



Nieuwsbrief februari 2020

Hierbij nodigen wij u uit voor de jaarlijkse ledenvergadering welke gehouden zal worden op donderdag 5 maart 2020 in Kulturhus De Talter, Stouwdamsweg 4. Aanvang 19:30 uur.

Welkom zijn:

Alle leden 16+, ereleden en ouders zijn van harte welkom. De leden 16+ en ereleden hebben stemrecht. De ouders kunnen meepraten over de gang van zaken en voorstellen indienen.

Belangrijke data:

11 maart: Biddag, de lessen gaan gewoon door, tenzij leden anders beslissen.

27 mei: Stroopwafels ophalen: 17.00 – 18.00 uur in de Talter

2 juni: Stroopwafels betalen: 17.00 – 18.00 uur in de Talter

5 juni: Doelendag in Kulturhus de Talter

10 & 11 juli:

SOS nacht/dag

VAKANTIEROOSTER 2020

Voorjaarsvakantie: 24 t/m 28 februari

Goede Vrijdag & Pasen: 10 t/m 13 april

Meivakantie: 27 april t/m 8 mei

Hemelvaart: 21 en 22 mei

2^e Pinksterdag: 1 juni

ZOMERVAKANTIE:

13 juli t/m 28 augustus

(let op! We stoppen één week eerder dan de basisscholen)

AGENDA

- Opening
- Notulen vorige ledenvergadering
- Financieel verslag
- Verslag kascommissie
- Benoeming nieuwe kascommissie
- Contributieverhoging
- Jaarverslag 2019
- Bestuursverkiezing:
 - a. Aftredend en herkiesbaar: Lukkie Spronk
 - b. Aftredend en niet herkiesbaar: Alice van de Put

Kandidaten kunnen zich voor aanvang van de vergadering melden bij het bestuur

- Bespreking programma 2020
- Rondvraag
- Sluiting

Het bestuur: Gerry, Lukkie, Stiana, Berthilde, Peter, Alice, Jacobien en Tessa.

Bewegen voor Senioren

In Overdebeke zitten er iedere week weer een aantal fanatieke dames klaar voor een uurtje bewegen. We beginnen rustig aan tafel om de spieren van armen, pols en vingers warm te maken. Daarna is het tijd voor actie! In de benen, wandelen linksom en rechtsom, oefeningen op de plaats. Van alles komt er langs. Daarna gaan we met behulp van stoelen oefeningen voor buik-, been- en armspieren doen, waarna het tijd is voor de hoognodige ontspanning. Dit allemaal onder begeleiding van de nodige grappen en grollen, want bewegen doen we met veel plezier.

Kom eens langs om mee te doen. Iedere woensdag zijn we van 9.30 tot 10.30 uur te vinden in het zaaltje in Overdebeke.

Dansgroep 3: groep 7/8

Wij zijn Cheryll & Rachel en wij zijn de leiding van dansgroep 7/8.

Wij geven les aan deze groep op dinsdag van 6 tot 7 uur. Dit doen wij met veel plezier en gezelligheid!

De les beginnen we altijd met een warming up en daarna beginnen met een dans. Deze dans oefenen we voor de uitvoering.

Hier doen we elk jaar aan mee. Elke week maken wij weer een nieuw stukje wat de meiden weer kunnen aan leren.



Ook is er altijd ruimte voor een leuk spelletje. Voor de rest is het een erg gezellig groepje waar we altijd mee kunnen lachen.

Groetjes Cheryll & Rachel

Dames conditie 't Loo

Op woensdagavond is het vanaf 18.30 uur in de gymzaal op 't Loo tijd voor wat beweging. Een enthousiaste groep dames, die zelf ook met ideeën komen, is druk doende om alle spieren los, warm, sterk en strak te krijgen. De lachspieren worden niet vergeten, want die zijn erg belangrijk.

Naast de gebruikelijke oefeningen voor buik-, bil-, been- en armspieren (waarvan er heel veel verschillende zijn, zodat we lekker kunnen afwisselen), gaan we ook voor conditie door o.a. spel. Samen met de trainster wordt gekeken welke oefeningen bij je passen en eventueel aanpassingen gedaan, zodat onderdelen die voor jou wat lastig zijn, toch gedaan kunnen worden op een ander niveau. (Bijna) niets is te gek.

