

Voorwoord

Beste lezers,

Als u dit blad in de bus krijgt is de vakantie voor de meesten weer om. Helaas is het weer wat tegengevallen na het schitterende voorjaar dat we hebben gehad. Maar toch hoop ik dat we er met ons allen weer net zo enthousiast tegenaan gaan het komend seizoen als we dat het afgelopen seizoen hebben gedaan.

Ook de scholen zijn begonnen en Donar is op maandag 22 augustus weer van start gegaan zoals in het vorige maandblad stond vermeld.

In de zomervakantie is het bestuur nog een keer bijeen gekomen om te proberen alles eens goed op een rijtje te krijgen.

Hoewel er na de oproep in januari jl. nog niemand zich spontaan heeft aangemeld zijn er toch mensen bereid gevonden om het bestuur op een aantal fronten bij te staan. Dat is heel erg fijn en we hopen dat we nog meer mensen zullen kunnen vinden die ons op wat voor manier dan ook willen helpen.

Er staan voor het volgend seizoen behalve de wedstrijden ook een aantal andere activiteiten gepland dus blijf het krantje en de website goed in de gaten houden!

Iedereen die met wedstrijden mee gaat doen en/of misschien aan een andere activiteit alvast heel veel succes maar vooral heel veel plezier en een heel goed Donarjaar toegewenst!!

E.Castens (voorzitter)

Colofon:

Gymnastiekvereniging Donar

Renswoudelaan 472546 XE Den Haag

www.donargym.nl

info@donargym.nl

redactieadres secretariaat@donargym.nl Oplage: ca. 500

Voor advertenties: c.kievits@ziggo.nl

Drukker: Sportservice Zuid-Holland

Bosan SummerCup 2011

Dit jaar deed Donar voor het eerst mee aan de Bosan SummerCup georganiseerd door Propatria Zoetermeer. Bij deze wedstrijd kon er per toestel een medaille gewonnen worden en een all-round cup.

Op zaterdag 25 juni deden Lisa, Annicka, Cheyenne, Eline, MarieJose, Iris, Cassidy, Romy, Stacey en Elisa mee in de 4^e divisie.

Bij de Voor-Instappers deed Lisa mee aan haar eerste wedstrijd buiten Donar. Lisa turnde een goede wedstrijd in nivo 10 en eindigde bij sprong en brug zelfs op de 4^e plaats.

Pupil-2 Cassidy turnde op de brug voor het eerst een $\frac{3}{4}$ reus op een wedstrijd en scoorde 12,4 punten voor haar oefening.

Ook Romy turnde op deze wedstrijd voor het eerst een aantal elementen; salto op de vloer, radslag op balk en overslag met plank over pegases. Haar balkoefening werd beloond met een zilveren medaille!

Bij de Junioren turnde Stacey ondanks haar rugpijn toch 3 medailles bij elkaar. Op balk en vloer werd ze 2^e en op brug 3^e. Allround eindigde ze als 4^e, net buiten de prijzen.

Op zondag 26 juni was het de beurt aan Jinte, Amy, Kimberly en Renske.

Renske werd allround 5^e, Kimberly haalde een bronzen medaille op vloer en Amy op sprong. Jinte eindigde allround ook als 5^e maar behaalde op balk met een supergoede oefening een gouden medaille.

Allemaal van harte gefeliciteerd met jullie prestaties en volgend jaar zijn we weer van de partij!

Juf Saskia





TuCo Finale

Zaterdag 11 juni was Donar al vroeg van de partij bij de turncompetitie finale in Amsterdam. Het team van Cheyenne, Annicka, Eline, Iris, Carmen, Mega, Amber, MarieJose, Cassedy en Sop had zich geplaatst voor deze finale in poule 4/5.

Met een tribune vol fans en ouders haalde het team met 6 van de meiden die deze finale mochten turnen, mooie cijfers. Bij brug scoorde zelfs niemand lager dan een 13,4.

Het team eindigde uiteindelijk op de 4^e plaats en nam een mooie beker mee naar huis.



Volg Donar nu ook op facebook.
Altijd de laatste nieuwtjes en foto's

Voor meer foto's, informatie en verslagen van activiteiten kijk je op www.donargym.nl

**Ben jij een razende reporter?? organiseren??
Dan is Donar op zoek naar jou!!!!**

Of vind je het leuk om evenementen te organiseren?

