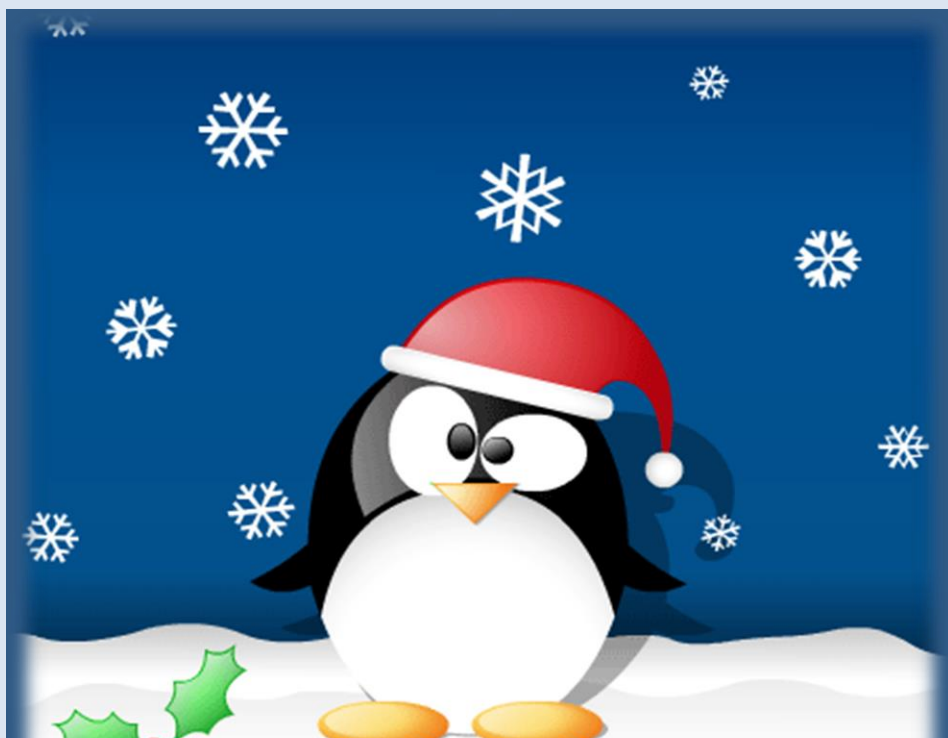


10^e uitgave Nieuwsbrief Hercules'03



NIEUWSBRIEF

Voor U ligt de 10^e Hercules'03 nieuwsbrief. Ook dit keer is er weer een boel te melden! Onder andere de volgende zaken aan de orde:

De kleding inzamelingsactie was geslaagd!

De nodige wedstrijdverslagen van seizoen 2017-2018 worden gedaan.

Nieuwe mensen, leiding en sponsors worden welkom geheten helaas moeten we ook afscheid van iemand nemen.

En er zijn nog steeds vacatures maar er worden ook al nieuwe mensen voorgesteld.

Interessante onderwerpen voor de nieuwsbrief blijven nog steeds welkom! Iedereen mag insturen, dus niet alleen de selectie-turngroepen!!

Het zou leuk zijn als er ook nieuws van de andere groepen vermeld kan worden. Denk hierbij bijvoorbeeld ook aan bloopers tijdens een training, leuke of grappige gebeurtenissen, bijzondere nieuwtjes, opmerkingen enzovoorts!

Twijfel niet maar stuur in naar onze redactie:

pia.hoezen@home.nl



Namens het Bestuur,
alle trainers en vrijwilligers
van Hercules '03
wensen wij jullie allemaal

FIJNE KERSTDAGEN

EN

**ALVAST
EEN GELUKKIG EN
SPORTIEF**

2018



Kleding inzamelingsactie!!!

1.115 Kg kleding hebben we ingezameld en dit heeft de vereniging € 223,00 opgebracht! De kleding gaat naar Eindhoven waar het gesorteerd wordt en de bruikbare kleding (±95 % hiervan) gaat naar Afrika. We hebben echter wel van Sympany (kledinginzameling) een kleine correctie gekregen omdat er vrij veel onbruikbare goederen tussen zaten. Dus kunnen jullie bij de volgende inzameling s.v.p. onbruikbare zaken (zoals bijv. kledinghangers e.d.) vooraf uitsorteren?



We gaan in het voorjaar van 2018 weer een inzameling houden. Dus degene die nu alvast wil sparen dat mag. Daar we weinig plaats in de hal hebben willen we vragen dit thuis te verzamelen totdat we de nieuwe actie starten.

Uiteraard willen we iedereen bedanken voor het brengen van de kleding! En met name Tim Berrevoets, Hetty en Lon Hendriks voor het mee helpen inladen en sjouwen van de zakken.

Nieuwe Hoofdsponsor!



