



Nieuwsbrief DOK Ede, jaargang 1

Nummer 7, augustus/september 2015

## Nieuwsbrief

augustus/september 2015

- Van de redactie
- Van de bestuursstafel
- Jubileum
- Kindermiddag tijdens de heideweek
- DOK-dag
- Free-running
- Nieuwe trainingspakken
- Even voorstellen
- Getrouwd
- Eénmalige wijziging zaal
- Agenda en vakanties
- Gymnastiek
- Disco

## ADRESSEN

Website:  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)

Facebook:  
[Facebook.com/dok-ede](https://www.facebook.com/dok-ede)

SmartPhone:  
[www.dok-ede.nl/pda](http://www.dok-ede.nl/pda)

Email:  
[info@dok-ede.nl](mailto:info@dok-ede.nl)

## SOCIAL SITES



## QR-code



## Van de redactie

De scholen zijn allang weer begonnen, iedereen is weer aan het werk en ook de lessen bij DOK draaien weer volop. Kortom, de zomervakantie ligt achter ons.

Het is dus ook weer de hoogste tijd voor een nieuwsbrief. Nu alles weer begonnen is binnen DOK zijn er uiteraard weer allerlei zaken te melden aan de leden en hun ouders. Vanaf nu kunt u, net als voor de zomervakantie, elke maand weer een nieuwsbrief verwachten. Jij, als lid, of u, als ouder, nodig ik van harte uit om artikeltjes in te zenden. Heb jij iets leuk meegemaakt tijdens de les? Wilt u eens een verslag schrijven over de wedstrijd waar uw zoon/dochter aan mee deed? Zoek je een tweedehands DOK-tuipakje? Het kan allemaal geplaatst worden in de nieuwsbrief. Stuur een mail naar [onderstaand mailadres](mailto:onderstaandmailadres) en het komt in orde.

Artikelen voor de nieuwsbrief van oktober moet uiterlijk 17 oktober bij de redactie binnen zijn; [anja@familievangemert.nl](mailto:anja@familievangemert.nl)

## Van de bestuursstafel

De nieuwe statuten zijn, na goedkeuring op de ledenvergadering in juni, begin deze maand ondertekend.

In het kader van het actiepunt veiligheid in en rond de lessen is het bestuur begonnen om nog dit jaar van zoveel mogelijk lesgevers een verklaring omtrent gedrag te krijgen.

Naar aanleiding van klachten over de bijdrage van de ouders aan de kosten van de uitvoering, heeft U de verantwoording van de kosten in de nieuwsbrief van juni/juli kunnen lezen.

Om zo hoog mogelijke kwaliteit te kunnen bieden zijn er een aantal cursussen voor assistenten en lesgevers georganiseerd in dit najaar.

het bestuur

## Jubileum

Het bestuur heeft van de zomer een aantal DOK-leden met een K.N.G.U.-speldje en een bloemenbon in het zonnetje gezet vanwege een langdurig lidmaatschap van de K.N.G.U.:

Marius Verschuur: 75 jaar

Saskia van Bruxvoort: 50 jaar

Alex Beukhof: 50 jaar

Peter Heij: 50 jaar

Dick van de Mark: 40 jaar

Allie Bronkhorst: 40 jaar

Herco van der Ree: 25 jaar

Astrid Groeneveld: 25 jaar

Aartje Groeneveld: 25 jaar

het bestuur



## Kindermiddag tijdens de heideweek

Eén van de activiteiten in de Heideweek is de Kindermiddag. Tijdens de Kindermiddag, die altijd op de woensdagmiddag is, kunnen alle kinderen van Ede deelnemen aan activiteiten op het Markplein. Allerlei verenigingen zetten samen met een commissie vanuit de Heideweek hun schouders onder deze organisatie. DOK doet al jaren mee aan de organisatie van deze middag. DOK laat de kinderen uit Ede kennismaken met springen en met rhönraden. Ook maken we gelijk wat reclame voor de club door ballonnen en kennismakingsbonnen uit te delen. Veel vrijwilligers van DOK maken deze activiteit mogelijk. Het is mooi om al die kinderen te zien genieten van de vele activiteiten. Halverwege de middag komen dan de heidehoogheden Erica en Calluna langs. Dit jaar waren we extra trots op prinses Erica want zij maakte gewoon een salto in de trampoline. Sven van Bruxvoort had de eer haar te mogen vangen en hij heeft dit dus goed gedaan! Ook zijn beide hoogheden nog in de rhönraden geweest. Joachim van den Born en Sharon Hoksbergen hielpen toen een handje. Dank aan alle andere vrijwilligers die betrokken zijn bij deze activiteit. Zonder vrijwilligers zijn er geen sportverenigingen, laten we dat met z'n allen niet vergeten.

