

Voorwoord.

Beste lezers,

De eerste maanden van dit seizoen zitten er al weer op. We zijn druk bezig met de Grote Clubactie en ik hoop dat er weer veel loten verkocht worden. In het krantje kunnen jullie lezen dat er een aantal vrijwilligers aan het snoeien is geweest om de buitenkant van de gymzaal er weer wat fraaier uit te laten zien.

Tevens zijn er deelnemers naar de springdagen op 20 oktober geweest.

Iedereen die bij al deze activiteiten betrokken is geweest hartelijk bedankt daarvoor!!

Twee van onze leidsters Saskia v.d. Berg en Ilse Feenstra zijn op zondag 2 oktober zijn vertrokken om een paar maanden vrijwilligerswerk te gaan doen in Ghana. Daar hebben wij veel respect voor en het bestuur en geheel Donar wensen ze daar heel veel succes bij.

Ook wilde ik degenen die hun lessen over gaan nemen daar hartelijk voor bedanken.

Zoals iedereen kan merken is Donar al weer vol op in beweging en nog steeds kan het bestuur daar op wat voor manier dan ook hulp bij gebruiken. Dus schroom niet als u denkt af en toe een uurtje over te hebben en wel iets voor Donar te willen doen. Neem gerust contact op of stuur een mailtje naar bestuur@donargym.nl en dan nemen wij contact met u op om te overleggen wat u zou willen en kunnen betekenen voor Donar. Dit hoeft niet altijd een bestuursfunctie te zijn.

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

JUF SASKIA en JUF ILSE op stage naar GHANA

In de laatste week van september hebben juf Saskia en juf Ilse afscheid genomen van hun leerlingen. Op 2 oktober zijn zij vertrokken naar Ghana om daar vrijwilligerswerk te doen.

Juf Saskia voor 3 maanden en juf Ilse zelfs voor 6 maanden.



Alle lessen worden gelukkig vervangen, dat hebben zij zelf geregeld, en het bestuur van DONAR wil de vervangers hiervoor heel hartelijk bedanken want het valt beslist niet mee om dat "er even bij te doen" zoals wel eens wordt gedacht.

De meisjes en meiden hadden heel veel cadeautjes meegenomen voor de juffen en hadden kaarten geschreven, en ook zelf gemaakt. Uiteraard ontbrak de zak drop niet!!

Willen jullie Saskia volgen dan kan dat op haar blog:
sas2707.waarbenjij.nu Daar

staat ook een link naar de blog van Ilse.



En er zal zeker een verslag in het krantje komen als ze weer terug zijn met verhalen over hun ongetwijfeld zeer bijzondere ervaringen.

Loes Trompet

SINTERKLAAS KOMT BIJ DONAR!!!!!!!!!!



Alle kinderen t/m 7 jaar zijn welkom om 13.45 uur in de Renswoudelaan, waar we met z'n allen gezellig gaan gymmen en knutselen.

De ouders zijn vanaf 15.45 uur weer welkom om samen met de kinderen op de komst van de Sint te wachten.

Inschrijven kan door onderstaand strookje en

€ 2,50 p.p. voor 11 november in te leveren bij de juf of meester.

Broertjes, zusjes, vriendjes en vriendinnetjes zijn ook welkom.

En vergeet je gymspullen niet.

Verder informatie krijgen jullie ook op de les.

.....
Ik kom op 27 november naar het Sinterklaasfeest bij Donar

Naam.....jongen/meisje

Geboortedatum:.....

Op les bij.....

op.....dag

Hobby's/bijzonderheden:.....

.....
Ik neem mee:

Naam.....jongen/meisje

Geboortedatum:.....

Hobby's/bijzonderheden:.....

.....



Grote Tuin schoonmaak bij Renswoudelaan

Vrijwilligers, een aantal van de leiding, enkele ouders damesselectie en enkele leden bestuur Donar en bestuur Progym hebben op zaterdagochtend 1 oktober gehoor gegeven aan de oproep om mee te helpen met de grote tuinschoonmaak rondom de zaal aan de Renswoudelaan. In de loop van de jaren waren de struiken door de hekken heen gaan groeien, was er veel onkruid aan de achterkant tussen de stenen gaan zitten en ook de ingang kon wel een opknapbeurt gebruiken.