We verwelkomen de Lebe Group als hoofdsponsor van Hercules. Bedankt voor jullie sponsoring namens alle leden, leiding en bestuur van Hercules 03 !!

Lebe Group is sinds 1990 actief in o.a. de markt van bedrijfstvastgoed. Uitgangspunt van Lebe Group is om klanten gerichte en flexibele oplossingen op maat te bieden in Bedrijfshuisvesting, zowel kleine als meer omvangrijke oppervlaktes, tot ongeveer 10.000 m². Dat gebeurt op basis van een zelfontwikkeld, eigentijds concept waarin huisvesten, ontmoeten en ontzorgen centraal staat.

Lebe Group beschikt in totaal over 500.000 m² bedrijfstvastgoed waarmee ondersteuning geboden wordt aan andere bedrijfventra. Het betreft hier zowel kantoorruimtes, opslagruimtes als bedrijfsruimtes.

Tot de Lebe Group behoren onder meer Lebe Business Centers, Sablonen, Storagebox, Storagepark, Lebe City Campus alsmede recent een 50% deelname in H&P International Real Estate B.V., sinds 2004 actief in internationaal commercieel vastgoed, gespecialiseerd in Asset- en Property Management

Oproep versterking trainersteam!

SV Hercules'03 in Reuver is op zoek naar een enthousiaste train(st)er voor onze groep meisjes/dames turnen in de recreatiegroep. Wij willen deze vacature graag zo snel mogelijk invullen. Ook moeders kunnen zich aanmelden om via ons de opleiding te gaan volgen. Het gaat om 4 lessen. De lessen zijn op dinsdag van 16.00-20.00uur. De mogelijkheid bestaat ook om in onderling overleg, slechts een gedeelte te doen of een eventuele verplaatsing van de groep c.q. tijden. Het volgen van cursussen via de KNGU behoort tot de mogelijkheden. De vereniging biedt een vrijwilligersvergoeding gebaseerd op ervaring en niveau. Ben jij:

- enthousiast en in het bezit van KNGU licentie 3, ALO diploma of CIOS diploma of
- heb je al ervaring in het lesgeven en ben je bereid een cursus te volgen en
- wil je graag lesgeven aan een enthousiaste groep meiden van 7 tot 15 jaar

Dan ben jij degene die wij zoeken! Meld je via een PB of stuur een mail naar: secretaris@hercules03.

Per direct heeft Aniek aan het bestuur gemeld te willen stoppen met het lesgeven. Zodoende zijn we dus ook op zoek naar een **Assistent leiding voor de B-Selectie!**



E-mail:

secretaris@hercules03.nl

Website:

www.hercules03.nl

Instagram:

herculesreuver

Redactie:

Pia.hoezen@home.nl

OPROEP

Voor iedereen: Niet vergeten om af en toe eens een blik op de **nieuwe website** (gemaakt door Ruud Zanders) te werpen!! Heb jij leuke artikelen, foto's of op- en aanmerkingen, meldt ze dan bij Ruud of bij het secretariaat: secretaris@hercules03.nl

We zijn nog steeds op zoek naar **vrijwilligers** die in een **comité** plaats willen nemen en zo de andere ouders (ook vrijwilligers) een beetje kunnen ontlasten en een steentje bij te dragen.

Op het moment zijn we bezig met het opzetten/ c.q. uitbreiden van een **PR-commissie**. In deze commissie zitten al: Pia Hoezen (nieuwsbrief) en Ruud Zanders (Website). We zoeken nog iemand die leuke stukjes kan schrijven voor de nieuwsbrief, website en eventueel voor de krant c.q. internet.

Verder willen we graag een **Sponsorcomité** opzetten. Dit wordt op het moment door Math Stinges en Rob Kuijpers gedaan en deze zouden het fijn vinden om ondersteuning te krijgen van nog 1 of 2 mensen. Ook hier weer om hen te ontlasten omdat zij ook al heel veel andere dingen doen voor de vereniging.

En als laatste zijn we op zoek naar **“klusjesmannen en - vrouwen”** met 2 rechter handen die af en toe eens een klusje in de turnhal kunnen doen zodat de kinderen, dames en heren veilig kunnen blijven turnen, free runnen enz.

Heb jij interesse in één van deze commissies of wil je graag meer informatie hierover, meld je dan even bij

Rob Kuijpers: voortzitter@hercules03.nl

Nieuwtjes

9 Oktober: bezoek Duitse turnsters

Deze week kregen we bezoek van Duitse turnsters. Wouter v.d. Laan en Nel Krauwel gaven een trainingsstage aan 6 turnsters uit Frankfurt. De hele week waren ze aanwezig. De ene dag trainden ze samen met ons en een andere dag op een andere tijd. Het was weer superleuk om andere turnsters in de zaal te mogen hebben waar we veel van konden zien en leren. En zeker ook van Wouter en Nel. Want Mevr. Krauwel kon het toch niet laten om ons van tips te voorzien.