Voor onze jeugdcommissie zijn wij op zoek naar jongens en meiden tussen de 12 en 20 jaar!!! Meld je aan via bestuur@donargym.nl en wie weet organiseer jij binnenkort wel een leuke disco of interview je iemand voor de website of het clubblad.

SPRINGDAGEN IN SOMMELSDIJK

Dit jaar gaan we ook weer naar de springdagen in Sommeldijk en wel op **donderdag 20 oktober 2011**.



Het is een hele dag allemaal leuke dingen doen zoals: (spring)turnen, klimmen, zwemmen, tokkelen, handboogschieten, tuintrampoline springen en lunchen. Deze hele dag kost €25.00. Binnenkort krijg je een brief op de les of kijk op de website voor de brief en meer informatie.

Beweeg mee! Kom eens kijken bij de herenseniores volleybal!

Donar heeft sinds mensenheugenis een herensenioresafdeling. Geen afdeling waar fanatiek aan toestellen gehangen wordt, dus geen Yuri van Gelder en Epke Zonderland atleten, maar gewoon een les waar een aantal leden en oud-leden volleyballen om toch nog wat beweging te krijgen. Niet op wedstrijdniveau maar puur recreatief, met in achtneming van leeftijd en balvaardigheid. Een les waar gezelligheid voorop staat.



Nu komt het wel eens vaker voor dat afdelingen pieken en dalen kent. Ooit kende de volleybalafdeling 50 leden en dan maar hopen dat ze niet allemaal op kwamen dagen, maar op dit moment verkeert de les in een dalletje, zodat nieuwe leden van harte welkom zijn.

Dus mocht u interesse hebben om een avondje er gezellig op los te meppen komt u dan eens langs om te kijken en neem dan tevens uw sportkleren mee.

De les is op dinsdagavond van 20.30 tot 22.00 uur in de Den Helderstraat (het ronde gebouw)

Cees Kievits

Dit jaar gaat het net als vorig jaar met de clubloten. De kinderen hoeven niet met geld en loten over straat, maar bij de mensen die een lot kopen wordt het bedrag van hun rekening afgeschreven (automatische incasso). Alleen de loten zijn nu €3,00 per stuk.

Hoe verkoop je een lot????

1. Vraag of iemand een lot (of meer) wil kopen en leg uit dat het voor je turn/dans vereniging is.
2. Laat de koper zijn/haar gegevens invullen op een strookje in je boekje in BLOKLETTERS
3. Let goed op dat het rekeningnummer en de handtekening erop staan. (het geld wordt namelijk automatisch éénmalig afgeschreven door de GroteClubActie)
4. Let goed op dat het aantal loten (1,2,3 enz) is ingevuld.
5. Geef een zegeltje om op de deur te plakken (dan weten andere loten verkopers dat er hier al loten gekocht zijn)
6. Geef een bedankbriefje met kortingsbonnen
7. In oktober wordt een bedrag van €3.00 per gekocht lot bij de koper van de rekening afgeschreven. Op het (eerstvolgende) bankafschrift is het lotnummer te vinden
8. 24 november is de trekking van onder andere € 100.000,--
9. Het liefst zoveel mogelijk loten per rekeningnummer dus niet papa en mama allebei 1 lot met hun eigen rekeningnummer.

Boekje vol of klaar met verkopen.....lever je boekje zo snel mogelijk in bij je juf/meester (en neem weer een nieuwe mee!!!!)

Boekjes moeten voor 15 oktober terug zijn bij je juf/meester.

***Heb je 40 of meer loten verkocht
en je boekje voor 1 oktober
ingeleverd bij je juf of meester
dan krijg je een kaartje voor de
springdagen in sommelsdijk !!***

Ook via de website www.kidzonely.nl kunnen er prijzen verdiend worden, kijk hiervoor op de website van kidzonely.