Uiteraard was gegokt op mooi weer, maar dat het zo'n beetje het mooiste weekend van de hele zomer zou worden (25 graden!) hadden we niet verwacht. Gelukkig waren er toch veel vrijwilligers die naar de zaal kwamen in plaats van naar het strand of bos. WANT vele handen maken licht werk.

Er is heel erg hard gewerkt en als snel zag je resultaat. Cor Snijders, onze penningmeester, had op internet gekeken of er misschien tegels werden aangeboden, want een nieuwe tegelpad aan de zijkant was hard nodig. Er was inderdaad een mooie partij grote tegels en toen de aanbieder hoorde dat het voor een gymnastiekvereniging was, heeft hij geholpen met het wegbrengen. De auto's moesten wel 4x heen en terug.

Het resultaat echter mag er zijn. Aan het eind van de ochtend was het klaar: het tegelpad, alles gesnoeid en het gesnoeide keurig vastgebonden in bundels.

Iedereen die geholpen heeft onze hartelijke dank.

Jammer dat enkele buurtbewoners– meteen na de grote schoonmaak - vlak voor de entree van de zaal hun hond(en) hebben laten poepen en dit niet hebben opgeraapt (wat toch verplicht is).

Loes Trompet



20 oktober: SPRINGDAG IN SOMMELSDIJK WEER EEN GROOT SUCCES!!

We moesten weer vroeg op want de bus kwam ons 7.15 ophalen. Iedereen was er. Daar aangekomen waren we allemaal wakker en begon er een groep bij het klimmen en de andere groep bij het tuintrampoline springen. Dit was een nieuw onderdeel, bij iedereen viel het goed in de smaak. Het waren best grote trampolines, dus de salto's vlogen ons om de oren. Bij het klimmen, ging het ook super. Iedereen heeft het geprobeerd, maar niet iedereen durfde tot boven te klimmen.



Bij het boogschieten waren er een paar goede schutters. Sommige kids schoten alle drie de pijlen in het bord (wat al heel knap was, want ik schoot er alleen maar overheen) en er waren zelfs een paar kids die in de gele roos schoten, super knap.



Daarna lekker turnen op de tumblingbaan, de hele grote trampolines en er waren nog wat andere sprongsituaties.

Verder waren er nog de ringen met trapezestok, waar ik een heleboel rare dingen heb gezien. Zwaaien met zijn drieën aan de stok. En 1 staan op de stok, 1 erop zitten en de derde hing aan de stok. Daarna gingen we kijken naar de demo, waar Stacey, Thijs en Mhedi aan mee hebben gedaan. Toen was het eindelijk tijd om te eten, na het eten lekker zwemmen en om 15.30 was het tijd om ons aan te kleden en naar huis te gaan. Het was weer een hele gezellige dag.

Juf Claudia





de springdag

ik vond het ~~heel erg~~ heel erg

leuk en ik ben heel
erg moe! ik had het ook
heel erg naar me z'n in de
bus ik zat naast Romy kruis. vande
selectie.

Jannick van weykd

✱ TOMAS KREISA ✱

ik vond toekun heel leuk
en rijken schieten bij
zweemmen vond ik het leuk
met luka en in zwembad.

Daniël Flo vonden het super gezellig!!
x Daniël Flo.

* Ik vond het heel leuk vooral ~~het~~ het
Zwemmen!!!

Ik vond ~~het~~ super gezellig! de tijd
ging echt ~~snel~~ snel. Ik ga volgende keer
weer! xx Romy!!

~~Ik~~ Ik vond het super ~~gezellig~~
Leuk! volgende keer hoop ik weer

* GRATIS mee kan.

~~Het~~ Het zwemmen vond ik het leukst.

Groetjes  Lissy 

* 40 loten verkocht.

daarom gratis mee

ik vond het leuk.

