

SPORTVERENIGING

**VRIDOS**

GIESSENBURG

**Clubkrant  
Juni 2011**

JUDO  
SPORT-IN  
VOLLEYBAL  
BADMINTON  
GYMNASTIEK  
BEWEGEN OP MUZIEK

**VRIENDSCHAP DOOR SPORT**

## Inhoudsopgave Inhoudsopgave Inhoudsopgave

Van de redactie	2
Oproep	2
Ledenadministratie	3
Bestuur	4
Van de voorzitter	4
Volleybal	5
Gymnastiek	9
Sport-in	11
Bewegen-op-muziek	11
Bodyfit	13
Clubkrant gaat digitaal	14
Van de penningmeester	16
Badminton	16
Wist u dat...	17
Recreatief of recreant?	18
Rayon turntoernooi	19
Zaalrooster	22

## Van de redactie Van de redactie Van de redactie

Hallo allemaal,

Dit is een historische clubkrant.

Niet omdat er op zich nou heel bijzondere gebeurtenissen zijn bij VRIDOS, maar vooral vanwege de *krant*.

Dit is de allerlaatste editie die in de normale, gedrukte, vorm bij de leden zal worden bezorgd. Vanaf volgend jaar gaat de krant digitaal!

Het zal even wennen zijn, maar snel weet niemand beter meer.

Veel leesplezier en tot de volgende keer!

Maarten Scholtes-Timmerman

## Oproep! Oproep! Oproep!

*Heb je leuke foto's, tekeningen, weetjes of heb je gewoon iets leuks te vertellen? En vind je het leuk om dat met iedereen te delen?*

*Stuur het dan op naar je favoriete clubblad (wij dus) en we plaatsen het!*

**Het eerstvolgende nummer van het clubblad zal verschijnen september/oktober 2011!**

**Kopij kan worden gestuurd aan:**

vridos-clubkrant@hetnet.nl

Fijne vakantie iedereen!

## administratie **Ledenadministratie** Ledenadministratie

Het bijhouden van een ledenadministratie voor een vereniging met zo'n 750 leden en 6 verschillende afdelingen is een sport op zich. Om alles zo soepel en eenvoudig mogelijk te laten verlopen zijn er een aantal spelregels. Als we ons hier allemaal aan houden kunnen we het 'spel' van de ledenadministratie spelen, zoals het gespeeld moet worden.

### **Contributie (per kwartaal)**

Twee t/m vijf jaar	€ 13,00	per kwartaal
Zes t/m zeventien jaar	€ 19,00	per kwartaal
Achttien jaar en ouder	€ 30,00	per kwartaal

*Bij ouder-kind gym wordt contributie geheven bij de ouder. Het kind is gratis.*

Competitiespelende (volleybal en badminton)	€ 12,00	per kwartaal extra
Selectiegroep	€ 10,00	per kwartaal extra
Inschrijfgeld	€ 5,00	

### **Incasso's**

Om de ledenadministratie zo eenvoudig mogelijk te houden wordt, conform een besluit van de ledenvergadering, de contributie automatisch per kwartaal geïncasseerd. Leden, die (om principiële redenen) geen machtiging hiertoe willen afgeven, ontvangen een acceptgirokaart. Hiervoor wordt wel € 3,00 per keer, extra in rekening gebracht. Leden van de afdelingen badminton, gymnastiek en volleybal zijn ook bondscontributie verschuldigd. Deze bedragen veranderen ieder jaar. De bondscontributie wordt in april (voor de afdelingen badminton en gymnastiek) en in november (voor de afdeling volleybal) geïnd en worden niet verrekend bij opzegging lopende een seizoen.