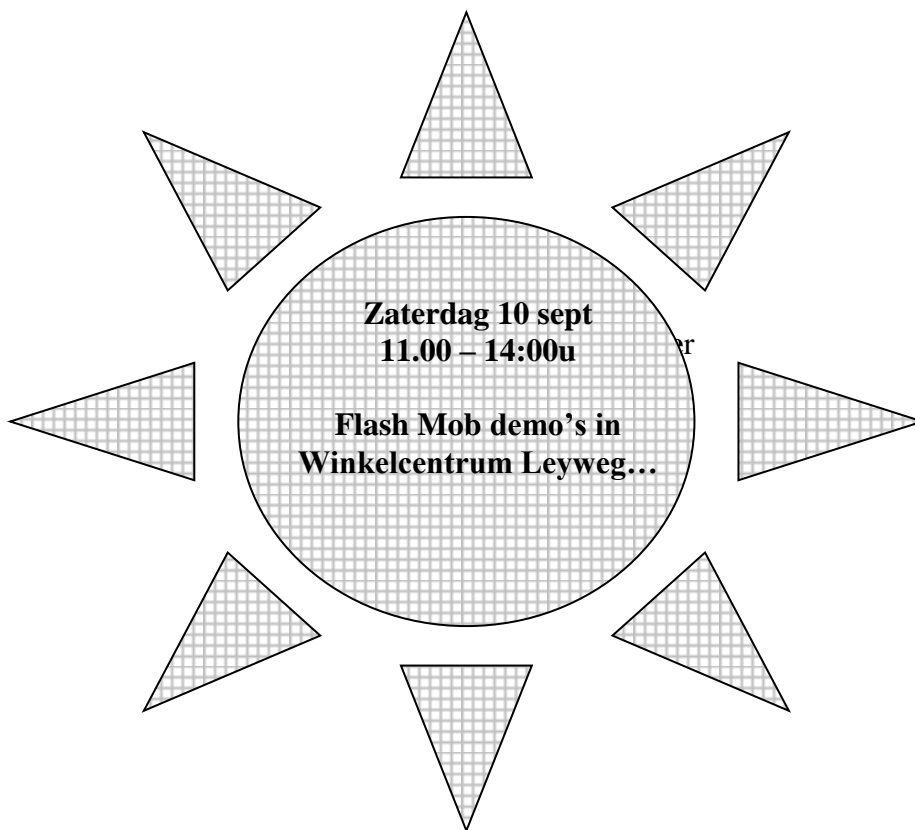
Afscheid van Juf Esther en welkom nieuwe juffen.

Aan het eind van het seizoen hebben de kleuters van de les in de Catharina Amliaschool (Ypenburg) afscheid genomen van juf Esther. Loes Trompet van het bestuur was aanwezig om een cadeautje en een bos bloemen te overhandigen.

De kleuterles wordt overgenomen door Juf Vera, geassisteerd door juf Monique. De meisjeslessen van Juf Vera in de twee uur daarachter, worden overgenomen door juf Naomi. Juf Naomi had iets heel leuks bedacht als afscheid namelijk een grappig springkussen.

Heel veel plezier allemaal in het volgende seizoen met de nieuwe juffen.





Donarkamp

Donderdag 2 juni verzamelde een groep enthousiaste Donar leden zich bij de turnhal van Den Haag. Nadat alle bagage in busjes was geladen en de fietsen op slot waren gezet begon het Donar Wereld kamp 2011 met een paar uur turnen. Na het turnen werden de fietsen klaargemaakt voor de fietstocht naar 's-Gravenzande.

Gelukkig werkte het weer goed mee en was de sfeer fantastisch. Met wat tussenstoppen werd de fietstocht door de duinen afgelegd naar het kamphuis. Daar aangekomen volgde een lang weekend vol sport, spel en vooral plezier.



Donderdag avond werden de teams bekend gemaakt; welke kinderen zaten in team Mexico, Egypte, China, Afrika of Hawaii? De kamers werden ingedeeld en kon het verkennen van het terrein en het leren kennen van de andere kampgangers beginnen.

De vrijdag begon met ochtendgymnastiek en na het ontbijt vertrokken we voor spelletjes naar het bos. Het sponsen volleybal leverde vrolijke en vooral natte momenten op. Na de lunch werden de spullen voor het strand bij elkaar gezocht. Op de fiets waren we er binnen een paar minuten en konden de kids lekker zwemmen, spelen en kastelen bouwen. Na het avondeten was het tijd voor spelletjes geïnspireerd door het programma: Minute to win it.

Probeer maar eens en ballon hoog te houden met een plantenspuit of zonder je handen te gebruiken pasta aan een ongekookte spaghetti sliert te rijgen.

De avond werd afgesloten met een bosspel waarin de leiding in het bos verstopt zat met aanwijzingen. Vond je een leiding dan moest je een kleine opdracht uitvoeren om een aanwijzing te krijgen.

Sommige kinderen vonden het erg eng in het bos, ondanks dat ze in groepjes liepen en hun zaklamp mee mochten nemen!!!



Zaterdag zijn we naar Monster gefietst om daar te turnen.

Grote trampoline, trapeze, tumblingbaan, maar ook gewoon balk en lange mat stond in de grote zaal opgebouwd.

