

Van de redactie

De eerste nieuwsbrief van dit seizoen staat voor u klaar op het scherm! Voor een aantal van u zal dit de eerste nieuwsbrief van DGC zijn, want sinds 1 september zijn er meer dan 60 nieuwe leden ingeschreven. Wat ontzettend leuk! Wij wensen u/ jullie een mooie, sportieve tijd toe bij de vereniging. Per september zijn er ook altijd opzeggingen, maar alles bij elkaar komt daarmee het ledenaantal van DGC op maar liefst 450, en met trots kunnen we zeggen dat DGC dus nog steeds groeiende is. Voor de leden die al wat langer lid zijn: u ziet een nieuwe opmaak van de nieuwsbrief! We zijn zeer blij met een rasechte vormgever in het bestuur, die alles wat we produceren mooier maakt.

Dank, Gerard!

Van het bestuur

Nieuwe penningmeester

Met ingang van dit najaar neemt Coos de Poel het stokje de bankpas over van Wia Oost. Daar zijn we als bestuur heel blij mee! Verderop in de Nieuwsbrief stelt Coos zich voor.

Afscheid bestuursleden

Tietia de Haan en Karin v.d. End hebben het bestuur verlaten. Tietia deed jarenlang de ledenadministratie en hielp Wia met het penningmeesterschap. Tietia blijft gelukkig nog wel in de vereniging, want ze blijft juf Aukje nog helpen als assistent in de turnlessen. Karin was nog niet zo lang in het bestuur, maar had

goede redenen om niet aan te blijven. Dat betreuren we, maar respecteren we des te meer. Nadat Wia al haar kennis en ervaring aan Coos heeft overgedragen, zal ook zij het bestuur verlaten. Als laatste vertrekt ook Ellen van der Spoel, na meer dan 3 jaar bestuurslid te zijn geweest. Dat wil onder andere zeggen dat de Nieuwsbrief vanaf nu door iemand anders wordt geschreven! Namens de vereniging willen we al deze

4 dames heel hartelijk bedanken. In de afgelopen 3 jaar is er ontzettend veel ten goede veranderd binnen de vereniging, mede dankzij hun inzet. Ook een aantal andere bestuursleden heeft aangegeven te willen stoppen aangezien ze zich al een paar jaar voor 300% ingezet hebben. Dat is ook gezond. Maar daarmee komt de volgende uitdaging boven tafel: wie worden hun vervangers? Dat brengt ons meteen bij het volgende onderwerp:

Vacatures

Bestuursleden

Het bestuur vergadert één keer per maand, en elk bestuurslid heeft, naast de taak om over lopende zaken mee te denken, een eigen taak: ledenadministratie, website beheer, het schrijven van de nieuwsbrief, juryzaken, wedstrijdzaken, aansturen activiteitencommissie, enzovoort. Wilt u 'iets' binnen het bestuur doen, maar nog geen specifiek idee: we zijn de afgelopen jaren uitgegaan van het feit dat iedereen zijn/haar eigen talenten meebrengt, en dat we daar een passende taak bij vinden.

Juryleden

Of eigenlijk mensen die, op kosten van DGC, een jurycursus willen volgen. Iedere wedstrijd waaraan leden van DGC deelnemen, moeten ook juryleden geleverd worden. Want zonder juryleden geen beoordelingen en dus geen wedstrijd. Als DGC geen juryleden kan leveren voor een wedstrijd, kan het zo zijn dat de leden niet mogen deelnemen. Voor de jongens heeft dit in het verleden al daartoe geleid en staat dat ook dit seizoen te gebeuren ...

Freerunning

Binnen het bestuur werd er al een poos over gesproken en gedroomd: freerunning zou toch een welkome aanvulling van de activiteiten binnen DGC zijn, en per 1 september was het dan eindelijk zover. In juni begonnen we daarom met een serie van 3 proeflessen, die binnen no-time vol zaten!



Bijna 80 belangstellenden! Geweldig! In Karam Farhat vonden we een enthousiaste trainer, die vanaf 1 september 'voor het echie' aan de slag kon. Op papier eerst 2 groepen gepland, maar het bleek meteen dat dat niet voldoende was, en dus meteen gestart met 3 groepen. Maar de aanmeldingen hielden niet op. Dus er werd al snel overlegd met Karam of er nog een 4de uur bij kon. Gelukkig kon dit! En per 1 oktober worden er op de maandagmiddag/avond al 4 lessen freerunning gegeven in de gymzaal aan de Splitting. Erg leuk om te zien dat we weer een nieuwe doelgroep hebben kunnen aanspreken!