### **Nieuwe leden**

Nieuwe leden zijn uiteraard altijd welkom. Alvorens "echt" lid te worden, mag er veelal twee of drie keer meegedaan worden, om de sfeer te proeven. Daarna is het toch echt de bedoeling dat het inschrijfformulier wordt ingevuld en bij de ledenadministratie terecht komt. Dit is in principe de taak van de leiding, maar uiteraard wordt hierbij ieders medewerking gevraagd. Eigen initiatief van (de ouders van) leden, indien de leiding vergeet de aanmelding te verzorgen, hoort bij de normale regels van het spel. Bij het inschrijfformulier zit ook de machtiging voor de automatische incasso. Het inschrijfgeld bedraagt € 3,00. Dit bedrag wordt verrekend bij de eerste contributiebetaling, evenals de verschuldigde bondscontributie voor het lopende seizoen.

### **Opzeggen van het lidmaatschap**

- Dit kan uitsluitend schriftelijk bij de ledenadministratie. Natuurlijk ook de leiding op de hoogte brengen.
- De opzegging gaat in met het volgende kwartaal.
- Bij verhuizing graag even de ledenadministratie op de hoogte brengen. Dit geldt ook als het bankrekeningnummer verandert.

### **Ledenadministratie sportvereniging VRIDOS**

Bas van Genderen  
De Boodtstraat 8  
3381 AC Giessenburg  
0184-652343  
basvgenderen@hotmail.com

## Bestuur Bestuur Bestuur

Voorzitter	Ben Klieverik Burg. v/d Bruggelaan 1	voorzitter@vridos.nl 0184 - 651748
Penningmeester	Kees Timmerman Burg. v/d Bruggelaan 2	penningmeester@vridos.nl 0184 - 652235
Ledenadministratie	Bas van Genderen De Boodtstraat 8	ledenadministratie@vridos.nl 0184 - 652343
Secretaris	Koos Beentjes Oranjelaan 10	secretaris@vridos.nl 0184 - 652490
Trim & Judo	Adriaan van Houwelingen	trim@vridos.nl judo@vridos.nl 0184 - 652636
Volleybal	Vincent Wols	volleybal@vridos.nl 0184 - 612518
Gymnastiek & Bewegen op Muziek	Anita van den Broek	gymnastiek@vridos.nl bewegenopmuziek@vridos.nl 0184 - 654004
Badminton	André Gelauf	badminton@vridos.nl 0184 - 654585
<b>Sporthal Neerpolder</b>	<b>Bogerd 45, Giessenburg</b>	<b>0184 - 651455</b>

## n de voorzitter **Van de voorzitter Van de voorzitt**

Het is 18 april 2011... het lijkt wel zomer terwijl Pasen nog moeten komen. Zoals velen van ons kijken we met alle plezier vooruit naar de zomer die er al is en toch ook nog moet beginnen. Zo zijn de meesten van onze competitie spelers al klaar met hun competitie, gaan ze hier en daar nog naar een toernooi en zijn de trainingen alweer gericht op het nieuwe seizoen 2011/2012. Vanaf deze plaats wil ik alle kampioenen en bijna kampioenen feliciteren met het behaalde succes. Voor de overigen die niet zo ver zijn gekomen rest niets anders dan nog harder te trainen. Maar voorop staat toch wel het plezier om te mogen en te kunnen sporten. Dit wens ik alle afdelingen van onze vereniging toe.

De afdeling gym is al volop bezig met de voorbereidingen van de uitvoering in november, dat een waar spektakelstuk zal moeten worden. Meiden, heel veel succes hierbij gewenst!

Deze editie van onze clubkrant is de laatste die op papier verschijnt. Zie hiervoor ook elders in dit blad een stukje waarin wordt teruggeblikt op het ontstaan en het verloop ervan. Na heel veel jaren op papier uitgebracht te zijn geweest zal vanaf het volgende seizoen ons clubblad digitaal gaan.

VRIDOS zal net als de andere Giessenlandse verenigingen te maken krijgen met forse bezuinigingen op de te ontvangen subsidies. Hoeveel het zal zijn zal pas eind van het jaar bekend gemaakt gaan worden.

We hebben in de laatste algemene ledenvergadering o.a. hiervoor al een voorschot genomen door een contributieverhoging door te voeren.

Ik wil jullie allen een hele fijne zomer in 2011 toewensen, een fijne en veilige vakantie en hoop jullie allemaal weer gezond en uitgerust terug te zien bij de start van het nieuwe seizoen in Sportzaal Neerpolder.