Kom gezellig meedoen.

Dans 12+

Hoihoi, wij zijn Noa en Josephine en zijn de dans leiding van 12+.

Wij beginnen de les met een warming up en daarna starten we met de dans! Wij hebben het altijd super gezellig en natuurlijk hebben we veel plezier! Wij vinden het super leuk om de meiden elke week weer iets nieuws aan te leren.

Ook kan je ons volgen op ons Instagram account:

intense_sosoldebreek!

Kom jij een keertje langs?



Groetjes Noa en Josephine

Contributie

Op de agenda voor de ledenvergadering van 5 maart a.s. staat het voorstel voor een contributieverhoging. Alweer denkt u, ja helaas wel.

Als vereniging hebben wij eerlijk gezegd moeite om het "hoofd (financieel) boven water te houden". In verband met de steeds hogere onkosten, bezuinigingen van het rijk en gemeentes en een teruglopend ledenaantal zijn we genoodzaakt de contributie te verhogen.

U heeft hier als lid zijnde natuurlijk wel wat over te zeggen. Kom naar de ledenvergadering dan kunt u meestemmen!



Sponsors bedankt!

Sponsors zijn onmisbaar als je als vereniging net iets meer wilt doen voor je leden. Wij prijzen ons dan ook gelukkig met een aantal zeer trouwe sponsors. U ziet hun logo's allemaal in deze nieuwsbrief. Zij helpen ons met hun financiële bijdragen of bijdragen in natura om de door ons georganiseerde activiteiten "net even anders" te kunnen organiseren. Wilt u S.O.S. een handje helpen met een financiële of materiële bijdrage? Dat kan!

U kunt contact opnemen met onze voorzitter Peter van Hattem of mailen naar sponsorcommissie@sosoldebreek.nl ook kunt informatie vinden op onze website sosoldebreek.nl



**DE PASSENDE
WONING**
makelaardij



TOPSLAGERIJ
HENK VAN DE WEG

Kleutergroep

Elke woensdagmiddag van 16:00 tot 17:00 uur zijn de kinderen uit groep 1 en 2 druk aan het gymmen: klimmen, springen, rollen, rennen en nog veel meer! Samen met de juffen leren de kinderen in deze groep al moeilijke dingen. De kinderen durven al erg veel en er is altijd een juf aanwezig om ze verder te helpen.



De kleuters gaan de komende maanden oefenen voor de 'doelendag'. Op deze dag kunnen de kinderen de doelen die ze de komende maanden geoefend hebben laten zien (aan de jury, papa's en mama's en andere familieleden/kennissen) en hiervoor krijgen zij een aantal sterren. De sterren worden aan het eind opgeteld en dat komt op een mooi diploma!

Gymmen is goed voor de kinderen. Het bevordert de lichamelijke ontwikkeling, motorische vaardigheden en de sociaal-emotionele ontwikkeling. Hoe ga je met elkaar om? Samen delen, op je beurt wachten en verliezen.

Wilt uw kind het gymmen kosteloos uitproberen, dan is uw kind van harte welkom!

Als uw kind niet altijd kan, kan er gebruik gemaakt worden van de 'strippenkaart'. U betaalt dan eenmalig een bedrag voor de kaart, die per les wordt afgetekend als het kind heeft gesport. Handig voor als uw kind niet elke week kan!

Groetjes van de kinderen, juf Margriet, juf Lotte en juf Danisha
Voor meer informatie: Margriet Post, margrietpost_6@hotmail.com

**Elke
woensdagmiddag
van 4 tot 5 uur!**

Hip Hop groep



Wij zijn Cheryll en Rachel en zijn leiding van de Hip Hop groep. Op donderdagavond trainen wij van 6 tot 7 u aan de van Sytzamalaan. Wij doen mee aan verschillende uitvoeringen en wedstrijden. Ook dansen wij een uitdagende dans. Heb je zin om een keer langs te komen, dan ben je van harte welkom.

Groetjes Cheryll en Rachel

Dansgroep 1: groep 3/4

Hallo, wij zijn Cheryll en Noa en wij zijn de leiding van dansgroep 3-4. In de les beginnen we altijd met een warming up en daarna gaan we een dans oefenen die we bij de uitvoering laten zien.