Astrid Groeneveld

## DOK-dag

De jaarlijkse DOK-dag wordt deze keer georganiseerd op zaterdag 7 november 2015. Van vroeg in de ochtend tot laat in de middag gaan DOK-leden weer de sportieve strijd met elkaar aan in de disciplines Turnen, Acro, Rhönrad en Trampoline springen. Inmiddels zijn al de nodige filmpjes verschenen om de oefenstof te verduidelijken voor leden en trainers, maar nu is ook de inschrijving gestart voor deze gezellige wedstrijden. Dit jaar worden alle deelnemers gevraagd zich via onze website aan te melden; op die manier heeft de organisatie meteen alle gegevens van de deelnemers bij de hand, maar tevens kan de deelnemersgeld (€ 3,50) direct éénmalig via een automatische incasso worden geïncasseerd. Veilig en snel. Ben jij 6 jaar of ouder en wil jij wel eens laten zien wat je allemaal op les hebt geleerd, doe dan mee met deze onderlinge wedstrijden....een beetje spannend, maar ontzettend gezellig.

tekst overgenomen van de website

## Free-running

Freerunning is een snel groeiende sport die weliswaar heel leuk buiten beoefend kan worden, maar waarvan de "kneepjes" ook prima in de zaal kunnen worden getraind. DOK heeft al een 2-tal Freerunning lessen op de vrijdag in de Maandereng sportzaal, maar vanwege het grote succes van deze lessen is er een nieuwe les gestart op de dinsdag van 19:00-20:00 uur in de sportzaal aan de Essenburg, voor jongens EN meisjes. Ben jij nieuwsgierig geworden naar deze spectaculaire sport, maak dan gebruik van ons kennismakingsaanbod: 4x GRATIS en zonder verplichtingen meedoen. Je hoeft hiervoor geen afspraak te maken, maar kunt de eerstvolgende les naar de zaal komen, even bij de trainer aangeven dat je een 4-tal proeflessen mee wil doen en daarna lekker meedoen.

tekst overgenomen van de website

## Nieuwe trainingspakken



Al eerder berichtten wij dat de trainingspakkenserie "Kopenhagen" (het blauwe trainingspak van DOK) uit de Hummel collectie gaat. Inmiddels is de vervanger van dat trainingspak (teamlijn Elite) bij Sported in het centrum van Ede verkrijgbaar. Het trainingspak kost € 45,00 (kindermaten) en € 50,00 euro (volwassen maten). Het DOK logo krijg je er gratis bij. Op het pak zit dan geen korting. Op alle overige producten krijg je als DOK-lid wel 10% korting bij Sported. Tegen een meerprijs kan je ook de naam op de achterkant laten zetten, maar dit is NIET verplicht. Let op: heb jij nog een goed trainingspak uit de "Kopenhagen serie", dan mag je dat gewoon blijven dragen, want beide uitvoeringen blijven bij DOK gangbaar.

tekst overgenomen van de website

## Even voorstellen

De afgelopen maanden zijn er heel wat nieuwe lesgevers bij DOK begonnen. Een aantal van hen zijn al jaren actief (en bekend) bij DOK doordat ze zelf lessen volgen. Er zijn ook nieuwe lesgevers die minder bekend zijn binnen DOK. Zij zijn hier, bijvoorbeeld, komen studeren en willen hun hobby graag bij DOK voortzetten. Alle nieuw lesgevers zullen zich de komende maanden aan u voorstellen. Deze maand de tweelingzussen Esmee en Aniek van Gemert;

Ik ben Esmee, 17 jaar oud. Vanaf dat ik anderhalf jaar ben zit ik op DOK. Peutergym, kleutergym en daarna naar de meisjes 6/7 jaar. Vanaf dat ik 8 jaar ben heb ik op de selectie gezeten. Op mijn 6e ben ik gaan 'assisteren' bij de kleuterles van mijn moeder. Dus het lesgeven is mij met de paplepel ingegoten. Toen ik wat ouder werd ben ik gaan assisteren bij de selectieles. Vervolgens ben ik ook op dinsdag bij een recreatieve les gaan assisteren. Ik heb de cursus assistent 1 en 2 gevolgd en nu ben ik dus bezig met de cursus gymnastiekleider. Hopelijk heb ik begin volgend jaar mijn diploma. Nu geef ik de selectie-les 6e divisie. Met zelf turnen bij de selectie ben ik inmiddels gestopt. Het werd toch allemaal wat druk in combinatie met mijn opleiding tot verpleegkundige. Ik turn nog wel op maandag en spring elke vrijdag bij de springles.