Ben Klieverik

-----

## Volleybal Volleybal Volleybal

Beste Volleybalvrienden,

Het seizoen 2010-2011 zit er op en er zijn verschillende resultaten door de verschillende teams behaald in hun competitie.

**Heren 1** is op een heel mooie 4<sup>e</sup> plaats geëindigd.

### **HEREN 2E KLASSE C**

1 SLIE.SPORT 7	20	71
2 ALF/NEXT VOL 5	20	62
3 VRIDOS 1	19	51
4 WIK/UNIVÉ 4	19	51
5 MOVE4U 3	20	45
6 SCHOVOCOMCA 3	20	30
7 AVVA 3	20	28
8 VOLLIDO 2	20	26
9 FUSION 5	19	24
10 DVO 2	19	20
11 OKK'70 2	20	20



Zalen- en partycentrum De Til is hét adres in de Alblasserwaard voor bruiloften en partijen.

Wij bieden sfeervolle zalen tot 500 personen en een keuken met een uitstekende reputatie. Zowel de bediening als onze catering zijn bijzonder vriendelijk.

Wist u ook dat De Til uitermate geschikt is voor zakelijke bijeenkomsten? Bij ons is de organisatie van uw zakelijk evenement in vertrouwde handen.

Zalen- en partycentrum "De Til" is onderdeel van De Til Groep  
Blaasstraat 1 - 3381 BS Giessenburg  
Tel.: 01 84-65 1554 - Fax: 01 84-651 938  
e-mail: info@tilgroep.nl

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



**OOK DAAR WAAR EEN TRADITIONELE ZONWERING GEEN OPLOSSING BIEDT, HEEFT UMBRA DE OPLOSSING**

SHOWROOM OPEN  
DONDAG: 10:00 - 18:00  
VRIJDAG: 10:00 - 20:00  
ZATERDAG: 10:00 - 18:00  
OOK OP AFSPRAKE BEKEND

DOEPSTRAAT 40  
3381 AD GIESSENBURG  
TEL: 0184 650888  
INFO@UMBRA.NL WWW.UMBRA.NL

UMBRA UW PARTNER IN ZONWERING EN RAAMDECORATIE.



UMBRA MOBIL  
[WWW.STOBA3.NL](http://WWW.STOBA3.NL)



- LAAGSTE PRIJS! BESTE SERVICE
- Grootste assortiment
- Huur & financiering mogelijk
- Ook voor opvouwbare scootmobielen

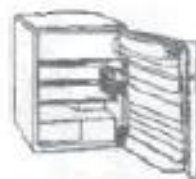
Informeer naar ons topmodel, de Westminster Speed



Bel 0183 - 62 58 99  
KOM SNEL KIJKEN IN ONZE SHOWROOM:  
Weide 8 - 4206 CJ - Gorinchem

## Servicebedrijf Wim de Jong V.O.F.

Johan de Kreijstraat 22  
3381 DG Giessenburg  
tel. 0184-651288



reparaties en verkoop van vaat/was/droog  
en koel/vries apparatuur; ook  
inbouw-apparatuur

## JOH. DE GROOT & ZN B.V.

Transportbedrijf gespecialiseerd in

- ❖ Bouwmaterialenvervoer
- ❖ Diervoedervervoer
- ❖ Bulktransport

Wagens voorzien van kranen en  
meeneemheftrucks  
Transportweg 4, Giessenburg  
Tel: 0184-652626

Verkoop Sierbestratingmateriaal,  
ook thuisbezorgd.  
Doetseweg 56-58, Giessenburg  
Tel: 0184-652054

## K A P S A L O N INNOVA



dinsdag	06.00 - 18.00 uur
woensdag	06.00 - 18.00 uur
donderdag	06.00 - 18.00 uur
vrijdag	06.00 - 20.00 uur
zaterdag	07.45 - 15.00 uur
maandag	gesloten
we eten van	12.00 - 13.00 uur