(zwemmen)

en zo vond!
kline romy

Superdemo op Leyweg

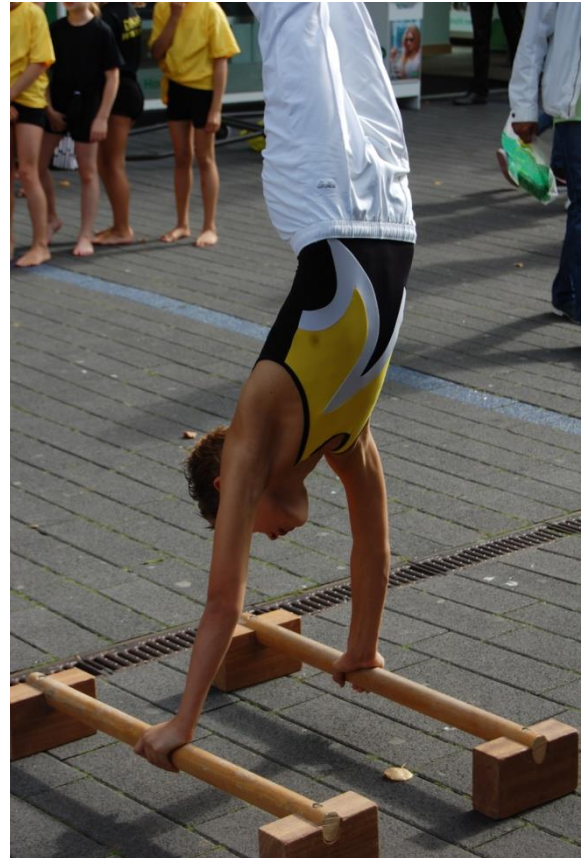
Op zaterdag 10 september werd het rustige winkelcentrum de Leyweg overvallen door een groep van 25 Donarianen. De Leyweg kleurde ineens helemaal zwart-geel.

Het Donar demoteam gaf verschillende demo's. De winkelende mensen keken nieuwsgierig toen er midden op het plein ineens allerlei turnkunsten vertoond werden. De meisjes lieten koprollen zien op de balk en de jongens lieten zien hoe sterk ze waren.

Ook werden er loten verkocht voor de grote clubactie. De verkoop ging zo goed, dat de doos met loten aan het einde van de middag leeg was!

Bedankt superverkopers!

Groetjes, juf Rachel



Trainingsstage België 15-17 oktober

Net als vorig jaar zijn de dames- en herenselectie van onze vereniging op trainingsstage geweest. Op zaterdagmorgen vertrok de groep naar België. Helaas kwamen we enorm in de file te staan, dus we kwamen we pas laat aan. Toch zijn we meteen aan de eerste training begonnen. Aan het begin van de training was het even wennen aan de toestellen, maar de turners hebben toch goed getraind. Daarna was het al weer tijd om te gaan eten. Een heerlijke warme maaltijd met als toetje chocolademousse.

Niet lang na het avondeten gingen de jongste deelnemers richting bed. De turners hebben toen nog geluisterd naar een voorleesverhaal, waarna ze heerlijk konden slapen. De meeste kinderen deden dat dan ook. Niet veel later was het ook voor de oudere deelnemers bedtijd. De oudste turners wilden ook graag voorgelezen worden en dus ook daar een verhaaltje uit het boek van "Meester Jaap."

De volgende ochtend waren sommige turners al vroeg wakker. Gelukkig ontbijtten we ook vroeg. Deze zondag stonden er twee trainingen op het programma. Leuk om te merken was dat duidelijk te zien was welke turners er goed hadden geslapen en welke niet. De fitte turners turnden aanzienlijk beter dan de anderen.

Na twee goede trainingen en een lekkere pasta als diner was het voor de kleine mannen tijd om te gaan slapen. Dit ging veel beter dan de dag ervoor, wat dan ook resulteerde in een fantastische laatste training op maandag.

Na deze training hebben de kinderen nog wat gegeten en gedronken en zijn toen in de auto's naar Den Haag teruggegaan. Waarschijnlijk moe, maar voldaan.

Wij als trainers willen iedereen die heeft geholpen/ gereden enorm bedanken. Dit soort activiteiten zijn alleen maar mogelijk dankzij de hulp van jullie!

