. de wedstrijden of activiteiten die eraan komen, foto's die tijdens de trainingen gemaakt zijn en de datum van de kijklessen. Tijdens de kijkles mogen de ouders en broertjes/zusjes blijven kijken tijdens de training.

### Activiteiten

- **Open Pijnackerse Springkampioenschappen** 20 november 2016. 4 meisjes hebben hieraan deelgenomen. Lange mat, trampoline en trampoline kast.

- Vrijdag 7 maart zijn we de les begonnen met het zoeken van Paaseieren.

- Zaterdag 22 april hebben een aantal meisjes met hun familie geturnd op de **familieturndag**.

- Een aantal meiden zijn van 2 t/m 4 juni mee geweest op het **Gymweekend** van K&V en DEO Nootdorp bij de Notelaer.

- Zaterdag 24 juni, **Clubkampioenschappen** van K&V, dit jaar voor het eerst in sporthal de Zijde.

Hier hebben 25 meisjes aan deelgenomen.



## Kweekvijver

Leiding: Jamina van den Ende

Lesdag: zaterdag van 10.30 - 12.30 uur

Locatie: Goudenregensingel

### Assistenten

Meike van Leuveren

Nour Hmoumou

### Groepsgrootte

De groep bestaat uit ongeveer 8 turnsters, waarvan 3 turnsters van de bovenbouw die zelfstandig hun 3<sup>e</sup> training van de week volgen tijdens de tijden van de kweekvijver.

### ***December - extra training in Naaldwijk***

Op 27 december 2016 heeft de hele selectie een extra training gehouden in de ingerichte turnhal in Naaldwijk, ook de meisjes van de kweekvijver zijn mee geweest. We hebben heerlijk getraind met elkaar en tussendoor gegeten.

### ***Januari- Miniwedstrijd***

Op zaterdag 28 januari 2017 deden de meisjes van de kweekvijver mee aan de miniwedstrijd tegen Oliveo Pijnacker. Voor de meiden hun eerste echte wedstrijd, dus erg spannend, maar een goede oefening en manier om extra wedstrijdervaring op te doen.

### ***Februari - extra training in Naaldwijk***

Op 28 februari 2017 hebben de meiden van de kweekvijver samen met de meiden van de onderbouw een extra training in de turnhal in Naaldwijk gehad.

### ***Mei - Turn en Fundag***

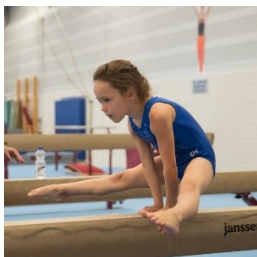
Op zaterdag 20 mei deden Amber en Laura van de kweekvijver mee aan de Turn en Fundag in Sassenheim. De meiden hebben heel goed gepresteerd op deze wedstrijd; Laura werd 4<sup>e</sup> en Amber mocht zelfs de gouden plak in ontvangst nemen!

### ***Juni - Clubkampioenschappen***

Op zaterdag 24 juni 2017 werden, voor de eerste keer in turnhal de Zijde in Bergschenhoek, de jaarlijkse clubkampioenschappen gehouden. Ook de selectie deed met alle turnsters mee aan deze wedstrijd.

### ***Tot slot***

We zijn het seizoen afgesloten met 3 kweekvijverturnsters. In het nieuwe seizoen zullen deze meiden bij de onderbouw gaan meeturnen.



## Selectie (bovenbouw)

Leiding: Marvin de Kempnaer en Britta Haneveld

Lesdagen: Maandag 18.30 - 20.30 uur in de Goudenregensingel  
Woensdag 18.00 - 20.30 uur in Tolhek  
Zaterdag 10.30 - 12.30 uur in de Goudenregensingel (3<sup>de</sup> divisie turnsters)

### Assistenten

Marc de Jong  
Jochem v/d Voort

### Groepsgrootte

De groep bestaat uit ongeveer 18 turnsters.



### Wedstrijden

#### **November - springwedstrijden**

20 november deden alle bovenbouw turnsters mee met de Open Pijnackerse Springkampioenschappen. We kunnen terug kijken op een gezellige dag met veel medailles!