NIETPRIJZES! WEG 4 | 3381 LN GIESSENBURG | TEL: 0184 652626 | WWW.BOUWDEGROOT.NL

Boogert BV is al meer dan 25 jaar een begrip in de Alblasserwaard.  
Wij staan bekend als een betrouwbaar en degelijk installatiebedrijf  
met kennis van zaken en als lid van de Veto-Vv staan wij garant voor  
service, kwaliteit en vakmanschap.



water- gasinstallatie  
lood- en zinkwerk  
dakwerken, sanitair  
centrale verwarming

### Installatiebedrijf Boogert B.V.

Ambachtsweg 5  
3381 LN Giessenburg  
T. 0184-651521 | M. 06-53284985  
E. info@boogert-bv.nl  
www.boogert-bv.nl



**kalvermelk**  
**lammerenmelk**  
**geitenmelk**



LAGE GIESSEN 28 - 4223 GH HOORNAAR  
TEL. 0184-651300 - FAX 0184-651427  
E-MAIL: VERVEKA@VERVEKA.NL - SITE: WWW.VERVEKA.NL  
TEVENS WEEGBRUG AANWEZIG (MAX. 60 TON)

**Heren 2** is in het 3e jaar in de 3<sup>e</sup> klasse op een 10<sup>e</sup> plaats geëindigd.

#### **HEREN 3E KLASSE B**

1	VOY 3	20	66
2	CITY BRIL KR 5	20	62
3	SLIE.SPORT 8	19	61
4	SWITCH'89 3	20	49
5	RVC/LIBANON 5	20	48
6	HOU STAND 2	20	41
7	KLIMAKON LEK 2	20	39
8	FUSION 6	20	25
9	HOLLEMARE 2	20	20
10	VRIDOS 2	20	14
11	MOVE4U 6	19	7

Vorig jaar nog als Jongens A en nu als **Heren 3** is dit team in het 1<sup>e</sup> jaar in de 4<sup>e</sup> klasse op een 8<sup>e</sup> plaats geëindigd.

#### **HEREN 4E KLASSE A**

1	FLITS 3	20	68
2	VOLLEY ZUID 5	20	56
3	MVC 3	20	53
4	SDC 1	20	53
5	BERNISSE 3	20	43
6	KING SOF VCN 6	20	40
7	SPIRIT 4	20	37
8	VRIDOS 3	20	35
9	BENEVIA 6	20	31
10	NAT.NEDERL. 1	20	20
11	VEDO'70 3	20	0

**Heren 4** bestaan uit dezelfde spelers als vorig jaar maar toen nog uitkomend als ons Heren 3 team.

Dit team speelt een dubbele competitie, want deze poule bestaat uit maar 5 teams. Dit team is op een 5<sup>e</sup> plaats geëindigd.

#### **HEREN 4E KLASSE B**

1	SSS 3	16	39
2	PODARWIC 3	16	34
3	HAAFTEN KW. 3	16	32
4	PHOENIX 3	16	28
5	VRIDOS 4	16	27

**Dames 1** spelen net als vorig jaar weer in de 3<sup>e</sup> klasse.

Dit team is dit jaar versterkt door een aantal oud Vridos Dames die een aantal jaar bij SNA in Bleskensgraaf hebben gespeeld en die graag weer bij Vridos wilde komen spelen.

Dames 1 is in het 2e jaar in de 3<sup>e</sup> klasse op een heel mooie 4<sup>e</sup> plaats geëindigd.

