

VOORWOORD

Beste allemaal,

Als u dit blad krijgt staat de zomervakantie voor de deur. MAAR op het moment van schrijven moet de gym-3-daagse in juli nog plaatsvinden en is er een aantal belangrijke wedstrijden waaronder de NK van de heren geturnd.

Het NK turnen was op 15 juni jl. in Ahoy en ik kan u mededelen dat je als voorzitter erg trots bent als blijkt dat Nick Neervoort Kampioen van Nederland is geworden wat nog niet eerder in de geschiedenis van Donar (en ook in die van Den Haag) heeft plaatsgevonden!!

Wel hebben wij in 1948 -1953 een dame gehad - Dien Krul -die 5 keer achter elkaar Nederlands kampioen is geweest en zelfs nog aan de Olympische Spelen heeft deelgenomen.

In de oorlog is Donariaan Freek de Waal kampioen van West Nederland geworden op het hoogste niveau, maar er was ook een kampioen van Oost Nederland. Dus dit is de eerste keer dat we de enige Nederlands kampioen hebben bij de herenturners in zijn categorie. (Zie verder in het krantje)

Het afgelopen seizoen is er weer heel veel werk verzet door onze enthousiaste T.C. Naast alle activiteiten die ze ieder seizoen organiseren, kwam er dit jaar ook de Haagse Bosancup bij die op 22 en 23 juni inmiddels heeft plaatsgevonden. Uiteindelijk schreven er zoveel deelnemers in dat zelfs een extra wedstrijd en extra banen moesten worden ingelast om alle deelnemers te kunnen laten meedoen. Dat was weer een heel werk dat prima is georganiseerd.

Verder wil ik iedereen die op wat voor manier een steentje heeft bij gedragen aan wat voor activiteit dan ook voor Donar en zeker ook de ouders die bij steeds meer activiteiten komen helpen, hartelijk bedanken!!

Misschien dat deze mensen ook willen helpen bij bepaalde taken als we volgend jaar ons 110-jarig bestaan gaan vieren.

Als er mensen zijn die daar over mee willen gaan denken hoe we hier invulling aan kunnen gaan geven laat ons dit dan weten via de leiding of via de mail (bestuur@donargym.nl).

Dan wens ik nu iedereen tot slot een hele goede en vooral zonnige vakantie toe.

E.Castens (Voorzitter)



Colofon:

Gymnastiekvereniging Donar

Renswoudelaan 47, 2546 XE Den Haag

www.donargym.nl e-mail: info@donargym.nl

redactieadres secretariaat@donargym.nl

Oplage ca. 500 Voor advertenties: secretariaat@donargym.nl

Drukker: Sportservice Zuid-Holland

Website en facebook

Zie voor mededelingen, verslagen, lesrooster, agenda etc. etc. ook de website van Donar www.donargym.nl.

Wil je wat op de website zetten, stuur dit dan naar secretariaat@donargym.nl die het zal doorsturen naar onze webmaster.

Volg Donar ook op facebook.

Voor de selectie heren op www.haagsetopsport.nl



Hoe moet het lidmaatschap beëindigd worden?

Het opzeggen van het lidmaatschap is alleen mogelijk door schriftelijk op te zeggen bij het ledensecretariaat en wel 30 dagen voor het begin van het nieuwe kwartaal. Adres Volendamlaan 865/5 2546 CD Den Haag.

Als schriftelijke opzegging geldt ook de opzegging per e-mail:

ledensecretariaat@donargym.nl

Mondelinge of telefonische opzeggingen aan andere personen, bestuursleden of aan de leiding zijn niet geldig.

DONAR KAMP 2013

Een weekend vol sport, spel en plezier met oude én nieuwe vriendjes! Wanneer : 28, 29 & 30 Juni 2013. Het kamp is volgeboekt. Het verslag volgt in het volgen de nummer!!

Gym 3-daagse 8,9, en 10 juli

Bij het samenstellen van de kopij, was de Gym 3-daagse nog niet geweest. Ook hiervan volgt een verslag in het volgende nummer.

Halve finale NK in Vught Herenselectie

In het weekend van 11 en 12 mei werd er door een aantal van de jongens van de herenselectie gestreden om een plek in de finale van het NK.

Mehdi was zaterdagmiddag aan de beurt. Hij turnde stabiel en begon zijn wedstrijd ondanks wat strubbelingen vooraf alsnog goed.