Na het avondeten begon de bonte avond. Verschillende kinderen lieten hun dans en zangkunsten zien afgewisseld door gekke spelletjes.



Na de bonte avond was het tijd voor een disco. Hier werden allemaal nieuwe dansjes aan elkaar geleerd. Na de disco gingen de kleinste kinderen slapen en stond er voor de grotere nog een dropping op het programma. Altijd spannend!!! Zeker als je net de verkeerde kant op loopt en dan nog uren aan het zoeken bent!!! De juffen die meeliepen mochten de weg niet verklappen en moesten toekijken hoe ze een paar keer bijna bij het kamphuis waren maar toch weer een zijstraat insloegen!!! Zondag mocht er een beetje uitgeslapen worden en moesten de spullen weer worden ingepakt. Na het ontbijt werden er landen spelletjes gedaan zoals mummificeren, sirtaki dansen, aankleedrace etc etc Het hele weekend konden de teams met de spellen punten verdienen en na 4 dagen plezier bleek het team uit Afrika olv juf Ilse, Claudia en Saskia de meeste punten te hebben!!!! Na een korte regenbui, kon de terugreis naar Den Haag beginnen.

Juf Saskia

Van alles te doen op het Donarkamp

Op donderdag 2 juni is het zover, dan ga ik voor de eerste keer mee met het Donarkamp. We verzamelen 's middags met alle kinderen bij de nieuwe turnhal op de Groen van Prinstererlaan. Eerst mogen we daar turnen. Daarna gaan we in groepjes - de jongste kinderen eerst - naar het kamphuis fietsen. De juffen en een paar ouders fietsen met ons mee. De tassen worden voor ons door een auto meegenomen. Gelukkig was het lekker fietsweer!

Bij het kamphuis in 's Gravenzande bekeken we natuurlijk eerst de slaapkamers en je mocht zelf je bed uitzoeken. De taken werden verdeeld (tafel dekken, afruimen en afwassen). Na het avondeten werd er nog een spel gespeeld. Toen was iedereen moe en gingen de jongste kinderen slapen. De volgende dagen was er van alles te doen: sponsgevechten, naar het strand, turnen in de gymzaal in Monster, avondspeurtocht (van 11 tot 12 uur, gaaaap...), en een bonte avond met allerlei spelletjes en dansjes.

Toen we gingen terugfietsen was het gelukkig weer droog, we hadden dit keer maar één pauze.

Ik vond het erg leuk en volgend jaar wil ik weer mee. Hopelijk gaat dan ook m'n vriendin mee, die ook op turnen zit!

Fenna Janssen, 8 jaar (les bij Amy en Jessica)



Met z'n allen veilig op de fiets.



Staelduinhoeve

DONAR was bij Pretpark Zuiderpark 2011

Op 11 augustus hebben wij meegedaan aan het sportfestijn Pretpark Zuiderpark 2011. Het Pretpark Zuiderpark is een initiatief van de Ooievaarspas organisatie voor alle kindjes uit Den Haag. Ondanks het wisselvallige weer, zijn Juf Claudia, Juf Rachel en ik op pad gegaan met de tumbelingbaan. We hebben deze rollend naar het terrein gebracht waardoor we al meteen een opvallende verschijning waren. Toen de tumbelingbaan opgeblazen was, stonden er al een heleboel kinderen te wachten tot ze konden laten zien wat ze konden.

Er waren in totaal zo 'n 1500 kinderen in het Zuiderpark die natuurlijk allemaal op de hoogte gebracht moesten worden van onze vereniging. Flo Dijkhuizen en Sharini Ratmautar hebben daarom heel veel flyers uitgedeeld. En waar nodig, veel vragen beantwoord. Wij hebben het enorm leuk gehad, ook al waren wij in totaal twee keer natgeregend. We kunnen hoe dan ook terugkijken op een geweldige dag en een leuk evenement.



Benieuwd naar alle foto's?
Je vindt ze op de Donar
Facebook pagina.
Groetjes,
Rose-Ann Maduro PR Donar

ZOKA

Ook dit jaar zijn er weer kinderen van onze vereniging mee gegaan met het zomerkamp dat georganiseerd wordt door de KNGU.

(www.zoka.nl) De kinderen hebben stuk voor stuk een enorm leuke week gehad. Zo hebben zij gegymd en waterspelletjes, bosren-spelen, smokkelspelen enz. gespeeld. De oudere kinderen zijn zelfs een dagje naar de stad Deventer geweest en brachten een bezoekje aan een discotheek.