Grote Clubactie

Zoals je ongetwijfeld al gemerkt hebt, doet DGC weer mee aan de Grote Clubactie. Vorig jaar zorgden de leden met de verkoop van de loten voor een opbrengst van €5250,-. Daar kunnen we als vereniging veel leuke dingen van doen. Dus ... doe je best! Ennuhh ... degene die de meeste loten verkoopt, krijgt een leuke prijs. Vorig jaar verkocht de prijswinnaar meer dan 100 loten, dus de lat ligt hoog! **En vergeet niet om na de herfstvakantie het lotenboekje mee naar de les te nemen.**

Informatieavond, herkansing januari

Helaas ging de informatieavond voor (basis)selectieouders over wedstrijd- en juryzaken op 2 oktober in verband met weinig aanmeldingen niet door. In januari proberen we een nieuwe avond te plannen. Houd je mailbox in de gaten.



We blijven het noemen in deze nieuwsbrief: weet je dat je DGC gratis kunt sponsoren? Schaf dan zaken die je normaal gesproken online koopt, aan via de SponsorKliks-pagina, op sponsorkliks.com of via de app op je smartphone. Van Bol.com tot Coolblue, en van Zalando tot je favoriete restaurant: van alle aankopen wordt een commissie maandelijks aan DGC uitbetaald. En u betaalt niets extra!

Effe checken:

- E-mails van de ledenadministratie@dgcdrachten.nl en andere e-mailadressen van DGC blijken nogal eens in de SPAM-folder te belanden.
- Heeft u DGC al geliket op facebook? Daar verschijnen leuke filmpjes, nuttige tips, links naar foto's van wedstrijden, ziekmeldingen, enzovoort ...

Agenda

**27 november: 15.00-17.00 uur
Sinterklaasfeest**



Er is al contact geweest met Sinterklaas en hij heeft toegezegd DGC weer te bezoeken. Dit jaar op een andere locatie, namelijk gymzaal I-Space de Waring aan de Excelsior. Alle kinderen tot en met 8 jaar zijn welkom. Nadere informatie over opgeven enzovoort volgt later.

**21 december: Noordelijke
kampioenschappen microteamgym**

Microteamgym? Wat is dat? Anders dan bij 'normale' springwedstrijden spring je bij de microteamgymwedstrijd in een groep van 3 tot 5 personen. De discipline Micro Teamgym bestaat uit 2 onderdelen: Airtrack - Minitrampoline en Minitrampoline - pegasus. Er worden 3 beurten op airtrack uitgevoerd en 3 beurten verdeeld onder minitrampoline en pegasus. Op 21 december wordt deze wedstrijd in Drachten georganiseerd door DGC voor de niveaus ABCDE. Dit zijn de Noordelijke kampioenschappen microteamgym.

November: wedstrijden groepsspringen

November is traditioneel de 'groepsspring-maand'. Wat is groepsspringen? Een onderdeel van de turnsport waarbij je met een team meedoet op verschillende onderdelen die te maken hebben met springen: dat kan met een (turbo)trampoline, met een plankoline, of met een plank, en achter deze 'springdingen' kan een dikke valmat liggen, of een kast, een pegasus of een tafel staan. Daarnaast is er nog airtumbling, en airtrack (voor radslagen, arabieren, flikflaks, en salto's) Het leuke van onze individuele turnsport, is dat je bij groepsspringen meedoet met een team: er mogen 9 turn(st)ers in een team zitten, en voor elke sprong moeten daaruit 6 sporters gekozen worden die de betreffende sprong uitvoeren. Voor de recreatieve niveaus D en E is er eerst een zogenaamde plaatsingswedstrijd op 2 november, waar ieder team op een of meerdere onderdelen mee kan doen, en daarna het Fries Kampioenschap, waarbij op elk onderdeel



alleen de geplaatste teams mee mogen doen. DGC doet met de selecties mee op C-niveau, en daarvoor is alleen een FK, op 23 november.

Contributie en opzeggen

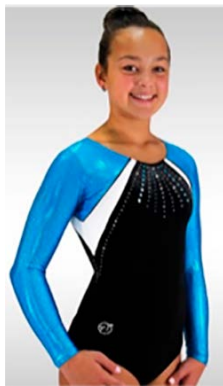
Nog even als reminder: DGC int de contributie van de lopende maand rond de 25e, je betaalt dus niet vooruit bij DGC. In de eerste maand van het lidmaatschap wordt €7,50 extra afgeschreven, voor inschrijfkosten. Voor ieder lid betalen we per kwartaal een bedrag aan de KNGU. Dat is ook de reden dat je bij DGC per kwartaal kunt opzeggen. De opzeggingsmail moet twee weken voor het verlopen van het kwartaal binnen zijn op het volgende emailadres: ledenadministratie@dgcdrachten.nl

Kleding/webshop

Een uitgebreid stuk dit keer over de kleding, omdat er veel te melden valt! We zetten voor alle geleidingen de mogelijke kleding bij deze op een rijtje. Daarnaast begint DGC vanaf aankomende week met een webshop: via de DGC website kunnen naast de benodigde kleding, ook leuke andere artikelen, zoals sporttassen, worden aangeschaft ... Neem maar een kijkje op de website!

