

De Page Turner



OMNISPORT 2B
Wenst iedereen
een sportief en
gezond
2017

Te vinden in deze Page Turner..

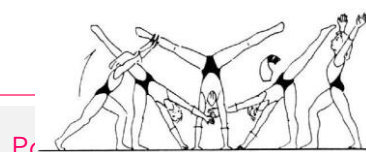
Ten eerste willen wij jullie allemaal een gelukkig en gezond 2017 wensen. Met deze nieuwsbrief duiken we nog even in de laatste maanden van 2016. Zo zijn er terugblikken te vinden van de onderlinge wedstrijd en van het Nijntje Beweegfeest. Hiernaast heeft Simone Rebers (11 jaar) van de selectie een tijdljn gemaakt van een wedstrijddag. Leuk om te lezen hoe zo'n dag vol spanning er voor haar uit ziet.

Uiteraard zijn ook in deze nieuwsbrief de jarige leden te vinden.

Betekenis 'Radslag'

Rad - slag (de; m; meervoud: radslagen)

Volledige omwenteling om de lengteas van het lichaam.



Een nieuw jaar, een nieuwe start! Wij zijn er klaar voor om van 2017 een leuk, gezellig en spetterend turnjaar te maken!

Onderlinge wedstrijden – 26 november '16

De jaarlijkse onderlinge wedstrijd van het seizoen zit er alweer op. Het was een gezellige en zeer geslaagde dag. Onze turnsters en turners hebben mooie oefeningen laten zien. Tijdens de wedstrijden zijn er foto's gemaakt, deze foto's zijn inmiddels op onze website terug te vinden. (www.omnisport2b.nl)

Voor degene die het gemist hebben, hieronder staan de winnaars en winnaressen in hun niveau en leeftijdscategorie.

1^{ste} plaats:

Lola Mulder, Mega Deira, Liv Vermeulen, Yentle Kuiper, Lynn Steentjes, Eliska Luimstra, Julia Wisse, Maaïke Sintemaartensdijk, Britt Post, Sanne Diersman, Jenieke Beldman, Evaline Neelis, Veerle Boer, Simone Rebers & Jip vd Sluis



2^{de} plaats:

Saskia Buitendijk, Ruby Vermeulen, Tess Straver, Anouk Groenendijk, Elize vd Bulk, Alisa Hektor, Eva Peterson, Femke Molenaar, José Plaisier, Inez Meijer, Marise Pronk, Janneke Bevaart, Anouk Hopman, Nienke Kruijff & Siebrand Faber



3^{de} plaats:

Robin Kok, Amelie Puijsten, Anna van Vliet, Eline van Wanroij, Zoë Aliradja, Lisa vd Arend, Eline Kuipers, Hannah vd Sluis, Benthe Baljeu, Annejorie vd Graaff, Melissa Bak, Hilde Luimstra, Britt van Loon, Jada Leurs & Storm Aliradja



Wist je dat..

~~De meiden van de donderdaggroep al bezig zijn met hun demo's voor de demodag?~~

~~Een aantal groepen zo vol zitten, dat het bestuur aan het kijken is naar de mogelijkheid om volgend seizoen te starten met meer groepen?~~

~~Een aantal meiden van de selectie een goede kans hebben om zich te plaatsen voor het NK?~~

~~Er 2 van onze trainers samen de eerste Omnisport baby verwachten?~~

~~Een aantal ouders zich hebben aangemeld voor de jurycursus?~~

~~We een nieuwe muziekinstallatie hebben voor bij evenementen?~~

Vriend(innet)jes dag

De kleuters van de dinsdaggroep van 16.00 – 17.00 uur mogen op **24 januari** allemaal 1 of 2 vriendjes of vriendinnetjes meenemen.

Ook de jongens mogen op **26 januari** allemaal 1 of 2 vriendjes meenemen naar de les!



Het Nijntje Bewegdiploma!

Op vrijdag 16 december was het eerste **Nijntje Bewegfeest** van Omnisport 2B. Dit Bewegfeest was bedoeld voor genodigde leden. Aan het eind van het Bewegfeest ontvingen de deelnemers het Nijntje Bewegdiploma 1. Het diploma is uitgereikt door de wethouder Sport. Ook de Heraut was aanwezig om er een leuk krantenartikel over te schrijven.



Het volgende Bewegfeest zal zijn op **vrijdag 30 juni 2017**. Op dit Bewegfeest kunnen de kinderen

Hoe ziet een wedstrijddag er eigenlijk uit?! Simone Rebers vertelt het je!

Op 17 december turnt Simone Rebers (11 jaar) haar regiowedstrijd. Als ze het goed doet kan ze zich plaatsen voor een landelijke wedstrijd (NK). Lees hier hoe zo'n wedstrijddag er voor haar uit ziet.