#### **Februari - Valentijnscup**

Altijd een leuke wedstrijd! De Valentijnscup! Per toestel een medaille winnen en aan het eind van de dag een mooie beker voor de beste meerkamp turnsters. Dit jaar door een dikke pak sneeuw naar Bergschenhoek gereden voor een leerzame maar leuke wedstrijd.

#### **Februari - Regio wedstrijden 3<sup>de</sup> divisie**

Tijdens de regio wedstrijden 3<sup>de</sup> divisie kwamen er dit seizoen 3 turnsters in actie. Doormiddel van 2 regiowedstrijden konden de turnsters zich plaatsen voor de 1/2 finale NK en/of districtfinale. Lotte, Marloes en Manouk W. Lotte liet zien dat ze zeker op dit niveau thuis hoort en plaats zich voor de 1/2 finale NK

en district finale.

### **Maart - Regionale wedstrijden D1 en keuze oefenstof**

11 maart kwamen er veel turnsters in actie tijdens de regiowedstrijden D1 en keuze oefenstof 4<sup>de</sup> divisie. Shannon mag zich regio kampioen Zuid-Holland Noord noemen! Er plaatste zich 4 turnsters deze dag voor de district finale!

18 maart kwamen de junioren en senioren 4<sup>de</sup> en 5<sup>de</sup> divisie in actie. Larissa werd in een sterk deelnemersveld 4<sup>de</sup> en plaatste zich daarmee voor de districtfinale.

### **April - 1/2 finale NK**

Op 1 april hadden we een reisje naar Bellingwolde, ruim 3 uur rijden! Maar wat was het een prestatie al om je te plaatsen voor de 1/2 finale NK! Op twee toestellen liet Lotte zien dat ze echt op dit niveau thuis hoort. Lotte wist zich niet te plaatsen voor de NK, maar wel voor een NK toestelfinale!

### **Mei - NK toestelfinale**

Een historie voor het selectie turnen. Lotte Bouman had zich in april geplaatst voor een plaats op het NK tijdens de toestelfinale sprong. Met 2 mooie sprongen werd ze knap 7<sup>de</sup> van Nederland op sprong!

## Sporter van de week

**Lotte Bouman: "Het mooie vind ik de uitdaging"**

De dertienjarige Lotte Bouman uit Delfgauw heeft zich zaterdag 1 april heus waar geplaatst voor de toestelfinale van het NK turnen in de derde divisie. Daar zitten nog drie divisies boven. Deze prestatie is voor turnvereniging Kracht & Vlugheid historisch. Op zondag 14 mei reist Lotte met trainers Britta Haneveld en Jochem van der Voort naar Almelo voor de toestelfinale van het NK.

Dat wordt een hele reis voor twee sprongen maar dat hebben de turnster en de trainer er graag voor over. Ook voor Britta is het de eerste keer dat een pupil van haar op dit niveau tot de finale van een NK doordringt. De reis naar Almelo valt nog mee in verhouding tot de trip voor de halve finale. Die was namelijk in Bellingwolde dat nog boven Groningen ligt. Het verschil was wel dat Lotte in de halve finale op meerdere toestellen turnde. Op vloer werd ze derde en dat is goed voor een reserveplaats bij het toestelfinale van het NK. "Als een geplaatste turnster niet kan of ziek wordt, dan kom ik ook op vloer aan de beurt", zegt ze

zonder blikken of blozen tijdens de woensdagavondtraining in de turnzaal aan de Gantellaan in Tolhek.

Daar turnt de selectie van K&V drie keer per week. Op maandag- en woensdagavond en op zaterdag. In totaal 6,5 uur. Britta doet de trainingen niet alleen maar met haar collega's Marc, Marvin en Jochem. Het is niet een echte turnzaal en dus moet er vooraf veel worden opgebouwd en na afloop weer opgebroken en opgeruimd. Dat doen trainers en turnsters in eendrachtige samenwerking. Ook een NK-toestelfinale als Lotte Bouman werkt natuurlijk gewoon volop mee bij het opbouwen en afbreken, zoals ze altijd en overal met volle inzet van de partij is. Lotte gaat iedere keer met plezier trainen. Ze turnt graag en ze vindt het heel gezellig. Soms is het zelfs te gezellig maar over het algemeen wordt er heel serieus gewerkt. Anders kom je ook niet bij het NK.