Ook doen wij altijd mee met een dans wedstrijd in Putten. In de dans lessen is het altijd gezellig en spelen we ook wel eens een spelletje.

We willen de kinderen graag wat leren maar vinden plezier ook heel belangrijk. Wij geven altijd les met heel veel plezier.

Groetjes Cheryll & Noa



't Loo

Iedere maandag trainen er twee gymgroepen in 't Loo. Gym groep 3-5 van 16:30 – 17:30 uur en gym groep 6 en ouder van 17:30 – 18:30 uur. Dit zijn gemixte groepen, dus voor jongens en meiden.

Afgelopen tijd hebben we weer een aantal nieuwe leden mogen verwelkomen. Dit vinden we erg leuk! Beide groepen zijn nog niet heel groot en daarom staat iedereen te springen om nieuwe leden te verwelkomen die ook graag met hen een uurtje willen komen gymmen.



De tweede groep (groep 6 en ouder) bestaat uit 4 leden. Dit is een klein groepje dus. Vanuit deze kinderen kwam de vraag of we niet wat vaker samen met de eerste groep zouden kunnen trainen. Dit was door omstandigheden een keer voorgekomen en was toch eigenlijk best goed bevallen. Gezellig hebben ze het met z'n vieren wel, maar hoe meer zielen hoe meer vreugd toch?! En dat begrijpen we heel goed. Meteen werd er actie ondernomen en een plan bedacht. Deze vier kinderen hadden er zelf ook goede ideeën over. We zijn tot het idee gekomen om de ene week samen te trainen en de week erop dan apart van elkaar. We zijn eerst begonnen met een proefperiode van 4 weken om samen te ervaren hoe dit bevalt. Iedereen was er tevreden over. De eerste groep vindt het maar wat leuk dat de 'grote' kinderen met ze mee trainen. Na de kerstvakantie hebben we in overleg met elkaar besloten om dit door te zetten. Dus nu trainen in alle even weken van 16:30 – 17:30 uur beide groepen samen. In alle oneven weken traint groep 3 t/m 5 van 16:30 – 17:30 uur en groep 6 en ouder van 17:30 – 18:30 uur.

We zijn in de lessen vooral bezig met turnen. Zo hebben we laatst geoefend met de elementen aan de rekstok en zijn we bezig geweest met ringzwaaien. We doen ook regelmatig een spel. Dit kunnen korte spelletjes zijn aan het einde van de les, maar kan ook gerust een groot spel zijn waar we de hele les mee bezig zijn.

De komende tijd zullen we beginnen met het oefenen voor de 'doelendag'. Dit is voor de recreatiegroepen nieuw, maar de turnselectie heeft al een keer eerder zo'n wedstrijd gehad met verenigingen uit de buurt. Dit is zo enthousiast ontvangen dat het ons als vereniging erg leuk leek om dit te gaan doen met de recreatiegroepen. Iedereen kiest eigen doelen (bepaalde elementen, bijv. een radslag) en die mogen ze op die dag aan jury laten zien. Hiervoor krijgen ze aantal sterren en na afloop worden deze op een mooi diploma gezet.



Lijkt het je leuk om een keertje te kijken en mee te doen? We zien je heel graag, je bent van harte welkom bij ons! Aangezien we de ene week samen trainen en de andere week apart, denk je er dan wel even aan om goed te kijken hoe laat we trainen? 😊

Recreatie gym groep 3-4

Na wat uitstroom naar Jong Talent en de dans waren we een tijdje geleden nog maar met een klein groepje meisjes. Wat vonden we dat met elkaar jammer! We hadden het nog steeds naar ons zin, maar het is en blijft toch gezelliger als je met wat meer meisjes in de groep zit. Wat was het een verrassing dat er de laatste tijd maar nieuwe meisjes blijven komen en zich bij onze groep voegen. Super leuk!



