

# 11<sup>e</sup> uitgave Nieuwsbrief Hercules'03



## *Belangrijke Mededelingen*

### **Nieuw logo**

Het zal de meeste onder ons al opgevallen zijn. Het bestaande logo heeft een mooie opfrisbeurt gekregen! Het bestaande logo was digitaal van slechte kwaliteit. Daarom is gevraagd om dit een modern jasje te geven. Maar bovenal moest het dezelfde herkenbaarheid houden. Daar is Maaïke Beijvoort (moeder Maartje van A-selectie onderbouw) meer dan uitstekend in geslaagd!

## **NIEUWSBRIEF**

Beste leden, ouders, sponsoren en sportliefhebbers,

Inmiddels ligt de 11e editie van de nieuwsbrief alweer voor je. Het eerste kwartaal van dit jaar zit er al bijna op. Inmiddels is het wedstrijdseizoen voor wat betreft het turnen in volle gang. Op de Limburgse Kampioenschappen meerkamp en toestelfinales zijn een gigantisch aantal medailles in de wacht gesleept. Maar dat is uiteraard niet alles.

Door de verhuizing van Paige hadden we een uitdaging voor de invulling van de recreatiegroep op dinsdag. Tot aan de grote vakantie hebben we de leiding van de diverse groepen bereid gevonden om op toerbeurt les te komen geven. Uiteraard zijn wij bezig er voor te zorgen dat dit na de vakantie definitief is ingevuld. Ook bij de B-selectie heeft er een wijziging plaatsgevonden. Op donderdagavond geeft Maud Peeters nu les. Wij zijn blij met haar hulp!

Toch krijgen wij ook kritiek van leden en ouders. In de nieuwsbrief ontbreekt info over diverse andere lesgroepen binnen de vereniging. De nieuwsbrief wordt gemaakt voor leden, maar vooral ook door leden (en ouders). Dus hebben jullie een leuk verhaal. Stuur het dan in! Dit kan naar: [pia.hoezen@home.nl](mailto:pia.hoezen@home.nl).

Daarnaast krijgen wij vaak te horen dat berichten via de mail niet doorkomen. Bij aanmelding van een lid wordt om het email adres gevraagd. Dit komt in het digitale ledensysteem van de KNGU. Het komt echter geregeld voor dat het email adres gewijzigd wordt. Geef dit dan door. Dat kan door het sturen van een email naar [secretaris@hercules03.nl](mailto:secretaris@hercules03.nl) of door de aanmelding-/mutatieformulier in te vullen en te deponeren in de brievenbus in de hal. Het formulier is te downloaden van onze website, maar ligt ook in de hal.

Per 1 maart jl. heeft de huidige penningmeester afscheid genomen en is alles overgedragen aan Dennis van den Brandt. Hij zal zich volgende nieuwsbrief voorstellen en zullen hem tijdens komende jaarvergadering voordragen.

Als laatste wil ik nog graag het volgende nieuws delen, Vorig jaar hebben wij samen met de KNGU een nationale wedstrijd mogen organiseren. Voor het weekend van 9 en 10 februari 2019 wil de KNGU weer te gast zijn in Reuver. Daarmee zijn wij zeer verheugd!

## *Vervolg Belangrijke Mededelingen*

Op het moment zijn we bezig een **PR-commissie** op te zetten c.q. uit te breiden. In deze commissie zitten al: Pia Hoezen (nieuwsbrief) en Ruud Zanders (Website).

Voor deze commissie zoeken we nog iemand die leuke stukjes kan schrijven voor de nieuwsbrief, website en eventueel voor de krant c.q. internet.

En we willen graag een **Sponsorcomité** opzetten. Dit wordt op het moment door Math Stinges en Rob Kuijpers gedaan en deze zouden het leuk vinden om ondersteuning te krijgen van nog 1 of 2 mensen. Ook hier weer om hen te ontlasten omdat zij ook 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 turnhal kunnen doen zodat de kinderen, dames en heren veilig kunnen blijven turnen, free runnen enz.

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

**Rob Kuijpers:** [voorzitter@hercules03.nl](mailto:voorzitter@hercules03.nl)



Mijn naam is **Vera van Wylick-Achten**.