Ik ben Aniek, ik was nog maar anderhalf jaar toen mijn moeder mij mee naar de peutergym nam. Sindsdien ben ik nooit meer van DOK afgeweest. Ik stroomde van de peutergym door naar de kleutergym waar mijn moeder les gaf. Ik werd 6 jaar en ging vervolgens naar Ineke. Ik bleef toen al bij mijn moeder 'assisteren'. Ik hielp de kleuters al bij de toestellen en bij het toiletbezoek. Ik denk dat ik ongeveer 10 jaar was toen ik ook bij de meisjes 6/7 van Ineke ging assisteren. Ik was 12 jaar toen ik mijn diploma van de cursus assistent 1 kreeg en 14 jaar toen ik het diploma voor assistent cursus 2 kreeg.

En nu ben ik bezig met de 3e cursus. Als ik dat diploma heb ben ik zelf een echte 'juf'.

Ik geef al les aan meisjes 6/7 jaar in de Maandereng. Daarnaast turn ik ook nog tweemaal uur in de week en ga ik uiteraard naar school. Ik ben bezig met de opleiding Pedagogisch werker.

## Getrouwd



Op 8 september is ons zeer trouwe DOK-lid Machteld van Bruxvoort in het huwelijksbootje gestapt met haar Dennis. Wij wensen Machteld en Dennis een prachtige toekomst!

## Eénmalige wijziging zaal

Op woensdag 11 november 2015 zal de les ouder- en peutergym NIET in sporthal 'de Peppel' worden gegeven, maar in sportzaal 't Riet (linker deel). Deze wijziging geldt alleen op 11 november!

Op dinsdag 1 december 2015 zal de conditie-gym NIET in sporthal 'de Peppel' worden gegeven, maar eveneens in sportzaal 't Riet (linker deel). Deze wijziging geldt alleen op 1 december!

De tijden van beide lessen blijven op hetzelfde tijdstip als dat u gewend bent.

de CTL

## Agenda en vakanties

26 september DOK gymnastiek  
9 oktober Disco voor leden vanaf 10 jaar  
7 november DOK-dag  
7 november DOK Volleybal-toernooi  
11 juni DOK springwedstrijden

Herfstvakantie 19 tot en met 25 oktober 2015

Kerstvakantie 21 december 2015 tot en met 3 januari 2016

**Vanaf 3 jaar**  
Saltostoel, tumblingbaan, Rhönraden, grote trampoline, dubbele minitramp, verhoogd vlak, familieschommel, springtafel, acro en nog veel meer. Het ultieme speelplezier.

**TOEGANG € 3,00**

**12:30 - 14:00 uur**  
kinderen van 3 t/m 7 jaar  
**14:30 - 16:00 uur**  
kinderen van 8 t/m 11 jaar  
**16:15 - 17:30 uur**  
kinderen van 12 jaar en ouder

Leden en niet-leden van DOK zijn welkom op deze instuif

**GYMINSTUIF**

**zaterdag 26 SEPTEMBER 2015**  
van 12:30 - 17:30 uur  
Sporthal de Peppel-Ede

ABO1092015

wil je meer info?  
[www.dok-ede.nl](http://www.dok-ede.nl)  
telefoon 0318-590568  
of zoek ons op facebook

**De JeeCee van DOK organiseert een spetterende DISCO**

**Wanneer:** vrijdag 9 oktober 2015  
**Waar:** Apeldoornseweg 60 Wekerom (Theehuis de Roek)  
**Tijd:** van 19:00 - 23:00 uur  
**Voor wie:** Voor leden vanaf 10 jaar  
**Kosten:** € 2,50 p.p. (inclusief hapjes en drankjes)

Opgeven vóór 2 oktober via [jc@dok-ede.nl](mailto:jc@dok-ede.nl)  
Bij meer dan 20 deelnemers gaat dit schitterende feest door, dus geef je snel op!!