1. Kleding dames recreatiegym en basisselectie

Tijdens de training mag iedereen trainen in eigen gypakjes. Voor de officiële wedstrijden (de springwedstrijden in november, en de FUNwedstrijd in april) is er de officiële wedstrijd kleding. Afgelopen seizoen zijn we overgestapt op een nieuw turnpakje (zie foto). We hebben toen afgesproken dat aankomend seizoen ook het oude effen blauwe Agiva-gypakje nog mee mag doen voor de wedstrijden. Om het nieuwe pakje te bestellen, kunt u een mail sturen naar onze kledingcommissie: mirandatehubijuluw@gmail.com.



De prijzen van het nieuwe pakje zijn:

van maat 116 – 164: €39,50
en voor maat S – L: €42,-

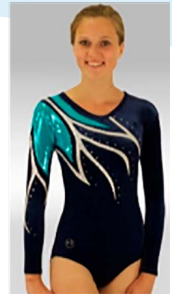
Verzendkosten zijn €3,95 als we het pakje alleen voor u moeten bestellen, maar bestelt u bij Miranda voor 1 november, dan zijn de verzendkosten voor DGC. DGC heeft voor deze pakjes ook een aantal te huur. Voor het huren van een pakje betaalt u 5 euro. Aanmelden gaat ook via Miranda.

2. Kleding dames (meisjes) selectie

De selectiepakjes (zie foto) worden gedragen op de plaatsingswedstrijden, de (eventuele) FK's na de plaatsingswedstrijden en de springwedstrijden.

Maat 128 – 164 kosten €59,-
maat S – L €61,50

Van deze pakjes staan er geregeld exemplaren te koop op de tweedehands Facebook site 'DGC Tweedehands turnkleding'. Voor de verzendkosten: zie het verhaal bij de dames recreatiegym.



3. Turnkleding heren



Ook voor de heren zetten we de prijzen van het pak, de short, en de spanbroek op een rij. Overleg voordat u de kleding aanschaft met trainer Hiddo wat er precies nodig is. De spanbroek is nog niet vanaf het eerste moment nodig bijvoorbeeld. De prijzen zijn als volgt:

Turnpak

maat 128 – 164: €36,-
S – L: €38,50

Herenshort

maat 128 – 164: €16,-
en S – XL: €17,-

Spanbroek

maat 128 – 164: €32,50
en S – XL: €34,50

Voor het verhaal over de verzendkosten: zie dames recreatie.



4. Trainingspakken

Drie jaar geleden zijn we begonnen met de trainingspakken die onze turners en turnsters op dit moment dragen. De leverancier heeft ons echter laten weten te stoppen met het produceren van deze trainingspakken. Dat gebeurt regelmatig in 'sportkledingland' ... De kledingcommissie is daarom op zoek gegaan naar een nieuw trainingspak voor DGC (opnieuw eentje die voor 3 jaar gegarandeerd wordt door de leverancier), en dat willen we bij deze graag aan u voorstellen! Alvast belangrijk om te weten: de 'oude' trainingspakken mogen dit seizoen natuurlijk ook nog gebruikt worden ...





De basis van het nieuwe pak bestaat uit een hoodie met rits, aangevuld met een broek. Er zijn herenhoodies en dameshoodies, en er zijn twee soorten broeken: er zijn gewone trainingsbroeken, en er zijn zogenaamde presentatiebroeken, die strakker van model is, en strakke pijpjes heeft beneden (zie foto).

Ter introductie kunnen we het hele pak voor een scherpe prijs inkopen, compleet met het clublogo op de voorkant, en de letters DGC op de achterkant.



De prijzen zijn voor deze eerste aankoop als volgt:

Maat 128 - 164: €**66,25**

(hoodie met presentatie broek)

Maat S - XL: €**72,75**

(hoodie met presentatie broek)

Maat 128 - 164: €**59,99**

(hoodie met standaard trainingsbroek)

Maat S - XL: €**67,50**

(hoodie met standaard trainingsbroek)

Alleen hoodie: €**35,25**

Wilt u een hoodie of een heel pak bestellen, dan kan dat door voor **1 november** een mailtje te sturen naar mirandatehubijuluw@gmail.com. Graag vermelden: naam van het lid waar het om gaat, de trainer, de maat van de hoodie, en de maat + soort van de broek. Passen kan op afspraak!