Groep 3-4 is een groep meisjes die heel enthousiast, fanatiek en leergierig zijn. Ze houden erg van gymmen/turnen en draaien er hun hand niet voor om om ook te trainen op échte turnelementen. Denk bijvoorbeeld aan de radslag, handstand of salto. Hier willen ze hard voor oefenen. Met zo'n stel meisjes bij elkaar kunnen jullie je als lezers ook vast voorstellen dat er heel wat afgelachen wordt. Zo gaan plezier en het 'leren' hand in hand in de lessen.

Tijdens de lessen wordt er afwisselend op verschillende toestellen gegymd. Zo zwaaien we in de touwen, springen we op de trampoline, klimmen we in het wandrek of lopen we over de balk. We zijn in de lessen voornamelijk bezig met de beginselen van het turnen. Zo oefenen we bijvoorbeeld de radslag, verschillende sprongetjes op de balk en de borstwaartsom. Kenmerkend voor de lessen is dat deze elementen zoveel en zo vaak mogelijk (wanneer dat kan) in verschillende situaties worden geoefend en geleerd. Op die manier blijft het uitdagend, maar ook leuk! Want zeg nu zelf, de hele tijd hetzelfde doen gaat op een gegeven moment vervelen toch? En sommige elementen zijn daarbij ook best moeilijk... En al helemaal om dan meteen in zijn geheel uit te voeren.



Daarom zijn situaties ook ideaal. Op die manier worden er vaker en sneller succeservaringen gecreëerd. Daarmee heb je een element vaak ook sneller onder de knie als je telkens kan werken aan een klein gedeelte van de beweging en niet de hele beweging in één keer hoeft te doen.



Uiteraard is er in deze groep altijd plek voor meer kinderen. Houd je van turnen of gewoon van lekker zwaaien in de touwen en springen in de trampoline? In deze groep is er voor ieder wat wils! Kom gerust eens langs om een kijkje te nemen of om mee te doen. We kijken uit naar je komst!



Be Fit

Wees fit!!!

Een leuke groep dames die elke week op de dinsdagavond weer naar de gymzaal aan de van Sytzamalaan Oldebroek komen om samen een uurtje van 20.00 tot 21.00 uur gezellig te bewegen.

Starten doen we altijd met warmlopen op eigen niveau, de inhoud van de les is afwisselend elke 3 weken...van steps naar pilates of badminton afgewisseld met oefeningen enz..

Eind van de les is altijd met een relax momentje.

Lijkt het jou ook wat, kom gerust eens een keer meedoen!



Bootcampgroep 'Fit en More'

Deze gezellige groep is elke dinsdagavond van 19:00 tot 20:00 uur hard aan het trainen. Alle spieren gaan we even bij langs, maar ook de conditie. Dit doen we op verschillende manieren: allemaal tegelijk dezelfde oefening of met een doordraaisysteem of een parcours. Elke les is dus weer anders!

Als je niet altijd kan, kun je gebruik maken van de 'strippenkaart'. Je betaalt dan eenmalig een bedrag voor de kaart, die per les wordt afgetekend als je sport. Handig voor als je niet elke week kan!



Wij gaan 2 maanden trainen als groep voor ons 'groepsdoel'. Dit betekent dat wij als groep een doel stellen (bijvoorbeeld 3 minuten planken). Voor dit doel trainen wij dan elke les. Na 2 maanden gaan we als groep kijken of het gelukt is en stellen wij weer een nieuw doel!

In juni is er voor ons ook een 'doelendag'. Deze dag kunnen wij testen hoe vaak of hoe lang we oefeningen kunnen doen. Bijvoorbeeld: 2 minuten hardlopen (2 punten), 4 minuten hardlopen (5 punten) of 20 squats (1 punt), 30 squats (3 punten), 40 squats (5 punten). Dit doen we met verschillende oefeningen. De punten worden aan het eind bij elkaar opgeteld. Hier gaan wij dus hard voor trainen!

Binnenkort gaat de groep ook ergens een obstakelrun doen. Tijdens de lessen trainen we onze conditie en spieren, zodat wij goed voorbereid de obstakelrun kunnen gaan doen



Voor meer informatie: Margriet Post,
margrietpost_6@hotmail.com

Voor wie: iedereen vanaf 12 jaar

**Wanneer: elke dinsdagavond
van 7 tot 8 uur!**

Waar: Kulturhus 'De Talter'

Dansgroep 2: groep 5/6

Hallo, wij zijn Noa en Cheryll en zijn de leiding van groep 5-6.