21 November: Afscheid Megan

Helaas hebben we vandaag afscheid moeten nemen van Megan (junior 2e divisie). Megan heeft onlangs besloten om te stoppen met turnen. We gaan je zeker missen tijdens de trainingen en op de wedstrijdvloer! Veel plezier en succes met je nieuwe sport, dansen! De deur zal altijd voor je open staan.

29 november Pietengym!!

Wat was dat leuk!!! En wat waren ze goed!!! Allemaal geslaagd voor hun pieten diploma... Tot volgend jaar...



Op **Facebook** kunnen jullie nog veel meer foto's van de Pietengym vinden!

Even voorstellen...

Mijn naam is **Anouk van de Schoor** en ik ben sinds 2007 werkzaam als oefentherapeute Mensendieck in Reuver (Pro Vita). In 2011 ben ik de opleiding tot kinderoefentherapeute gaan volgen en heb deze in 2012 afgerond. Vanaf dat moment behandel ik kinderen met een motorische achterstand en lichamelijke en/of houdingsklachten. Binnen de kinderoefentherapie heb ik mij gespecialiseerd in baby's en peuters. De motoriek begint al bij de geboorte, wanneer een kind al vroeg uitgedaagd wordt in de motorische ontwikkeling zal dit veel voordelen hebben voor zijn/haar toekomst.

Ik vind het heel belangrijk dat kinderen plezier beleven in bewegen. Wanneer dit door een achterstand niet goed mogelijk is vind ik het een uitdaging het kind te leren het bewegen makkelijker en nog leuker te maken. De trotse blik van een kind wanneer iets gelukt is, daar doe ik het voor!



Sinds juni 2017 geef ik ouder- en kindgym bij Hercules '03. De week begint goed met al die vrolijke enthousiaste snoetjes op maandagochtend. Elk kind beweegt op zijn/haar eigen manier binnen de eigen mogelijkheden, maar met allemaal hetzelfde doel: plezier hebben. Dan komt het ontwikkelen vanzelf.

Naast de ouder- en kindgym geef ik ook aerobiclessen bij Hercules '03. Hoe belangrijk het is om van jongs af aan uitgedaagd te worden in het bewegen, zo belangrijk is het om te blijven bewegen wanneer we ouder worden. Spieren hebben bewegen als functie, dus hou ze in beweging!

Wedstrijdverslagen

28 Oktober 2017 Clubkampioenschappen

De clubkampioenen van 2017!!

De A-selectie:

Van de onderbouw Lieke van de Brandt
Van de bovenbouw Danielle Lormans
Van de B-selectie Konstantina Toupouzidou
Van de B-selectie Emma Faessen
Van Harte Proficiat kampioenen!!!



4 November Open Tilburgse Kampioenschappen: Kai en Flo hebben een hele mooie wedstrijd geturnd. Ze vertelden zelf dat ze niet zo heel veel zenuwen hadden en dat was te zien. Er werden al hele mooie oefeningen geturnd! Kai is 8^e geworden en Flo 9^e. Ook voor Lieke, Laure en Maartje was het weer een spannende dag. Ze hebben natuurlijk vorig jaar al wedstrijden geturnd maar toch... En wat deden ze het goed, en wat konden ze mooie strakke oefeningen turnen, echt top! Maartje werd 4^e, Laure 6^e en Lieke 13^e!



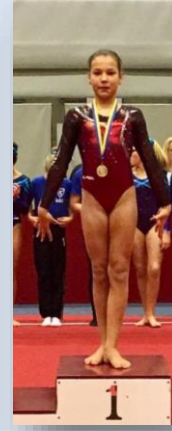
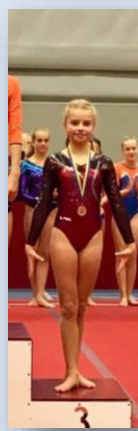
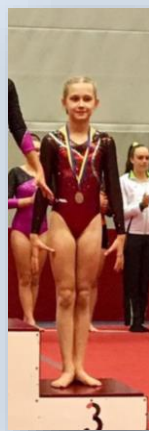
Kindah turnde vandaag voor het eerst voor Hercules. Ze heeft het super gedaan. Poepie zenuwachtig, maar toch beginnen met een goede balk, heel knap!! Ze werd 15^e, goed gedaan!!! Zoë en Laura mochten als laatst in Tilburg. Zoë legde op balk de basis voor een gouden medaille, super! Laura heeft veel verbetering laten zien op punten die ze moeilijk vindt, waaronder een prima brug oefening! Zij werd 12^e.