Ik ben getrouwd met Ben en samen hebben we 2 dochters, Roos en Floor (Floor turnt in de B-selectie).

We zijn een actief gezin met 2 honden, een pony, 30 kippen, konijnen, cavia's en een parkiet.

We kunnen enorm genieten van elkaar en van het buitenleven, maar houden ook van uitstapjes op z'n tijd.

In mijn werkende leven ben ik Recruiter bij PostNL. Hier werk ik 4 dagen / 32 uur. Daarnaast ben ik Voorzitter van de Ouderraad van BS Meander.

Ook ben ik 5 jaar actief geweest als leiding bij Jong Nederland. Nu help ik daar alleen nog maar uit als het nodig is.

Ik vind het een goede zaak dat Hercules een Vertrouwenspersoon heeft aangesteld en ik zal me hiervoor zo goed als ik kan inzetten.

Bereikbaar ben ik onder mijn mobiel nummer:  
06 – 53 36 53 32.

Kan ik even niet oppakken i.v.m. mijn werk, spreek dan de voicemail in, zodat ik terug kan bellen.

Je kunt ook altijd een app of een mailtje sturen.

Mijn mailadres is: [v.vanwylick@kpnmail.nl](mailto:v.vanwylick@kpnmail.nl)

## Wedstrijdverslagen

In het weekend van **9 en 10 December** stonden de eerste plaatsingswedstrijden voor de 2e divisie en N niveaus turnsters op het programma in **Panningen**. De uitslagen:

Pupil 1 N2: Natalia 20<sup>e</sup>, Lotte 21<sup>e</sup>

Pupil 2 N2: Isabel 13<sup>e</sup>

Jeugd 1 N3: Lieke 1<sup>e</sup>

Jeugd 2<sup>e</sup> divisie: Jackie 3<sup>e</sup>

Junior 2<sup>e</sup> divisie: Joy 2<sup>e</sup>, Lotte 10<sup>e</sup>

Senior 2<sup>e</sup> divisie: Danielle 2<sup>e</sup>, Mara 8<sup>e</sup>, Lizzie 25<sup>e</sup>.

Tijdens ditzelfde weekend konden de meiden van D1 en D2 zich plaatsen voor de halve finale van het LK.

Pupil 1 D2: Emma 17<sup>e</sup> heeft een plekje in de halve finale veroverd.

Pupil 2 D2: Sanne 21<sup>e</sup>

Jeugd 1 D1: Tinka 26<sup>e</sup>



**16 December 2017:** Vandaag was de eerste plaatsingswedstrijd voor divisie 3 in Panningen. Op basis van de beste prestatie uit de 2 plaatsingswedstrijden zal de doorstroming naar de LK, toestelfinales en landelijke wedstrijden plaatsvinden. Hieronder de uitslagen van vandaag:

Instap n3: Kai 5<sup>e</sup> en Flo 13<sup>e</sup>

Pupil 1 n3: Maartje 8<sup>e</sup> Laure 10<sup>e</sup> en Lieke 12<sup>e</sup>

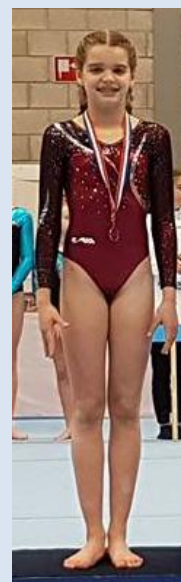
Pupil 2 n3: Kindah 6<sup>e</sup>

Jeugd 1 n4: Zoë Zanders 2<sup>e</sup> en Laura 5<sup>e</sup>

Jeugd 2 divisie 3: Zoë van Asten 7<sup>e</sup>

Junior divisie 3: Loes 7<sup>e</sup> en Tes 9<sup>e</sup>

Senior divisie 3: Larissa 7<sup>e</sup> Noortje 9<sup>e</sup> Robin 12<sup>e</sup> en Kiki 19<sup>e</sup> met 2 toestellen.



Rowenna en Konstantina turnden bij senior divisie 5 en werden 18<sup>e</sup> en 16<sup>e</sup> en plaatsten zich hiermee voor de halve finale LK. Gefeliciteerd meiden!