Wij starten altijd samen met een warming up en daarna met de dans! soms doen wij aan het einde van de les ook nog een leuk spelletje om de les af te sluiten.

Ook doen wij mee met uitvoeringen en wedstrijden. Wij hebben het altijd super gezellig met de meiden en hebben veel plezier!

Wij vinden het super leuk om de meiden elke week weer iets nieuws aan te leren.

Kom jij een keer langs?

Groetjes Noa en Cheryll



Dames conditie Oldebroek

Op maandagavond begint het feest om 19.30 uur in De Talter. Lekker bewegen op je eigen niveau. Alle noodzakelijke oefeningen voor buik-, been-, bil- en armspieren komen langs. Je wilt niet weten hoeveel spieren er in je lichaam zitten, die je aan het werk kunt zetten. Teveel om op te noemen.

Wat we van je vragen is:

- Leeftijd vanaf plm 25 jaar (eindleeftijd kennen we niet)
- Plezier in bewegen
- 1 uurtje per week

Deze groep heeft 2 trainsters. 1x per maand is er een circuittraining o.l.v. Margriet. De overige weken begeleidt Angeline deze groep met een variatie aan sportieve mogelijkheden (o.a. steps, aerobic, spel, grondgymnastiek, enz.).

Er is voor iedereen wel wat wilt en vragen om bepaalde oefeningen of een spel staat altijd vrij. Wij kijken wat de mogelijkheden zijn.

Oktoberun 2019

Wat was het een gezellige avond! Op woensdag 23 oktober hebben wij de Oktoberun gehouden. Voorafgaand van deze avond konden onze leden zich laten sponsoren, als tegenprestatie zouden zij tijdens de Oktoberun zo vaak mogelijk een hindernisbaan volgen in 15 minuten.

Tijdens deze avond was er een springkussen van de Rabobank, werd er geschminkt en nagels gelakt.

Na afloop van de hindernisbaan kregen alle deelnemers een bidon mee naar huis en werden er nog een aantal prijswinnaars bekend gemaakt.

Er waren 2 prijzen per leeftijdsgroep; 1 prijs voor degene met de meeste rondjes en 1 prijs voor degene die het meeste geld had opgebracht.

Uiteindelijk zijn we op een hele mooi opbrengst gekomen van ruim €650,-!

Deelnemers: heel erg bedankt voor jullie inzet!



Recreatie gym groep 5-8

Emma Zoet (lid groep 5-8) heeft aangeboden om een stukje voor deze nieuwsbrief te schrijven. Dit kunnen we erg waarderen. Bedankt Emma voor je medewerking!

Hoi allemaal,

Ik zit in een heel gezellige groep met 7 meiden en 2 jongens. We hebben het altijd erg leuk samen. De gymlessen zijn leerzaam en afwisselend en aan het eind doen we vaak een spel zoals trefbal.

Er zijn ook goede en leuke juffen (Tessa, Margriet en Ilse) die het ook altijd gezellig maken. De gymlessen duren anderhalf uur en er is 1 pauze.

We zouden het ook leuk vinden als er meer meiden bij onze groep aansluiten dus lijkt het je leuk, kom gerust een keer kijken!

Groetjes Emma Zoet

Als trainster haak ik nog even op het verhaal van Emma in. De opzet van de lessen van groep 5-8 zijn vergelijkbaar met die van groep 3-4 en wordt er dus waar dat kan zoveel mogelijk in situaties getraind. Alleen worden hier en daar de situaties dan aangepast naar het niveau van groep 5-8 en dat houdt in de meeste gevallen in dat situaties iets moeilijker worden gemaakt.



Aangezien deze groep anderhalf uur les heeft blijft er aan het einde van de les tijd over voor spel. Eén van de favoriete spellen is trefbal. Extra leuk maakt het dan wel als de juffen ook meedoen. 😊 Altijd leuk om zo samen een spel te spelen. Ook mag de groep zelf wel eens een spel bedenken en het spel leiden! Altijd leuk om als trainster te zien dat sommigen al over echt leiderskwaliteiten beschikken.