4 November Kwalificatie wedstrijden voor de NK team wedstrijden in Hoofddorp. Vandaag kwam ons supplement B team in actie en zij wisten zich met een 2^e plaats te kwalificeren voor de finale over 2 weken in Amsterdam. In dit team turnden Sylvana, Xin, Danielle, Nikki (Jan van Weert) en Dylana (Turning Point Sittard). De meiden turnden een goede wedstrijd met hier en daar nog een foutje ter verbetering voor de finale. De team spirit zat er goed in en nu op naar de finale!



5 November Open Tilburgse Kampioenschappen:

Renske heeft een hele goede wedstrijd geturnd. Netjes, met al veel moeilijke N1 elementen. Met maar liefst 4 punten verschil won Renske de gouden medaille! Lara had goed haar best gedaan, en liet al mooie turnkunsten (waaronder een flikflak op balk) zien in dit hoge niveau. Met name haar sprong was erg goed, en op balk en vloer nam ze nog wat leerpunten mee voor de volgende wedstrijd. Lara werd knap 2^e! Isabel turnde bij de pupillen 2 n2 en turnde een mooie stabiele wedstrijd wat haar de bronzen medaille opleverde!! Ze liet onder andere een stabiele balkoefening zien met alle plusjes! Lotte en Natalia mochten ook in de tweede wedstrijd hun kunnen laten zien. En ze lieten zien dat ze al heel goed geoefend hadden maar dat er nog wat puntjes misten. Vooral aan de rekstok moeten ze nog hard oefenen. Maar ze hebben het beste van zichzelf laten zien vandaag en Natalia is 6^e geworden en Lotte 8^e. Goed gedaan meiden!!! Bo, Cielke en Zoë turnden in de laatste wedstrijd. Bo turnde knappe oefeningen en liet zien al steeds meer onderdelen in dit niveau onder de knie te hebben. Cielke was licht geblesseerd en turnde daarom wat aangepaste oefeningen. Ze turnde heel netjes en met een mooie uitstraling. Zoë had vandaag vleugels en turnde een goede wedstrijd. Ze kon lekker vrij turnen en deed dit dan ook. Met name haar vloeroefening ging erg goed. Zoë werd 1^e, Bo 2^e en Cielke 3^e! Ook Lieke turnde in de laatste wedstrijd en ze liet zien dat ze al veel kon. Ze werkte netjes, strak en ze beheerst de oefenstof al heel behoorlijk wat haar dan ook een hele mooie 3^e plek opleverde!



5 November Kwalificatie wedstrijden voor de NK team wedstrijden in Hoofddorp:

Dag 2 van de NK kwalificatie teams: Lonne en Amy vormden samen met Sanne en Karlijn van Jan v. Weert een team in supplement A. Amy turnde een goede all-round wedstrijd en Lonne liet een hele mooie tsuki zien. Op vloer turnde Lonne voor het eerst haar nieuwe vloeroefening. Ook de turnsters van Weert gingen goed in de wedstrijd en er heerste een heel leuk sfeertje. Alles bij elkaar zorgde er voor dat ze op een mooie 7^e plaats eindigden en dat is prima want nu mogen ze over 2 weken de finale in Amsterdam turnen.

12 November Kwalificatie wedstrijden voor de NK team wedstrijden:

In Waspik was vandaag de laatste kwalificatie dag voor de NK teamwedstrijden. Inge, Larissa, Megan, Noortje en Robin (sup C) starten deze dag en eindigden als 2^e. Het was nog lang spannend of ze deze plek vast konden houden tot het laatste team klaar was. Maar het is gelukt! Ze hebben zich geplaatst voor de finale.

In de derde wedstrijd turnden Loes, Tes, Jackie en Zoë (sup D). Voor Jackie en Zoë de eerste wedstrijd als keuze turnsters. Alle meiden hebben het goed gedaan en wisten een knappe 13^e plek te behalen. In de laatste wedstrijd turnden Lizzie, Kiki, Joy en Lotte (sup D). Joy startte met een super balkoefening, het team hield dit niveau vast. Ze wisten zich als 1^e te plaatsen voor de finale!!



18 November: NK Teams in Hoofddorp:

De turnsters van supplement D (Joy, Lotte, Kiki en Lizzie) turnden foutloos en werden Nederland kampioen teams!! Voor de vierde keer op rij heeft Hercules Reuver de titel in deze categorie behaald! Amy en Lonne turnden samen met Sanne en Karlijn van Jan van Weert in supplement A en wisten knap 6^e te worden in dit niveau. In de laatste wedstrijd turnden we met 2 teams, supplement C (Megan, Inge, Noortje en Larissa) en supplement bB (Danielle, Sylvana, Xin, Nikki van Jan van Weert en Dylana van Turning Point Sittard). Beide teams maakten kleine foutjes maar lieten verder mooie strakke oefeningen zijn en werden beide nog knap 4^e! Proficiat dames!!