**17 December 2017:** Meike turnde vandaag haar eerste wedstrijd in de keuze oefenstof. Ze begon bij de vloer en liet hier haar nieuwe oefening zien. Na deze goede start ging ze verder naar sprong en brug waar ze mooie oefeningen liet zien. Meike sloot de wedstrijd af met een super balkoefening. Dit leverde haar de 10<sup>e</sup> plek op. Meike heeft zich geplaatst voor de finale van het LK en voor een toestelfinale balk. Gefeliciteerd Meike!



**29 en 30 December 2017:** Gisteren en vandaag namen er van de bovenbouw een aantal turnsters deel aan het altijd leuke, gezellige en goed georganiseerde kersttoernooi in Nijmegen!

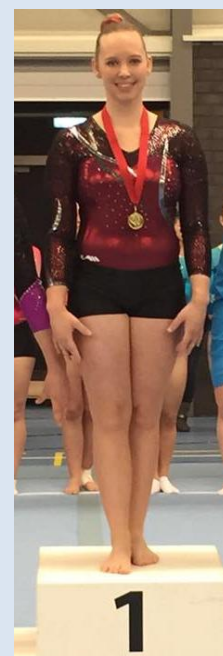
Laura en Zoë mochten in de N4 ieder 2 medailles meenemen naar huis. Laura besloot toch balk te turnen en verdiende hiermee zilver! Het goud ging echter naar Zoë. Daarnaast haalde ze beide nog een bronzen medaille. Loes was op dreef met 3 medailles waaronder goud op balk. Tes turnde een goede balk, met boogje! Larissa en Robin sloten af, zij haalden 3 medailles. Larissa brons op balk en Robin brons op brug en vloer.

Lieke kwam vandaag pas weer in actie na ruim 1.5 week vakantie in de categorie n3, helaas wat fouten maar toch een gouden medaille op vloer! Jackie, Lotte en Joy waren goed op dreef in de tweede wedstrijd. Jackie won bij de jeugd divisie 2 goud op balk en zilver op sprong en brug. Lotte en Joy turnden bij de junioren divisie 2 en wonnen samen goud op vloer, Lotte zilver op sprong en Joy zilver op balk. In de laatste wedstrijd turnde Mara bij de senioren divisie 2 een stabiele wedstrijd. Nu weer verder werken aan de D scores. Amy turnde bij de senioren divisie 1 en ging ervoor om risico te nemen en nieuwe dingen te proberen dit leverde haar goud op voor vloer en sprong. Gefeliciteerd meiden!!

**20 en 21 Januari 2017:** De tweede plaatsingswedstrijd in **Reusel**. Joy en Lotte, junior div2, beten gisteren de spits af en mochten als eerste. Joy had een beetje struikelbenen maar uiteindelijk toch goed genoeg geturnd voor een 8<sup>e</sup> plaats en Lotte liet haar kans niet liggen en werd 6<sup>e</sup>. Jackie, jeugd2 div2, turnde een fijne wedstrijd, begon wat zenuwachtig met een valletje van de balk. Maar herstelde zich prima en werd 1<sup>e</sup>!! Ook Isabel, pup2 N2, mocht gisteren en zij turnde een hele stabiele wedstrijd wat haar een mooie 7<sup>e</sup> plaats opleverde.

Vandaag lieten Lotte en Natalia, pup1 N2, hun kunnen zien. Lotte begon heel relaxed aan wedstrijd maar kon haar concentratie niet vasthouden tot op het laatst en maakte hierdoor wat foutjes en werd 33<sup>e</sup>. Natalia was heel gespannen voor de wedstrijd maar turnde toch vrij stabiel en werd 26<sup>e</sup>. Danielle, Mara en Lizzie, senioren div2, stonden in baan 2 en hadden zich in de training goed voorbereid. Lizzie liet hele mooie oefeningen zien met zelfs schroef voorover op vloer!