De laatste tijd zijn we hard aan het oefenen op de salto voorover. Ook hier zijn we in verschillende situaties mee aan het werk gegaan. In het begin was dat best wel moeilijk en vonden het een aantal ook best eng. Zo knap en dapper is het dan dat iedereen het gewoon heeft geprobeerd! Een aantal krijgen het nu steeds beter onder de knie en voor een ander blijft het nog wat lastig. Maar we hebben te maken met een groep échte doorzetters, dus dat beloofd nog wat!

We houden ook wel van wat gekkigheid in de les. Zo bouwden we laatst een glijbaan in de zaal en gleden we met matten hier vanaf. Zo hebben we samen ook de grootste lol!

We zouden het erg leuk vinden als we binnenkort weer nieuwe leden in de groep kunnen verwelkomen! Dus ben je nieuwsgierig geworden na het lezen van dit stukje, dan hopen we je graag te zien. Tot dan!



Peutergym

Elke woensdag ochtend is er weer peutergym, kids tot en met 4 jaar komen met ouder/begeleiding 9.30u-10.30u naar de gymzaal om een uurtje heerlijk te kunnen klimmen en klauteren, slingeren, rennen of bouwen met blokken.

Veel vrijheid in de les en afwisselende opstellingen om te leren samenspelen, delen, en motoriek te ontwikkelen.

Voor de ouder/begeleiding ook super leuk om even met het kind bezig te zijn... Met andere ouders te spreken en dit uurtje te beleven samen.

Een les sluiten we altijd af met een 3tal liedjes zingen, gezamenlijk opruimen en als herkenning dezelfde afsluitende 'doe' liedjes.

Hartstikke leuk!!

Kom vrijblijvend langs om te ervaren hoe het is.



Stroopwafelactie

Onze vereniging houdt weer een lekkere stroopwafelactie! Al onze leden krijgen binnenkort weer de formulieren, waarbij ze vast bij jullie aan de deur komen!

De opbrengst komt ten goede aan de clubkas (aanschaf materiaal etc.) en voor **Roparun** dit is een estafetteloop van ongeveer 520 km van Parijs en Hamburg naar Rotterdam waarbij mensen in teamverband een sportieve prestatie leveren om op die manier geld op te halen voor mensen met kanker.

Eén pakje stroopwafels kost €2,50 en 3 pakjes voor €6,50



Leden alvast hartelijk dank voor jullie inzet!



Vorderingen onderzoek Elias

Beste leden van SOS,

Hier een update over het project dat Elias Mendel sinds september uitvoert voor S.O.S.

Het eerste halfjaar van zijn afstudeerjaar zit er op en vanaf januari tot mei begint het tweede deel. De afgelopen maanden is hij druk bezig geweest met onderzoek. Dit onder begeleiding van Goed Bezig Oldebroek.

In deze periode heeft Elias de sport en de S.O.S. beter leren kennen. Door zowel intern als extern onderzoek te hebben gedaan heeft hij nu een duidelijk beeld van de vereniging en haar mogelijkheden. Tijdens dit proces heeft Elias meerdere onderzoeksmethodes ingezet, zo heeft hij een omgevingsanalyse gemaakt, huidige ledenwervingsactiviteiten geanalyseerd en gevraagd om jullie mening over S.O.S. door middel van een enquête onderzoek. Waarvoor nog onze dank voor het invullen van de enquête!



De enquête van Elias is inmiddels afgerond en onlangs hebben wij 2 winnaars blij gemaakt! Voor familie van Hooren 4 zwemkaartjes van Zwembad de Veldkamp en voor mevr. Vierhuizen een waardebon van IJssalon Strijkert!

Hoe nu verder?

Uit de onderzoeken die Elias heeft uitgevoerd zijn een aantal bevindingen gekomen, oftewel hij is achter sterkere punten en mindere punten van de vereniging gekomen. Vooral die minder sterke punten zijn erg interessant voor het werven van nieuwe leden en behouden van huidige leden.

Door op juist de minder sterke punten zijn advies te schrijven hoopt Elias de vereniging te verbeteren en een zo gericht en nuttig mogelijk aandeel te hebben. Voordat hij bezig gaat met het schrijven van de adviezen naar S.O.S. zal Elias nog wat verder onderzoek uitvoeren om zich nog iets meer te verdiepen in sommige punten. Dat zal de komende periode gebeuren.