Ze doet op zondag 14 mei - het is ook nog eens Moederdag - mee op het onderdeel sprong. Daarmee werd ze tijdens de halve finale tweede. Lotte heeft twee verschillende sprongen ingestudeerd. Een daarvan laat ze even moeiteloos zien. Ze vindt het jammer dat je in de derde divisie de 'tsjoekie' nog niet mag doen. Tsjoeke is de afkorting van de 'tsukahara', een redelijk complexe sprong die ze wel beheerst maar dus niet in het programma mag opnemen. Dat komt misschien nog eens als ze naar de tweede divisie promoveert. Lotte is rond haar zesde gaan turnen, maar als selectieturnster is ze een laatbloeier. Via springwedstrijden werd ze bijna vier jaar geleden ontdekt en toen ze eenmaal bij de selectie zat heeft ze zich snel ontwikkeld. Britta: "De kracht van Lotte is dat ze naast lenigheid, kracht, snelheid en coördinatievermogen vooral ook heel veel lef heeft. Ze is nergens bang voor en daardoor kun je met haar vrij makkelijk nieuwe onderdelen gaan uitproberen." Grappig is dat de moeder van Lotte, Diana, het wel eng vindt wat dochterlief uitvoert. Als Lotte op de balk aan de gang gaat, is dat voor Diana het moment om even koffie te gaan drinken. Terwijl Lotte ook op dat onderdeel vorderingen maakt

bij de halve finale van het NK heeft ze voor het eerst een flikflak gemaakt op de balk. Het is maar goed dat Diana het onderdeel sprong niet zo eng vindt, want anders zou meereizen naar de finale in Almelo niet zo veel nut hebben. Een sterk punt van Lotte is ook haar mentale rust. Over het algemeen is ze niet heel snel nerveus te krijgen. Hoewel tijdens de halve finale van het NK vond ze het wel een beetje 'eng' dat ze officieel werd voorgesteld en dat haar naam groot in beeld kwam. De show rondom grotere wedstrijden, dat is even wennen voor de tweedejaars havo-leerling aan het Montaigne Lyceum in Den Haag/Nootdorp. Op school gaat het ook prima. Lotte gaat zich rustig voorbereiden op het NK, samen met haar trainers. En dan ziet ze wel hoe ver ze komt...

Ben of ken jij een sporter die de spotlights verdient? Stuur dan een e-mail met wat informatie naar [redactie@telstar-uitgeverij.nl](mailto:redactie@telstar-uitgeverij.nl)



### **Mei - regio wedstrijden keuze oefenstof**

Tijdens de regio wedstrijden 6<sup>de</sup> divisie liet Anna zien dat ze na een langdurige

blesure weer aan het opbouwen is. Ze mocht het brons ophalen voor een 4<sup>de</sup> plaats tijdens de regio wedstrijden.

### ***Mei - Districtfinale***

Van de bovenbouw kwamen 4 turnsters in actie. Met een 2<sup>de</sup> plaats voor Shannon (2<sup>de</sup> van Zuid-Holland, een 4<sup>de</sup>, 25<sup>ste</sup> en 31<sup>ste</sup> plaats kunnen wij tevreden terug kijken. Shannon promoveert automatisch naar de 3<sup>de</sup> divisie!

### ***Juni - Haagse BOSAN cup***

Tijdens het Pinksterweekend was er een 3 daagse toernooi. De Haagse Bosan Cup. Het waren 3 hele lange, maar super mooie turndagen voor de bovenbouw turnsters! Met veel medailles en bekens kunnen wij tevreden terug kijken op deze wedstrijd.

### ***Juni - Clubkampioenschappen***

Altijd een gezellig wedstrijd! Dit jaar voor het eerst in de sporthal de Zijde! De bovenbouw turnsters hebben hun vloeroefeningen op de vloer kunnen laten zien. Er werden veel persoonlijke doelen behaald.

### ***Juli - District finale 3<sup>de</sup> divisie***

Lotte Bouman had zich in februari al geplaatst voor deze wedstrijd. Lotte turnde een stabiele wedstrijd! En kijkt tevreden terug op een prachtig seizoen voor het eerst in de 3de divisie!