Alle groepen zijn een middag naar het zwembad geweest.

De week werd afgesloten met een grootse sluitingsceremonie in het amfitheater. Kortom, weer een geslaagde zomerkampweek!

Wil jij volgend jaar ook zo'n te gek kamp beleven? Stuur dan nu alvast een email naar Femke (juffemke@donargym.nl). Zij houdt je dan op de hoogte van de inschrijvingsprocedure van volgend jaar!



VERJAARDAGEN IN SEPTEMBER EN OKTOBER

Alicia		Helderman	01-sep	Stacey	in	't Veld	01-okt
Dagmar	de	Jong	01-sep	Jyotika		Ramsaran	01-okt
Britt		Wulfsen	01-sep	Charon		Nieuwpoort	02-okt
Nika		Shourehdeli	02-sep	Dillon		Pelle	02-okt
Fenna		Janssen	04-sep	Cynthia		Schrader	03-okt
Amber		Bongers	04-sep	Loewam		Andom	05-okt
Carlijn	van	Heerde	05-sep	Bda		Celik	05-okt
Lisa		Vestjens	06-sep	Aimée		Brouwer	06-okt
Demi		Groeneveld	06-sep	Nasser		Talbi	06-okt
Annicka	van	Wijk	06-sep	Cassedy		Baljeu	07-okt
Simran		Younas	06-sep	Nerissa		Ogidi Nwankwo	08-okt
Thijs	vd	Helm	06-sep	Marcelina		Solowiej-Thorz	08-okt
Tessa		Hoeksema	10-sep	Anne	vd	Geugten	09-okt
Dewi		Osendarp	10-sep	Bridget	van	Goudzwaard	10-okt
Nurlaila		Brand	13-sep	Iris		Honders	12-okt
Mabel	van	Haaften	13-sep	Lieke	van	Niekerk	13-okt
Frank	van	Nieuwpoort	13-sep	Yasmina		Charif Ahouiak	14-okt
Nanna	vd	Wel	13-sep	Yentle		Krul	14-okt
Amber		Ramawadh	13-sep	Yentl		Salfischberger	14-okt
Nikki		Handana	18-sep	Ashley	van	Oosten	15-okt
Melda		Kucuk	19-sep	Sule		Akyuz	16-okt
Eliza		Drndarski	19-sep	Pia		Schaaf	17-okt
Heba		Laghmouchi	20-sep	Elisabeth		Mouri	20-okt
Linsey		Toepoel	21-sep	Serval		Acer	22-okt
Quinty	vd	Berg	22-sep	Jonatan		Kaminski	22-okt
Rowin		Broeshart	22-sep	Jaylinn	den	Uijl	23-okt
Nikki	vd	Steen	22-sep	Shirley		Clasener	24-okt
Nicole	vd	Bogert	22-sep	Celine	't	Hoen	26-okt
Elize	vd	Berg	23-sep	Isa	van	Wijk	28-okt
Demi		Storm	25-sep	Julia		Bril	29-okt
Rania		Rewat	25-sep	Lindsey		Keus	31-okt
Yoni	van	Loo	27-sep	Fresco		Snijders	31-okt
Danitsa		Ponit	30-sep				
Cheyenne		Keereweer	30-sep				
Michaela		Miguel	30-sep				

GEFELICITEERD!!!!!!



Nieuwe Juniorclubleden

Sabrinnisa Isik
Nurinnisa Isik
Anne v.d. Geugten
Aya Abdaine
Sylvestrer Lubbers
Heba Laghmouchi
Fatin Laghmouchi



NIEUWE LEDEN WELKOM BIJ DE AEROBICS/BODYSHAPE

De woensdagavondles van 8 tot 9 uur kan weer nieuwe enthousiaste dames gebruiken.

Kom een keer kijken en een gratis proefles meedoen.

Het is een gezellige les, waar niets moet en (bijna) alles mag.

Geen bijzondere kleding vereist, wel goede schoenen. Verder een handdoek en een flesje water.

Het is een zeer afwisselende les met aerobics op leuke muziek (geen house), spierversterkende oefeningen met en zonder dumbbells, stretching, ontspanning. Het is een les voor alle dames die in vorm willen komen en blijven vanaf ca. 25 jaar, maar het accent ligt rond de 40 jaar.

Info bij: Loes Trompet. secretariaat@donargym.nl

TOT ZIENS!!!!

Loes