Ook Mara ging heel goed met een mooie schroef achterwaarts op vloer. Lizzie werd 7<sup>e</sup> en Mara 5<sup>e</sup>. Danielle begon helaas niet zo fijn aan de wedstrijd met twee vallen van de balk maar herstelde zich heel goed. Zo goed zelfs dat ze uiteindelijk nog 1<sup>e</sup> werd! Daarna mocht Lieke, jeugd1 N3, nog. De laatste turnster van SV Hercules'03 van dit weekend. Lieke had zich ook goed voorbereid in de trainingen en ondanks de blessure ging de wedstrijd heel erg goed. Mooie stabiele oefeningen liet Lieke zien en werd daarmee vandaag 6<sup>e</sup>. Proficiat meiden!



**27 Januari 2018:** 2<sup>e</sup> Plaatsingswedstrijd voor divisie 3 in **Brunssum**. De turnsters waren heel gemotiveerd en hebben mooie oefeningen laten zien. Bij de pupillen 1 n3 werd Maartje 5<sup>e</sup>, Laure 8<sup>e</sup> en Lieke 10<sup>e</sup>. Kindah werd 11<sup>e</sup> bij de pupillen 2 n3. Bij de instappers n3 mocht Kai het hoogste podium betreden en Flo werd 12<sup>e</sup>. Larissa won het goud bij de senioren. Noortje sprong voor het eerst een tsuki op wedstrijd en stond ze werd 10<sup>e</sup>. Robin 13<sup>e</sup> en Kiki, gelukkig weer lekker aan het turnen na een vervelende rugblessure, werd helaas na een duur foutje op brug 16<sup>e</sup>. Loes behaalde het zilver bij de junioren en Tes werd knap 10<sup>e</sup>. Zoë van Asten won het goud bij de jeugd 2. Laura werd 3<sup>e</sup> bij jeugd 1 n3 gevolgd door Zoë Zanders op plek 4.



**3 Februari 2018 Hoofddorp:** Vandaag turnden Renske en Lara hun eerste N1 wedstrijd. Beide lieten een goede indruk achter, met name op balk! Ze werden respectievelijk 5<sup>e</sup> en 4<sup>e</sup>. Xin turnde zichzelf naar het goud met het beste punt op balk en brug! Sylvana moest 3 vallen incasseren, maar werd desondanks 10<sup>e</sup>, heel knap voor de eerste keer in de 1<sup>e</sup> divisie! Amy turnde haar dubbel flikflak door op balk, goed zo! Helaas moest ze genoeg nemen met de 5<sup>e</sup> plek na een val op brug. Dames, goed geturnd en proficiat!

**24 Februari 2018 Horn:** Vandaag waren de halve finale van de Limburgse kampioenschappen in Horn. Floor en Asmae turnden in de tweede wedstrijd. Ze turnde beiden een goede wedstrijd. Floor werd 14<sup>e</sup> en Asmae 16<sup>e</sup>. In de laatste wedstrijd turnden Emma, Konstantina en Rowenna. Emma turnde een goede wedstrijd met een gelukke koprol op de balk en werd 19<sup>e</sup>. Rowenna en Konstantina hadden helaas pech op de balk, maar hebben verder een goede wedstrijd geturnd. Konstantina werd 22<sup>e</sup> en Rowenna 27<sup>e</sup>. Ze kwamen helaas te kort voor de finale plaatsen. Alle dames mogen trots zijn op hun prestaties en lekker gaan trainen voor de toestelfinales en voor het nieuwe seizoen.

**3 Maart Limburgse Kampioenschappen Panningen:** Hercules Reuver heeft 5 nieuwe Limburgs Kampioenen! Verder turnden we nog 8 zilveren medailles en nog 4 bronzen medailles bij elkaar! Wij zijn trots op alle 29 turnsters die vandaag meededen aan de Limburgse kampioenschappen!