Na de introductieperiode komen de items in de webshop, maar daar liggen de prijzen hoger, omdat we geen grote hoeveelheid afnemen op dat moment.

Geslaagden Assistent 1

Jaarlijks leidt DGC een aantal jonge turn(st)ers op die onze trainers in de recreatiegroepen en in de selecties meehelpen. De KNGU heeft daarvoor 2 opleidingen: Assistent 1 en assistent 2. Afgelopen jaar hebben

3 DGC-ers de eerste opleiding met succes afgesloten: Vera Smit, Duncan Peuchen, en Daisy Han van der Spoel.

Gefeliciteerd allemaal! En wat super dat jullie onze trainers helpen in de turnlessen ...

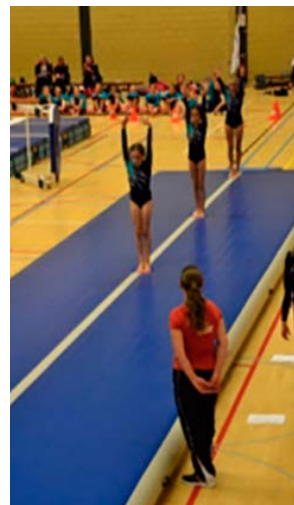


Samenwerking DGC - DSD

Wat een mooi project! In de afgelopen weken gingen onze selectiedames ouder dan 12 één voor één op bezoek bij Yvonne Ruiter van Dans Studio Drachten. Yvonne gaf elke turnster een privé uur les, om de choreografie van de vloeroefeningen in elkaar te zetten. Tot 12 jaar doen de turnsters een verplichte oefening, maar daarna kiest elke turnster een eigen muziekje, en maakt zelf haar oefening. Daarbij is het dansgedeelte soms lastig in elkaar te zetten - zeker als je dit voor de eerste of tweede keer moet doen als turnster ... Wat is het dan leuk om de samenwerking te zoeken met de plaatselijke dansschool! Elke turnster kwam met een hoofd vol danspasjes, mooie overgangen, en sprankelende bewegingen de dansschool uitgelopen, voorzien van een big smile. Goed om te horen, en prachtig om te zien ... Op naar de wedstrijden in januari! (foto: Dian & Yvonne)



NK Groepsspringen



Volgend jaar juni organiseert DGC een machtig mooie wedstrijd, het Nationaal Kampioenschap Groepsspringen C-niveau. Daar waar we dit jaar naar Bergen op Zoom moesten, is het volgend jaar voor ons een thuiswedstrijd. Fantastisch voor onze eigen teams die mee gaan doen, want er zit vast veel thuispubliek op de tribunes van Sportcentrum de Splitting. Voor de organisatie van dit project kunnen we nog wel wat 'handjes' gebruiken - we beginnen na de herfstvakantie met vergaderen.





Zin om mee te helpen? Of het nu het verzorgen van de catering is, of het begeleiden van teams, of het verkopen van de kaartjes aan de entree ... vele handen, u snapt het! Via info@dgcdrachten.nl kunt u zich bij ons melden (foto's: jeugd & 2 junioren teams op het NK groepsspringen in juni 2019 in Bergen op Zoom)

Even voorstellen

Coos de Poel: onze nieuwe penningmeester

Meer dan 20 jaar geleden zijn wij, Cobi mijn vrouw, en ik lid geworden van de GALM, Groninger Actief Leven Model, van de gemeente onder leiding van Martin Zwiers. De GALM is al een hele tijd geleden opgegaan in DGC. De laatste jaren onder leiding van Janina Geertsma op de woensdagavond. In mijn werkzame

jaren had ik een technisch beroep als elektrotechnicus.

Inmiddels ben ik al meer dan 10 jaar met pensioen. We hebben samen 3 dochters en 8 kleinkinderen. De jongste, Daisy, turnt bij DGC.



Karam Farhat: onze freerunning trainer

Mijn naam is Karam Farhat, geboren in Syrië. In 2014 begon ik freerunlessen te nemen om vooral de basis te leren in de turnhal van Sneek. Ik woon nu ongeveer 5 jaar in Nederland en ik volg de artiest dans opleiding bij D'drive in de Neushoorn Leeuwarden (MBO Niveau 4). Naast mijn studie geef ik danslessen (Breakdance en Hiphop). Ik werk bij Dance Company 058, bij Urbanraw in Leeuwarden, en bij Fit Concept in Grou. Vanaf september 2019 ben ik bij DGC begonnen met het geven van freerunlessen.



Dat was het weer voor vandaag, een regenachtige herfsteditie van de nieuwsbrief! We hopen dat u weer op de hoogte bent van de lopende zaken, en wensen u alvast veel mooie momenten bij de springwedstrijden in november.

Een sportieve groet namens trainers en bestuur!