Op rek maakte Mehdi een grote fout. Zijn dubbel af ging niet goed, waardoor hij helaas niet op zijn voeten landde. Op vloer herpakte hij zich goed. Dit leverde hem de tweede score en dus een toestelfinale op. Voltige ging weer niet helemaal top. Een val leverde hem een punt aftrek op, waardoor een plaats op het podium er niet meer in zat. Toch gingen de laatste twee toestellen weer fantastisch en plaatste Mehdi zich ruim voor de finale. Ook heeft hij drie toestelfinales te pakken. Zowel op vloer, ringen als sprong mag hij proberen om Nederlands Kampioen te worden.

Op zondagochtend waren de benjamins en instap 9 en 8 turners aan de beurt. Marwan turnde een wisselvallige wedstrijd. Het ene toestel ging veel beter dan het andere. Marwan liet twee onwijs mooie sprongen zien die hem het cijfer 19.00 opleverden. Bijna het hoogste cijfer van alle benjamins. Jammer dat er in deze categorie geen toestelfinales zijn.

Nick turnde wederom een prima wedstrijd. Nick is op alle toestellen in de top geëindigd. Vooral zijn brugoefening was een plaatje. De concurrentie is dichterbij gekomen dan in de kwartfinale, maar Nick haalde nog steeds 3,5 punt meer dan de nummer twee en mocht net als de vorige keer een gouden medaille ophalen. Zowel Marwan als Nick hebben zich geplaatst voor de NK-finale in Ahoy.

In de categorie instap 9 zouden Younes en Luka turnen. Helaas heeft Younes zijn arm gebroken en was hij nog niet in staat om mee te doen. Luka heeft de afgelopen tijd erg hard getraind om zijn oefeningen nog beter te maken en wilde graag een toestelfinale op vloer en sprong. Van tevoren dachten wij dat dat erin zat. Helaas had Luka een beetje pech. Op de meeste onderdelen liep het minder lekker dan dat we van hem gewend zijn. Luka kwam net één tiende tekort voor een plek in de finale. Schrale troost is dat Luka wel een toestelfinale op brug heeft en eerste reserve is voor de finale in Almere.

Bij de instap 8 in de talentendivisie moest Joued zich proberen te plaatsen voor de finale. Joued heeft het zwaar in deze categorie. Op sommige onderdelen komt hij goed mee met de andere turners, maar bij andere toestellen komt hij nog wat uitgangswaarde tekort. Toch was Joued goed

geconcentreerd, liet hij mooie oefeningen zien en turnde zich zo naar de finale in Ahoy.

Open Zuid Hollandse kampioenschappen Heren selectie

Tussen de twee NK-finales in zijn de Open Zuid Hollandse kampioenschappen gehouden. De herenselectie van Donar deed hier met 13 turners aan mee. De ochtendwedstrijd was het drukst bezet met Donarturners. Maar liefst 7 benjamins deden mee. Voor Imran en Teije was dit hun eerste grote wedstrijd. Zij deden vooral mee om eens te ervaren hoe een wedstrijd nou precies gaat. De jongens hebben hun best gedaan en veel geleerd. Volgend seizoen gaan zij vast enorm stijgen op de ranglijst. Rutger, Nathan en Romeo hebben al meer wedstrijden gedaan. De jongens turnen meer elementen dan aan het begin van het seizoen, maar kunnen nog niet mee met de top van deze categorie. Zij gaan zich nu richten op volgend seizoen.

Voor Marwan en Nick was de OZHK een goede generale repetitie voor de NK in Ahoy. Ondanks enkele foutjes werd Nick kampioen en werd Marwan knap 3e.

In de middagronde waren Joued, Daniel, Frank en Luka mee. Joued strijdt al het hele jaar tegen een nationale topper. Ondanks dat Joued goed turnde kon hij niet in de buurt komen van Jordi.

Daniel heeft gedurende het seizoen veel nieuwe elementen geleerd. Dit resulteerde in het feit dat hij 7 (meer dan een punt per toestel) punten meer haalde dan aan het begin van het seizoen. Een goede prestatie.

Frank turnde een hele goede wedstrijd. Hij heeft zelfs voor het eerst een streksalto van de rekstok gedaan. Frank eindigde op de 5e plaats. Onwijs knap als eerstejaars.

Luka begon heel gemotiveerd aan de wedstrijd. Hij wilde laten zien dat hij echt in de top hoort. Dit lukte hem goed; met meer dan 4 punten voorsprong op de nummer twee mocht hij een gouden medaille ophalen!

In de avondronde turnden Roy en Mehdi. Helaas hebben zij beiden last van blessures en lukte niet alles zo goed als we van ze gewend zijn. Toch eindigden zij beiden op de tweede plaats.