Instap N1: Renkse 2e

Instap N3: Kai 10e

Pupil 1 N1: Lara 3e

Pupil 1 N2: Natalia 6e, Lotte 8e

Pupil 1 N3: Maartje 5e, Laure 9e

Pupil 2 N1: Bo 1e, Cielke 2e

Pupil 2 N2: Isabel 4e

Pupil 2 N3: Kindah 4e

Jeugd 1 N1: Zoë 1e

Jeugd 1 N3: Lieke 3e

Jeugd 1 N4: Zoë 2e, Laura 3e

Jeugd 2 Eredivisie: Inge 1e

Jeugd 2 2e divisie: Jackie 2e

Jeugd 2 3e divisie: Zoë 4e

Junior 1e divisie: Xin 2e, Sylvana 6e

Junior 2e divisie: Joy 2e, Lotte 3e

Junior 3e divisie: Loes 2e, Tes 10e

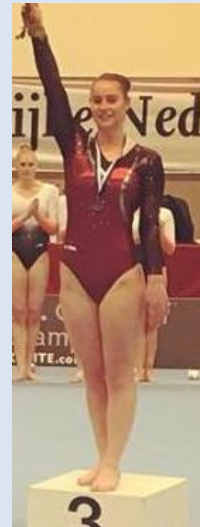
Senior 1e divisie: Amy 1e, Lonne 5e

Senior 2e divisie: Danielle 1e, Mara 10e

Senior 3e divisie: Larissa 2e



**10 Maart 2018 Roden:** Vandaag zijn we afgereisd naar het noorden van het land, Roden! Daar was de NK kwartfinale voor Isabel Gubbels (pup2 N2), Lieke vd Brandt (jeugd1 N3), Lotte Stinges en Joy Smeets (junior div 2) en Jackie Boersma (jeugd2 div 2). Toen Isabel begon was het al heel snel duidelijk dat het niveau erg hoog was maar onze turnsters lieten zich niet kennen. Alle vijf hebben ze een goede wedstrijd geturnd zonder noemenswaardige grote fouten. Dit leverde Joy een 1ste plaats op en Lieke een mooie 2de plaats. Lotte werd 6de, Jackie 7de en Isabel 10de. En daarmee hebben ze zich allemaal geplaatst voor NK halve finale in april. Proficiat meiden!



**17 Maart Waddinxveen:** Vandaag was het 2<sup>e</sup> kwalificatie moment voor de 1ste divisie in Waddinxveen! Renske, instap N1 mocht het spits afbijten. Ze werd ondanks een val knap 5<sup>e</sup> met het hoogste vloer punt! Lara kwam in actie bij de pupillen 1, n1. Ook Lara moest helaas een valletje incasseren maar werd alsnog 6<sup>e</sup>! Met een mooie 2<sup>e</sup> score op balk! Xin en Sylvana beide junior 1<sup>e</sup> divisie, turnden vandaag ook hun 2<sup>e</sup> kwalificatie! Xin mocht wederom het podium betreden, heel knap met helaas 2 vallen op brug! Sylvana werd 12<sup>e</sup> in een sterk deelnemersveld! Als laatste kwam Amy senior 1<sup>e</sup> divisie in actie. Ze turnde een goede wedstrijd met nog ruimte voor verbetering en mocht zelfs het podium betreden! Super gedaan allemaal!

**24 Maart Middelburg:** Inge (Eredivisie jeugd) & Zoë K. (Jeugd N1) startten deze wedstrijddag in Middelburg! Voor beide meiden heel spannend in de eredivisie! Ze hebben zich goed staande gehouden en wisten beide de punten norm te behalen voor het NK in Ahoy!! Zoë werd 11<sup>e</sup> en Inge 13<sup>e</sup>. Cielke en Bo (pupil 2, N1) hadden vandaag ook hun kwalificatie moment. Bo werd 13<sup>e</sup>, Cielke 12<sup>e</sup>. Helaas lukte het vandaag niet om aan de puntennorm te voldoen. De meiden krijgen nog 2 kansen om dit te halen. Vooral aan brug moeten de dames hard werken de komende weken! In de laatste wedstrijd kwamen de senioren 2<sup>e</sup> divisie in actie. Daniëlle en Lizzie turnden voor een plekje in de halve finale. Daniëlle turnde een prima wedstrijd en miste net het podium met een 4<sup>e</sup> plek en is dus door naar de halve finale! Lizzie moest helaas 2 vallen incasseren en werd 17<sup>e</sup>, dit was jammer genoeg niet voldoende voor de doorstroming naar de halve finale! Mara besloot niet te turnen i.v.m. een druk programma voor haar vooropleiding musical, hierdoor kan ze nog maar weinig uren turnen. Mara had gisteren de 2<sup>e</sup> auditie ronde voor de HBO musical en theater opleiding en mag door naar de 3<sup>e</sup> en laatste ronde! Gefeliciteerd met deze prestatie Mara. Knap wat jij allemaal doet en laat om je droom te verwezenlijken!