### ***Activiteiten***

Naast de gewone trainingen en wedstrijden waren er dit jaar ook weer diverse activiteiten :

- Extra trainingen in ingerichte turnhallen.
- Gymweekend bij de Notelaar en KNGU zomerkampen
- Familieturndag
- Seizoensafsluiting met de hele selectie bij Jump XL en gezellig met zijn alle eten.



## Selectie (onderbouw)

Leiding: Fleur Blijleven, Britta Haneveld en Jamina van den Ende

Lesdagen: Dinsdag 18.00 - 20.00 uur in de Goudenregensingel  
Vrijdag 18.00 - 20.30 uur in de Goudenregensingel

### Assistenten

Marc de Jong  
Solene vd Stam  
Isa vd Bos

### Groepsgrootte

De groep bestaat uit ongeveer 20 turnsters.

### Wedstrijden

#### **November - Groepsspringwedstrijden D-lijn**

Op zaterdag 12 november hebben we met 3 teams meegedaan aan de groepsspringwedstrijden D-lijn in Bodegraven. De meisjes 8-9 jaar turnden in de ochtend hun wedstrijd op de 3 springtoestellen: lange mat, trampoline en kast plankoline. Bij de kast plankoline werden de meiden 3<sup>e</sup>, bij het toestel trampoline kaapten zij zelfs de gouden beker weg! In de middag turnden de oudere meiden in 2 teams. Team 2 deed het erg goed, maar niet goed genoeg om in de prijzen te vallen. Team 3 werd 3<sup>e</sup> op de lange mat en 2<sup>e</sup> op de kast met plank.



#### **November - OPS**

Op zondag 20 november waren de Open Pijnackerse Springkampioenschappen in sporthal de Viergang, georganiseerd door gymnastiekvereniging Oliveo. Alle meiden van de onderbouw deden mee aan deze wedstrijd. Op de 3 springonderdelen hebben de meiden de nodige medailles gewonnen.

#### **December - extra training in Naaldwijk**

Op 27 december 2016 heeft de hele selectie een extra training gehouden in de ingerichte turnhal in Naaldwijk. We hebben heerlijk getraind met elkaar en tussendoor gegeten.

### ***Februari - Valentijns cup***

Op zondag 12 februari 2017 organiseerde de selectie van K&V Pijnacker de Valentijns cup. Dit jaar voor het eerst in turnhal de Zijde in Bergschenhoek. Op de 4 wedstrijdtoestellen konden meiden medailles winnen en per categorie (D1, D2 en keuze) was er een cup te winnen! Naast K&V deden er ook meiden van Oliveo, Meerburg, Donar en Neptunus mee.



### ***Februari - extra training in Naaldwijk***

Op 28 februari 2017 hebben de meiden van de onderbouw samen met de meiden van de kweekvijver een extra training in de turnhal in Naaldwijk gehad, dit als laatste voorbereiding op de regiowedstrijden in maart en april.

### ***Maart en april - Regionale wedstrijden D1***

Op zaterdag 11 maart traden de pupil 2 D1 meiden aan in Amsterdam voor hun regiowedstrijd en op zaterdag 1 april waren de instap en pupil 1 D1 meiden aan de beurt. Bij de pupil 2 D1 werd Roos 5<sup>e</sup> en plaatste zich daarmee voor de districtfinale. Lara werd 10<sup>e</sup> en Joyce 11<sup>e</sup>. Bij de pupil 1 D1 werd Lydia 6<sup>e</sup> en had zich daardoor geplaatst voor de districtsfinale, Laura werd 8<sup>e</sup> en stond daarmee reserve voor de districtsfinale. De andere pupillen 1 D1 Yadira en Jolien werden respectievelijk 23<sup>e</sup> en 26<sup>e</sup>. Voor Anne en Sanne was het de eerste regiowedstrijd in een zeer sterk deelnemersveld, Anne werd 25<sup>e</sup> en Sanne 23<sup>e</sup>.