Voor de meeste turners is het wedstrijdseizoen nu echt voorbij en kunnen zij zich lekker gaan richten op volgend jaar!

Halve finale in Leek - Herenselectie

In het laatste weekend van mei werden de halve finales in de tweede divisie gehouden. Roy en Edwin hadden zich hiervoor geplaatst. De wedstrijd werd gehouden in Leek (Groningen.) De jongens hadden dus een lange reis in de benen toen zij aan de wedstrijd begonnen.

Edwin zat niet lekker in de wedstrijd. Op brug en rek ging het oké. Op vloer leek Edwin een beetje in de wedstrijd te komen. Helaas kwam toen voltige, waar wij het liever niet meer over willen hebben... Zelfs op zijn beste onderdeel "ringen" ging het niet zoals gepland. Edwin eindigde op sprong. Hij zou een tshuki-hoek en tshuki-strek springen. Echter zag ik nauwelijks verschil tussen beide sprongen. Gelukkig zag de jury het anders en haalde Edwin een hele mooie score! Uiteindelijk haalde Edwin 64,65. Of deze score genoeg was voor plaatsing was maar de vraag. Gelukkig bleek bij de prijsuitreiking dat Edwin als gedeeld veertiende door mocht naar de finale! En ook op vloer, sprong en rek in de toestelfinale stond.

Roy deed het een stuk beter. Hij begon op rek; af en toe vergat hij zijn knieën bij elkaar te houden, maar verder was het een mooie oefening.

Relatief eenvoudig, maar Roy voert hem goed uit waardoor hij een plek in de toestelfinale bemachtigde.

Vloer en voltige deed Roy prima. Hij maakte geen grote fouten. Bij ringen twijfelde Roy even of hij een hele of halve schroef als afsprong zou doen. Hij ging op safe en dat pakte goed uit! Ook op ringen had Roy een toestelfinale. Op de twee laatste toestellen turnde Roy prima waardoor hij zich ruim plaatste voor de meerkampfinale.

Finale 1e en 2e divisie in Almere

In het eerste weekend van mei zijn de (toestel) finales in de 1e en 2e divisie gehouden. Luka was eerste reserve en stond zaterdagochtend netjes klaar bij de zaal. Helaas voor hem waren er geen uitvallers en mocht hij gaan genieten van een dagje Amsterdam.

In de middag was Mehdi aan de beurt. Als hij op zijn top zou turnen was er een kansje op een podiumplek. Mehdi turnde zeker niet slecht, maar een plek in de top-5 zat er deze dag helaas net niet in. Hij eindigde als eerstejaars jeugdturner op een mooie zesde plek!

In de avondronde turnden Roy en Edwin. Beiden turnden een goede wedstrijd. Maakten geen grote fouten en eindigden op een respectievelijke negende en zesde plaats.

De dag erna volgden de toestelfinales. Luka had zich tegen al onze verwachtingen in geplaatst voor een toestelfinale op



brug. Hij had heel hard getraind om de hele pluslijn te turnen en zo nog een half puntje extra te scoren. En met succes, Luka kreeg iedereen stil met de mooie oefening die hij turnde. Met een score van 19,00 mocht hij een zilveren medaille ophalen.

In de middagwedstrijd had Edwin zijn dag niet. Hij kon op geen enkel toestel vlammen en sloot het wedstrijdseizoen medailleloos af.

Roy daarentegen liet een herhaling van zijn rekoefening van de dag ervoor zien en dat was goed voor een bronzen medaille. Mehdi bleek erg veel last te hebben van zijn knieblesure. Op vloer moest hij daarvoor een aangepaste oefening turnen en bleven de medailles buiten bereik. Op ringen



deed Mehdi het niet slecht, echter turnden zijn concurrenten de sterren van de hemel waardoor ook hier geen podiumplaats in zat. Op sprong kreeg Mehdi zo'n laag cijfer, dat wij de scores van de concurrentie niet meer hadden bekeken. De verrassing was dus groot toen bij de prijsuitreiking bleek dat Mehdi een bronzen medaille had verdiend!

Een leuke afsluiting van een wisselvallig turnweekend.

Nick Neervoort Nederlands Kampioen!!

De afgelopen jaren zijn de prestaties van de herenselectie van Donar steeds beter geworden. Dit jaar hebben drie jongens het gepresteerd om de NK-finale in Ahoy te bereiken.