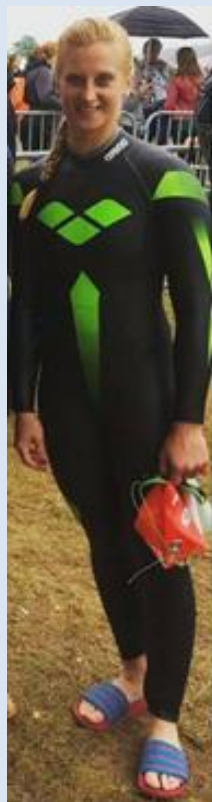


## EVEN VOORSTELLEN...

Mijn naam is **Lizzie Wijnhoven** en ik ben 15 jaar oud. Mijn turn-carrière is 11 jaar geleden in Canada begonnen. In die 11 jaar heb ik veel meegemaakt in deze sport: Van langdurige blessures tot succesvolle seizoenen. Toen ik voor de eerste keer bij SV 'Hercules 03 kwam turnen moest ik wennen aan de manier waarop er geturnd werd, want die was totaal anders dan in Canada. Aan de naamgeving van de onderdelen moest ik ook wennen, want ik sprak nog geen Nederlands. Meneer Maas had altijd leuke grappen die ik toen nog niet begreep, maar wel om lachte. Omdat ik nog geen Nederlands verstond keek ik veel om me heen en deed iedereen na. Nu 6 jaar verder ben ik helemaal gewend en turn ik in de tweede divisie, supplement B, senioren en geef ik zelf les aan de pré-instappers. Ik vind het heel leuk om deze nieuwe talentjes les te geven. Binnenkort ga ik ook op cursus voor assistent trainer niveau 2. Ik heb er super veel zin in, nieuwe tactieken leren om toe te passen in de lessen. Ik hoop nog lang zelf te kunnen turnen en nog veel lessen te kunnen geven.



Lieve turn groetjes, Lizzie Wijnhoven



Hallo allemaal, hierbij een kort stukje om mezelf alvast voor te stellen. Mijn naam is **Jaimy Claessens** en veel van jullie kennen mij al omdat ik een aantal jaren bij Reuver geturnd heb. In december wordt ik 23 jaar en ik woon in Heide bij mijn ouders en broertje. Momenteel zit ik in het 3e jaar van de sporthogeschool in Eindhoven. Daarvoor heb ik het CIOS gedaan in Sittard. Toen ik 6 was ben ik begonnen met turnen in Venray en later heb ik de keuze gemaakt om bij Reuver te gaan turnen. Buiten het zelf turnen geef ik ook veel les in Venray. Ik ben hoofdtrainer van de jongens wedstrijdgroep en met een aantal andere ook van de meisjes wedstrijdgroep. Zelf ben ik nu gestopt met turnen en daardoor ben ik meer gaan lesgeven. Omdat Paige helaas gaat stoppen met het



lesgeven van de jongens in Reuver hebben ze gevraagd of ik deze groep wil overnemen. Dat leek mij een leuke uitdaging die ik graag aan wil gaan en daarom zal ik vanaf 21 januari de jongens komen trainen. Ik ben benieuwd hoe de trainingen hier gaan en heb zin om te beginnen! (:



## AFSCHEID...

**21 November 2017:** 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!



**E-mail:**

[secretaris@hercules03.nl](mailto:secretaris@hercules03.nl)

**Website:**

[www.hercules03.nl](http://www.hercules03.nl)

**Redactie:**

[Pia.hoezen@home.nl](mailto:Pia.hoezen@home.nl)

**29 December** Vandaag hebben we afscheid genomen van **Paige**, jarenlang het gezicht van Hercules met de wedstrijden als 'onze oma' maar ook al lange tijd als leiding actief bij de A-selectie, B-selectie, haar jongens en de recreatiegroepen!!! Nu gaat ze haar leven voortzetten in Haarlem met de liefde van haar leven. Paige bedankt voor je jarenlange trouwe inzet en heel veel geluk met je verdere leven in Haarlem!