### DAMES 3E KLASSE C

1	VOLLEY MEERK 5	18	52
2	RVC/LIBANON 7	18	46
3	VOLLIDO 3	18	42
4	VRIDOS 1	18	42
5	DVO 4	17	38
6	MOVE4U 5	18	36
7	ASTREA 1	18	35
8	SNA 2	17	29
9	VOLLEY2B 7	18	25
10	KING SOF VCN 7	18	7

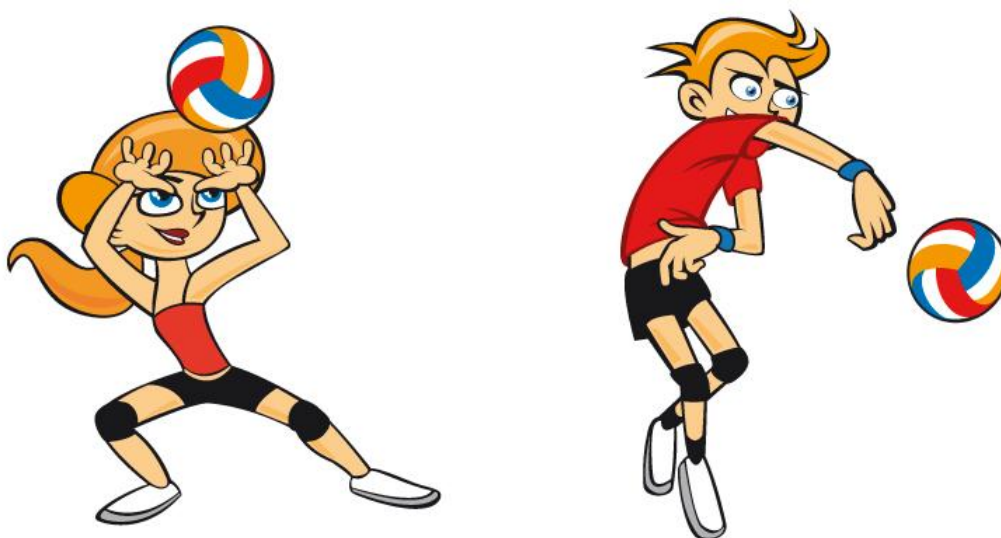


Wist u dat..

- De CMV'ers van Vridos zaterdag 2 April alweer hun vijfde toernooi hadden? Deze gespeeld werd in Dordrecht en Vridos hier met vijf teams op drie niveaus vertegenwoordigd waren?
- Zelfs de voorzitter van de volleybal moest komen opdagen om alles weer in goede banen te leiden?
- Thijs, Aswin, Jim en Quinten kampioen wisten te worden op niveau 2? Tim, Mauries, Naomi en Renske er zelfs nog een schepje bovenop deden door ongeslagen kampioen te worden op niveau 4?
- Quinten van Toor de jongste speler is met al twee CMV-titels op zijn naam? En hij hiervoor maar drie toernooien nodig had?
- Andries Boer er niet bij was en zo voorlopig het hoogste gemiddelde in stand houdt met één CMV-titel uit één toernooi. Hij met zijn team toen ook de grootste overwinning ooit op zijn naam mocht schrijven: 26-2
- Stefan Bogaard met 32 duels de meeste wedstrijden op zijn naam heeft staan? Hij op de voet gevolgd wordt door Matthia (29) en Hannah (28)?
- Levi van de Weteringh afgelopen zaterdag debuteerde op niveau 3 en hij samen met Daan, Walter, Chris en Hannah één wedstrijd wist te winnen?
- En dat dit nog nooit eerder gebeurt is en hun trainers daarom nu heel trots zijn?
- Martijn Draayer als eerste nieuwe speler zaterdag meedeed op niveau 2? Hij in de voorbereiding maar drie trainingen nodig had?
- De teamgenoten van Martijn een opdracht meekregen van coach Wouter en daardoor de winst weg gaven aan de thuisploeg?

Fijne vakantie iedereen!