Juf Femke.

HOERA!!!!

Jarig in november en december --

Yennah	Lamens	01-nov	Alica		
Nergis	Ahajgoune	03-nov	Loïs	Rieff	03-dec
Anovar	Lahdahda	04-nov	Susan	Borst	03-dec
Isa	Dirkzwager	05-nov	Talita	Brink	04-dec
Yaren	Aydin	05-nov	Jaidyn	Stormer	04-dec
Özge	Arik	06-nov	Melissa	Bal	07-dec
Zuleyha	Korkmaz	07-nov	Fleur	Elferink	08-dec
Emma	van Leeuwen	08-nov	Tessa	Vrolijk	09-dec
Eva	Loomans	10-nov	Angelique	Tybout	09-dec
Shanti	Hunte	10-nov	Phoebe	Seif	11-dec
Shannon	Deur	11-nov	Flo	Dijkhuizen	11-dec
Marit	Jansen	12-nov	Bonita	de Wilde	13-dec
Daphne	Deurloo	12-nov	Ilse	van Oosterom	15-dec
Sylvestrer	Lubbers	13-nov	Michelle	Dorder	15-dec
Suna	Yildirim	13-nov	Isabella	Bal	17-dec
Mara	Kamminga	14-nov	Emma	Toet	18-dec
Daisy	vd Hoeven	15-nov	Chenzira	Brand	18-dec
Desteny	Kuiper	16-nov	Sanne	Fratermann	19-dec
Julia	Keukens	17-nov	Sara	Yildirim	23-dec
Daan	Pacqué	18-nov	Angel	Groen	23-dec
Sem	Voets	19-nov	Rumeysa	Yilmaz	23-dec
Mandy	de Wilde	20-nov	Joued	Slabbekoorn	25-dec
Rosario	Denia Llácer	21-nov	Marwan	Slabbekoorn	25-dec
Jara	vd Kleijn	21-nov	Amna	Younas	26-dec
Jade	Geenjaar	22-nov	Nour	Hochlaf	27-dec
Kaja	Luiten	23-nov	Daphne	Regtien	29-dec
Isabella	Collins	23-nov	Jori	Houtman	29-dec
Hania	Snellink	25-nov	Kevin	Deurloo	30-dec
Matthea	van Welbergen	26-nov	Julia	Thijssen	30-dec
Younes	Akalei	27-nov	Nikita	Hage	31-dec
Kayleigh	Sumter	27-nov	Romy	vd Berg	31-dec
Nazik	Akyuz	29-nov	Celine	van Dommelen	31-dec
Ilona	Bal	30-nov	Aleyra	Alper	31-dec



Nieuwe Junior Clubleden

Caitlin de Boer
Selina Pronk
Dunya Vos
Sara Yildirim
Bente Welling
Taja Zara Versnik
Samantha Groos
Sem van der Zee
Salima Bouhalhoul
Loïs Rieff
Morsal Atazadah
Gwendolyn Fase
Romy v.d. Lichte
Wieke van Luijk
Diane Kortekaas
Ayla Mattheyer
Mirthe den Heijer
Izabella Bosiaga Ramos
Casper de Beus
Youri Scholtes
Zeynep Yildirim
Asli Kirin
Chelsey Hoogduyn
Zena Abouelela
Yaren Aydin
Nick Pacqué
Julia Moen
Marieke Rijkels
Delila Goudriaan
Nick Neervoort

Beje Soer
Sem Voets
Jill Voets
Marit Jansen
Mara Kamminga
Lieke Kamminga
Jorien Kamminga
Tessa Vrolijk
Jade Geenjaar
Rumeysa Yilmaz
Cansu Yilmaz
Tessa Hagebeek
Megan Hagebeek
Jelle Hunnengo
Jade Haffert
Laïsha de Haas
Imre Schrader
Dilara Ünal
Danielle Rieken
Lisanne van Elk
Elianne Boiten
Vera Gijzel
Naila el Yousoufi
Kristel van Kuijk
Simone Rurup
Emek Sultan Tural
Quincy Dijkhuizen



WELKOM
VEEL PLEZIER!