- 7.45 De wekker gaat, tijd om mijn bedje te verlaten!
- 7.50 Ik ontbijt met melk en een boterham met kruidenkaas.
- 8.15 Na het ontbijt kleed ik me om. Ik ga nog even trainen voor de wedstrijd zodat ik me goed kan voorbereiden.
- 8.30 Mijn moeder brengt mijn zus (die ook turnt) en mij naar de training. Op de training heb ik nog wat oefeningen gedaan waar ik onzeker over was. Ik heb niet te lang getraind zodat ik nog genoeg energie over heb voor de wedstrijd straks!
- 10.15 We worden weer opgehaald en rijden terug naar huis.
- 10.30 Eenmaal thuis ga ik even lekker douchen.
- 10.45 Om nog even te relaxen ga ik op bed televisie kijken.



- 11.15 De tijd om te relaxen is voorbij. Ik kleed me om voor de wedstrijd: Wedstrijd pakje en mijn trainingspak.
- 11.30 Mijn moeder vlecht mijn haar strak in zodat ik er op de wedstrijd geen last van heb en ik er niet hoeft te zitten. Aan je haar zitten tijdens je wedstrijd betekent aftrek en dat zou zonde zijn!
- 11.45 We stappen met z'n 4e in de auto, op naar Hellevoetsluis! Mijn ouders komen allebei kijken en ook mijn zus gaat mee, zij heeft later op de dag ook haar plaatsingswedstrijd. Onderweg doen we nog spelletjes zoals: galgje en boter, kaas en eieren.
- 12.50 We komen aan in Hellevoetsluis en ik loop naar de sporthal, de zenuwen beginnen nu wel echt te komen.



13.00 De warming-up begint, ik zorg ervoor dat mijn spieren goed zijn opgewarmd en doe nog wat lastige onderdelen.

13.15 We beginnen aan de wedstrijd.
Ik begin mijn wedstrijd op balk, hier ben ik als tweede aan de beurt.

13.30 Ik mag nog 1x wat onderdelen oefenen op balk.

13.40 Eindelijk mag ik nu mijn balkoefening doen en het gaat heel goed ik val er niet af en heb niet veel wiebels. Ik ben tevreden over mijn balk oefening, dat is een goed begin!



13.55 Na balk wisselen we door naar vloer, hier ben ik als eerste aan de beurt.



Ook mijn vloeroefening ging, op een paar kleine foutjes na, prima.

14.15 Ik ben op de helft, 2 toestellen gehad en nog 2 te gaan. Eerst ga ik naar sprong en vervolgens naar brug.

Beide toestellen gingen niet verkeerd. Kan beter, maar kan ook veel minder goed.



14.45 De wedstrijd zit erop!

Ik ben tevreden over mijn oefeningen en nu is het afwachten.

15.30 De prijsuitreiking... ik heb helaas geen prijs, ik ben 10e geworden met 0.7 punten afstand op de derde plaats. Niet veel dus! Ik weet nog niet of het genoeg is en of ik ben geplaatst. Dat horen we pas aan het einde van januari.

15.50 Ik ga met mijn ouders en zus naar het dorpje in Hellevoetsluis want mijn zus moet 2 rondes na mij haar wedstrijd turnen.



16.15 We zijn in het dorp. Hier eten we wat en gaan wat winkeltjes in. Daarna gaan we terug naar de turnzaal.

17.00 We zijn weer terug en moeten nog 20 minuten wachten en dan begint de warming-up van mijn zus.

17.20 Suzanne (mijn zus) begint met haar warming-up.

17.45 Na de warming-up begint ze haar wedstrijd op brug, daarna wisselt ze door naar balk, vervolgens naar vloer en ten slot heeft ze sprong.

19.15 Suus is klaar met d'r wedstrijd.

19.45 Ook Suus heeft helaas geen prijs!

20.00 We rijden terug naar huis en we stoppen ondertussen bij de MC Donalds om te eten, LEKKER!!!!

20.50 Eindelijk weer thuis na een lange, maar heel leuke dag!

De jarige leden

Ook in januari en in februari hebben we weer veel jarige leden!

Hieronder de leden die jarig zijn in **januari**. GEFELICITEERD!

Veerte Boer, Britt van Loon, Hannah van der Sluis, Maaïke Sintemaartensdijk, Nienke Kruijff, Beth van der Sluis, Sanne Diersmann, Sabien Vegter, Myrthe Pieterse, Bente Visser, Indy Vermeylen, Saskia Buitendijk, Jillian Busscher, Sieb Faber, Simone Leerlooijer & Kirsten Meeuws!

De jarige leden in **februari** staan hieronder! Alvast gefeliciteerd met jullie verjaardag!

Chantal van Maanen, Jasmina Nijhof, Julia Wisse, Vivienne van der Pols, Eliza Boer, Lisa Bokop, Sanne Pag, Ruby Vermeulen, Selina de Jonge, Fee Vermeylen, Dirk van Drunen & Benthe van Dongen!