Uiteindelijk hoopt Elias met dit alles rond mei klaar te zijn, het resultaat zal ter zijner tijd op de site te vinden zijn.

Heeft u een vraag of tip over Elias zijn project? Hij hoort het graag!

Elias is te bereiken met het volgende mailadres: elias.mendel@windesheim.nl

Met sportieve groet,
Elias Mendel

Dans 16+

Op woensdagavond van 20:00 tot 21:30 trainen wij als 16+ groep met heel veel motivatie en heel veel gezelligheid aan onze choreo's. We zijn op dit moment met z'n zevenen en we zijn van de leeftijd van 16 tot 21 jaar.

Anniek is onze trainer en ze staat nu zo'n vier jaar voor de groep. We zijn vorig jaar met een heel nieuwe groep begonnen en zijn daarom op dit moment vooral bezig met het trainen en oefenen om goed op elkaar ingespeeld te zijn. We houden van afwisseling en van verschillende dansstijlen en daarom krijgen we hierin ook veel verschillende dansen aangeleerd. Ook verzinnen we als groep samen wel eens dansen en hierdoor merk je dat we echt een team beginnen te worden. We hebben allemaal evenveel inbreng en dat maakt ons een heel hechte groep.

Lijkt je het leuk om een keertje te komen kijken? Je bent van harte welkom op de woensdagavond!

Jongensgym

Wij zijn een gezellige groep van 9 jongens en trainen elke dinsdag van 18:00 tot 19:00 uur in de Talter. We zijn dan voornamelijk bezig met het oefenen van nieuwe acrobatische bewegingen. Dat doen wij op de volgende toestellen: Vloer, Sprong, Ringen, Rekstok en Brug.

Lijkt het je nou leuk om ook met ons mee te trainen voel je dan zeer welkom! Wij zien graag nieuw talent!



Sportieve groet,

Sjoerd & Jesse

Wedstrijden

Voor de turnsters van de derde divisie zit het officiële wedstrijdseizoen er al op. Met een derde plek op de laatste plaatsingswedstrijd heeft Naomi zich heel knap weten te plaatsen voor de districtsfinale, het was voor het eerst sinds een aantal jaar dat S.O.S. hieraan deel heeft genomen.

De turnsters van de vierde en vijfde divisie hebben beiden nog één plaatsingswedstrijd te gaan. Op de plaatsingswedstrijden die al geweest zijn hebben de meiden mooie oefeningen geturnd. Mila en Malou wisten zelfs de 1^e en 2^e plek te bemachtigen.

De turnsters van de 6^e divisie zullen binnenkort in actie komen om de eerste officiële wedstrijden te gaan turnen.

Naast de officiële wedstrijden hebben de turnsters van de onderbouw deelgenomen aan de doelenturndag. Een dag die georganiseerd is in samenwerking met FIT Oosterwolde en S.S.S. Elburg en 't Harde. Op deze dag mochten de turnsters de doelen uit hun doelenboekje laten zien aan een jury. Het was de eerste doelenturndag die gehouden werd en deze is zeker voor herhaling vatbaar.



Bakkerij Jonker



L'VAN'THOF
MULTIDIENSTEN

KAMPERVEEN
T 06 23 65 44 40



Wist je dat.....