### ***April - Regionale wedstrijden D2***

Op zaterdag 8 en 15 april zijn alle meiden op niveau D2 aan de beurt om hun regiowedstrijd in Den Haag te turnen. Bij de instap D2 doet Selina mee, ze wordt 11<sup>e</sup> in het eindklassement. Bij de pupil 1 mogen Imke en Froukje aantreden, voor Froukje is het haar eerste regiowedstrijd. Beide meiden scoren mooie punten en daarmee wordt Imke 5<sup>e</sup> en Froukje 13<sup>e</sup> in het eindklassement. Lotte S, Isa, Lieke en Femke zijn onze pupil 2 meiden op dit niveau. Femke turnt helaas één 0-score bij sprong waardoor zij uiteindelijk als 25<sup>e</sup> eindigt, Lieke werd 23<sup>e</sup>, Lotte S 16<sup>e</sup> en Isa pakt met haar 2<sup>e</sup> plek een mooie zilveren plak! Bij de jeugd 1 D2 is het de beurt aan Nikita en Myrthe-Minou. Doordat deze wedstrijd in het Paasweekend valt, kan Lotte B helaas niet meedoen. Myrthe-Minou eindigt op de 9<sup>e</sup> plaats en Nikita ging met de bronzen medaille naar huis toe.

### ***Mei - Districtsfinale D1***

Op zaterdag 13 mei mochten Lydia en Roos meedoen aan de districtsfinale. Lydia werd bij de pupil 1 in een zeer sterk deelnemersveld 33<sup>e</sup>. Roos deed het ook deze wedstrijd erg goed en eindigde als 6<sup>e</sup> van Zuid Holland!

### ***Juni - Haagse BOSAN cup***

In het pinksterweekend van 3 t/m 5 juni 2017 werd in het Haagse Overbosch de Haagse BOSAN cup georganiseerd. Met een groot aantal meiden hebben we weer meegedaan aan dit leuke toernooi georganiseerd door Donar Den Haag. Zowel per toestel als in de meerkamp konden er medailles gewonnen worden.

### ***Juni - Clubkampioenschappen***

Op zaterdag 24 juni 2017 werden, voor de eerste keer in turnhal de Zijde in Bergschenhoek, de jaarlijkse clubkampioenschappen gehouden. Ook de selectie deed met alle turnsters meer aan deze wedstrijd. Bij de selectie was de wisselbeker dit jaar voor onderbouwturnster Lydia Snijders.



### ***Tot slot***

Naast deze wedstrijden en extra trainingen hebben we ook weer sinterklaas met elkaar gevierd en gezamenlijk met de kweekvijver het seizoen afgesloten met een familietraining. Het was weer een mooi seizoen!

## Activiteiten algemeen

**Sponsorfietstocht** op 25 september 2016. Ook hier hebben weer een aantal leiding en kinderen met ouders aan mee gedaan.

**SinterklaasGymfeest** 30 november 2016 in het Baken. Door de inzet van Sinterklaas, de Zwarte Pieten en andere hulp is ook deze middag weer een geslaagd feestje geweest. Ongeveer 50 enthousiaste kinderen en meegekomen publiek genoten van een uur gymmen, zingen en dansen voor de Sint. Ook hier weer veel dank voor de assistenten die zich op deze middag hebben ingezet voor de vereniging.



**Familieturndag** 22 april 2017 in het Baken. 22 gezinnen hebben zich weer prima vermaakt. Kinderen en hun (groot)ouders, broertjes en zusjes en andere enthousiaste deelnemers hebben gesprongen, gedraaid, gezwaaid, over de balk gelopen, geduikeld en gedanst. Ook hier weer dankzij de inzet van de groep vrijwilligers.

**Gymweekend** 2 t/m 4 juni 2017 bij de Notelaer. Ook dit jaar hebben we weer gezellig samengewerkt met DEO Nootdorp en het verliep ook voor het 5<sup>e</sup> jaar samen fantastisch. Er waren 61 deelnemers en 11 enthousiaste leiding. Iets minder deelnemers dan voorgaande jaren, maar waarschijnlijk omdat het Bosan toernooi in hetzelfde weekend viel voor de selectiemeisjes.



**Clubkampioenschappen** 24 juni 2017 in Sporthal de Zijde in Bergschenhoek: Deze zaterdagmiddag en avond hebben 11 peuters en kleuters, 41 recreatieleden en 36 selectieleden deelgenomen. Omdat het in een turnhal was, hoefden er geen toestellen geregeld te worden. Dit was een groot voordeel. Ondanks dat er vooraf snel een zaalombouw moest worden gedaan, verliep alles soepel. Mede

dankzij een goede voorbereiding en de vele hulp van TC, assistenten en bestuursleden. Gezien de vele positieve reacties voor herhaling vatbaar.