De podiumtraining voor de wedstrijd was al op vrijdagmiddag. Nick, Marwan en Joued (en trainers ☺) kregen vrij van school om de prachtige hal alvast te verkennen. Bij aankomst waren de eredivisieturners nog aan het trainen. We hebben een stukje van hun training gezien en daarna zijn Nick, Marwan en Joued op handtekeningenjacht gegaan. zo hebben zij nu handtekeningen van o.a. Jeffrey Wammes, Bart Deurloo, Axel Quist en Daniel Knibbeler (de trainer van Epke)

Na dit gedeelte was het tijd voor hun training. De jongens waren erg onder de indruk van de grote hal, tribune en felle lampen. Toch ging de podiumtraining prima. Het was rustig en de sfeer was gemoedelijk.

Op de dag van de wedstrijd waren de jongens behoorlijk gespannen. Joued turnde in instap 8 een goede wedstrijd. Op rek heeft hij voor het eerst de hele pluslijn geturnd. Dit betekent reuzen gevolgd door een streksalto. Ook op voltige turnde hij iets meer in de plus dan de wedstrijden ervoor. Joued verbeterde zijn persoonlijk puntenrecord en sloot het seizoen dus goed af.

Marwan had veel zin in de wedstrijd. Op sprong scoorde hij 18,60; de derde score, dus heel goed! Ook op de andere onderdelen liet hij zien wat hij kon. Hij turnde, net als zijn broer, een persoonlijk puntenrecord en gaat nu keihard trainen om volgend jaar te schitteren in de eerste divisie.



Nick was het hele jaar met ruime voorsprong eerste geworden. Toch werd het spannend, omdat de concurrentie langzaam maar zeker dichterbij kwam. Daarnaast deed Nick goed zijn best, maar maakte hij (waarschijnlijk door de spanning) wat kleine foutjes. Gelukkig knalde hij op brug en voltige (19,15 en 19,35) en liet daarmee zien dat hij de terechte **NEDERLANDS KAMPIOEN is in de TALENTEN-DIVISIE.**



Het was weer Open Podium in Kijkduin.

Donar heeft met een deel van de herenselectie en de talentgroep weer een prima demonstratie gegeven o.l.v. Ingeborg Slabbekoorn.

Het was droog – gelukkig, maar wel koud. Daardoor was het niet erg druk.

stellen van convenanten voor een aantal pleinen met afspraken over het schoon en veilig houden van de woonomgeving. Voor meer informatie: 070-3634322 of wijkbe-raadheesterbuurt@planet.nl.

KIJKDUIN

Flikflak en arabier op het Deltaplein

De heren van turnvereniging Donar doen zondag op het Open Podium oefeningen als de arabier

en de flikflak. Vanaf 14.00 uur tonen zij hun turnkunsten op het Deltaplein. www.donargym.nl

R'BURG-OOSTBROEK

Eenrichtingsverkeer in Harderwijkstraat

Voor een gedeelte van de Harderwijkstraat geldt sinds kort eenrichtingsverkeer. De straat is voortaan voor auto's en motoren alleen nog van de Schaarsbergenstraat naar de Dierenselaan te berijden. Dit geldt niet voor (brom)fietsers.

Lang
ook e

IN
LEI

Bijz
bij

De e
tura
low
Swe
dag

Ook succes voor de dames!

Bij de finale van de Turncompetitie is het 1^e team van DONAR 2^e van Zuid-Holland geworden en het 2^e team 3^e van Zuid-Holland.

Bij de Districtsfinale op 25 mei jl. is er een derde plaats behaald en allemaal zijn ze geëindigd in de Top 10!!

BIJ DE ZAAL RENSWOUDELAAN NU OOK BETAALD PARKEREN

Met ingang van 1 juli 2013 wordt betaald parkeren ingevoerd in Leyenburg (waar de zaal Renswoudelaan onder valt). Het zal in de vorm van een tijdelijke kraagregeling zijn. Wat houdt dat in?

Betaald parkeren van 17.00 – 21.00 uur zeven dagen per week.

Eerst was er een maximale parkeertijd van 1 uur, maar dit is onder druk van verenigingen en organisaties losgelaten.

Na de kraagregeling zal een definitieve regeling worden ingevoerd zoals in andere wijken van Den Haag. Van 18.00 – 24.00 uur. DONAR betreurt het zeer, maar kan hier weinig tegen doen. De parkeerdruk in de wijk werd te groot. Kom daarom zo veel mogelijk met de fiets of met openbaar vervoer!



JARIG IN Juli EN Augustus GEFELICITEERD ALLEMAAL!!