- De turnselectie uit 33 fanatieke turnsters bestaat?
- Er 10 van de 33 turnsters in groep 8 zitten?
- Er in de turnselectie 3 turnsters zitten met de naam Fleur?
- Er elke training minimaal 2 paar sokken blijven liggen in de zaal?
- We werken met een beloningssysteem?
- De turnsters een gezellige high tea avond bij elkaar hebben verdiend? #beloningssysteem
- Er aan het einde van het jaar een complicatie wordt gemaakt met alle bloopers van het seizoen? (Zie Instagram @turnselectie_sos_oldebroek)
- Mila van Boven een eigen YouTube kanaal (Mila van Boven) heeft?
- Fleur Stolte de oudste turnster (17 jaar) van de turnselectie is?
- De turnselectie een eigen Instagram account heeft? (@turnselectie_sos_oldebroek)
- Mathilde en Emmaly zusjes zijn?
- Nina en Senna zusjes zijn?
- Vera en Livia zusjes zijn?
- De turnsters soms blaren op hun handen hebben van het turnen op brug?
- Sommige turnsters brug turnen met turnleertjes?
- Sommige turnsters helemaal naar boven kunnen klimmen in de touwen?
- De turnsters tussen de 2,5 en 6,5 uur per week trainen?
- De turnsters soms 'kapstokvoeten' hebben tijdens het turnen?
- Wanneer de turnsters bijna van de balk vallen de trainsters 'zakken' roepen?
- Mila 1^e en Malou 2^e zijn geworden bij de eerste plaatsingswedstrijd 5^e divisie dit turnseizoen?
- Er sinds lange tijd weer een medaille is behaald in de 3^e divisie? Naomi is 3^e geworden tijdens haar derde plaatsingswedstrijd dit turnseizoen.
- Onze warming-up op muziek is?
- We elke vakantie in een turnhal gaan trainen?
- We turnen op de toestellen sprong, brug, balk en vloer?
- Je binnenkort onze foto's kan sparen bij supermarkt Coop in Oldebroek?
- We liever op de kop staan dan rechtop?
- De pauze altijd langer duurt dan op de planning staat?
- De turnsters bij het toestel brug magnesium gebruiken en soms 'per ongeluk' net iets te veel?
- De turnsters elke woensdag werken aan hun kracht door middel van krachtkaarten?





**Bouwbedrijf
van den Berg**



VAN WERVEN

**DUURZAAM ONDERNEMEN
MET MENS EN TECHNIEK**

0525-631441

- Afvalinzameling & Verwerking
 - Containers
 - Recycling
 - Compostering
- Energie & Grondstoffen
 - Zand- en grintstoffen
 - Biomassa (energie)
- Infra
 - Verhuur riplaten
 - Showhuur verkeer
 - Sloopteek
 - Bouwruw

Bestel nu uw container online: www.vanwerven.nl

Verlengde Looweg 7, 8096 RR Oldebroek. Tel: (0525) 63 14 41 Fax: (0525) 63 30 95
E-mail: info@vanwerven.nl Website: www.vanwerven.nl

HEITINK TRANSPORT

Bestuur

Peter van Hattem, voorzitter
tel: 0525-621728
Gerry Vosselman, penningmeester
tel: 0525-631788
Lukkie Spronk, secretaris
tel: 0525-632737
Tessa Leusink
tel: 06-37447424
Stiana Wessels
tel: 0525-631046
Jacobien van Hattem
tel: 06-21349304
Berthilde van de Put
tel: 0525-633219

Kleding

Tijdens de training is sportkleding verplicht. Tijdens wedstrijden en demonstraties is verenigingskleding verplicht. Kledinginformatie selectie, wedstrijd en dansgroepen bij de desbetreffende leiding. Leden van recreatiegym mogen hun eigen sportkleding dragen tijdens bijv. clubkampioenschappen.

Heeft u een vraag over onze vereniging of aan iemand van het bestuur? Mail naar info@sosoldebroek.nl

Afmelden/wijziging

Heeft u wijzigingen in uw persoonlijke gegevens, bijvoorbeeld adres of rekeningnummer of een vraag voor ons? Dan kunt u mailen naar ledenadministratie@sosoldebroek.nl. Inschrijfformulieren en mutatieformulieren kunt u vinden op onze website (lidmaatschap) en kunt u inleveren bij de leiding of het postvak van S.O.S. bij Kulturhus de Talter. Voor afmelding geldt: 1 maand opzegtermijn.

Vertrouwenspersonen

Looschool: mw. W. Bos, leerkracht: 0525-631693; privé 0525-622582
Timotheusschool: mw. M. Knol, leerkracht: 0525-633365
Eben Haezerschool: mw. F. v.d. Berg, leerkracht: 0525-632671
Regenboogschool: dhr. L. Kanis, directeur: 06-44878850
Mail: directie@regenboog-oldebroek.nl

Wist u dat wij ook te vinden zijn op Facebook en Instagram en bezoek eens onze website www.sosoldebroek.nl [facebook.com/sosoldebroek](https://www.facebook.com/sosoldebroek)