Jahlyna	Moens	02-jul	Geethana	Gressmann	23-jul
Martine	Doldersum	02-jul	Mark	Jochems	23-jul
Lisa	van Dijk	03-jul	Israe	Habib	25-jul
Zena	Abouelela	03-jul	Dilara	Massing	26-jul
Luka	Smits	04-jul	Amina	Ismaili	26-jul
Maja	Prgin	04-jul	Eya	de Jong	27-jul
Merel	van Delft	05-jul			
Romeo	v.d. Vreede	05-jul			
Emek Sultan	Tutal	06-jul	Amy	Bishay	03-aug
Roy	Maas	07-jul	Fiza	Kazmi	05-aug
Diane	Kortekaas	10-jul	Vinay	Mpiana	05-aug
Minou	Jutte	10-jul	Kyana	Ghoerbien	07-aug
Romy	v.d. Woerd	11-jul	Deborah	Ladid	07-aug
Bente	Brinkman	11-jul	Lara	Housmans	13-aug
	Ogidi-		Hanne	Klapwijk	14-aug
Angel	Nwankwo	13-jul	Alice	Rietbroek	16-aug
Melissa	Hoogenraad	13-jul	Nick	Steenhuizen	20-aug
Yasmine	Ahajgoune	15-jul	Stan	Steenhuizen	20-aug
Elianne	Boiten	17-jul	Myrthe	Scholtes	20-aug
Julian	Sjambar	17-jul	Yaz Alkim	Bulut	21-aug
Floor	Mahieu	17-jul	Iris	Ende	24-aug
Charissa	Kalloe	17-jul	Zoë	van Delden	25-aug
Marcus	Hendriks	18-jul	Nilay	Korkmaz	25-aug
Femke	van Oostrum	19-jul	Esmée	Nachtegaal	26-aug
Jade	Haffert	19-jul	Alicja	Orlowska	28-aug
Joëlle	van Capelleveen	19-jul	Demi Joy	vd Steen	31-aug
Ghislaine	van Capelleveen	19-jul			



WELKOM BIJ DONAR: Nieuwe junior clubleden

Romy-Sophie Marijt
Mouna Ahraoui
Yassira Ahraoui
Iklim Sahan
Asude Gunerhanal
Luca Argante

Teije Smits
Ceyden Bozkurt
Ginny v.d. Woerd
Romy v.d. Woerd
Stacey de Nooijer



Eerste Haagse BOSAN Cup een GROOT succes!!

Het oorspronkelijke plan van DONAR was een wedstrijd voor pupillen en instappers..... Het is geworden: de grootste turnwedstrijd van het seizoen in deze regio, verdeeld over twee dagen!! (22 en 23 juni)

Ruim 500 deelnemers van 25 verschillende verenigingen van Brielle tot Amstelveen hadden zich ingeschreven en de organisatie moest zelfs de avonden inlassen om aan alle aanvragen te kunnen voldoen.

Uiteraard kon dit niet allemaal in onze eigen zaal, maar moesten we sporthal Overbosch huren, sponsors zoeken (w.o. uiteraard de fa. Bosan) en niet te vergeten enorm veel juryleden en vrijwilligers regelen. Tellers, omroepers, klokkers, meisjes voor het ophalen van de jurybriefjes, cijferbord schrijvers, EHBO-er, fotografen, muziekstarters, kaartverkopers, zeker niet onbelangrijk de catering voor al die vrijwilligers.

Iedereen werd ingezet. Ruim 175 bij elkaar!!!

Belangrijke voorbereidingen waren website en wedstrijdschema en natuurlijk het opbouwen van de werkvloer. De gehele vrijdag werd er opgebouwd.

Toen den vrachtauto met toestellen kwam, viel en de spullen er al uit.

De hoofdorganisatie bestond uit Saskia en Claudia v.d. Berg en Mano en Nancy van Dijk.

Het bestuur is apetrots op dit stel en ook op al die vrijwilligers die hebben geholpen. Soms voor een dagdeel, maar er waren er ook bij die twee dagen aanwezig waren. Enorm bedankt.

De Gemeente Den Haag mag trots zijn dat een dergelijke wedstrijd binnen de gemeente kon worden gehouden.

En ook zijn we trots op de deelnemers; in totaal 100 medailles. Daarvan zijn er velen bij de Donar meiden terecht gekomen. Demi had zelfs 4 medailles!

Volgend jaar opnieuw een Haagse Bosan Cup??



Per toestel waren er per wedstrijd 3 medailles en voor de meerkamp-winnaars:
De Haagse BOSAN Cup.



Sporthal Overbosch



Alle uitslagen werden opgeschreven (en uitgewist en weer opgeschreven), een heel werk.



Prijswinnaars zondagmiddag.