- Wij met Lennert Buijk wel een succescoach in ons midden hebben? De eerste keer werd hij tweede, om vervolgens zijn team twee keer op rij kampioen te maken.
- Wim Goedegebuur tijdens zijn debuut op 26 maart nog beter is begonnen met één kampioenschap onder zijn leiding. Hij het toen ook een stuk zwaarder had omdat zijn basisviertal maar uit drie spelers bestond?
- wij volgend toernooi al ons eerste team op niveau 5 in gaan schrijven? Tim, Mauries, Naomi, Renske en Matthia ons op dit hoogste niveau gaan vertegenwoordigen?
- Fred, de mascotte van Dorith, Laila, Renske, Joanne en Naomi, nu een dubbel rooster heeft omdat de meiden uit elkaar zijn?
- De CMV afdeling van Vridos ondertussen al meer dan 30 kinderen telt!
- Vridos met zes teams samen met Sliedrecht Sport het sterkst vertegenwoordigd is op het volgende CMV toernooi op 16 april bij Metoor.
- Wij gaan proberen om op 28 mei Sliedrecht Sport af te troeven door met minimaal 8 teams mee te doen?
- CMV trainer Wouter Slob ondertussen zijn cursus nu wel behaald heeft? Hij alleen nog moet wachten op de diploma-uitreiking? Maar dit pas na zijn vakantie kan?
- Wij 6 mei een ouder-kind toernooi houden en iedere CMV'er zo de kans krijgt om zijn vader of moeder af te troeven?



Wij zijn natuurlijk ook altijd op zoek naar nieuwe spelers en speelsters voor onze huidige teams of om met eventuele nieuwe teams te gaan start.

Tevens zijn wij altijd opzoek naar **trainers m/v** die onze huidige teams beter kunnen maken en ook naar **trainers m/v** die bij ons eventuele nieuw te vormen Jeugdteams (Jongens/Meisjes) willen gaan trainen.

Ook wil ik graag iedereen binnen onze **Afdeling Volleybal** van spelers tot ouders om er eens goed over na te denken of hij/zij zich geroepen voelt om een team te trainen/coachen of te begeleiden.

Fijne vakantie iedereen!

**WANT ENTHOUSIASTE TRAINERS EN VRIJWILLIGERS ZIJN ONZE TOEKOMST!!!!!!!!!!!!!!**

**Voor meer informatie: Vincent Wols, 0184-612518 of 0645-282268**  
[vridos-volleybal@kpnplanet.nl](mailto:vridos-volleybal@kpnplanet.nl) of [vridos@volleybal.nl](mailto:vridos@volleybal.nl)

Vincent Wols

**Wedstrijdsecretariaat**

0645 282 268 / 0184 612518

[vridos-volleybal@kpnplanet.nl](mailto:vridos-volleybal@kpnplanet.nl)

Henk Pierhagen

**Scheidsrechter/Zaalwachtcoördinator**

06 49904890 / 0184 653837

[henk.pierhagen@gmail.com](mailto:henk.pierhagen@gmail.com)

Dieter Ouwerkerk

**Contactpersoon CMV-teams / Jeugd**

Tel: 0184-651269 / 06-53772316

[dieterouwerkerk@gmail.com](mailto:dieterouwerkerk@gmail.com)

-----

## Gymnastiek **Gymnastiek** Gymnastiek

Beste allemaal,

De laatste "papieren" clubkrant van Vridos, want we gaan digitaal.

Tja en dat gaat nog een hele klus worden. Dat betekent dat we van alle leden een mailadres nodig hebben waar we de clubkrant heen kunnen versturen.

Voor degenen die het niet willen missen en het alvast geregeld willen hebben kan er alvast een mail gestuurd worden naar [gymnastiek@vridos.nl](mailto:gymnastiek@vridos.nl). Vermeld in deze mail over welke gezinsleden het precies gaat binnen de afdeling gymnastiek. Met naam en groep! Dit bericht zal nogmaals in de info aan het einde van het seizoen verschijnen!

Afdeling gymnastiek is de afgelopen maanden druk geweest met het oefenen voor de driekampen. In totaal deden 9 groepen mee en werden er meerdere prijzen behaald: 1ste prijzen voor klas 1+ en groep 6, tweede prijzen voor groep 4 en groep 5, en derde prijzen voor groep 3, groep 6, groep 7 en groep 8. De jongens hebben helaas geen prijs behaald. Proficiat allemaal! Het was een gezellige en geslaagde dag.

Fijne vakantie iedereen!

## De veelzijdig specialist

- Grondwerken
- Baggerwerken
- Bruggenbouw
- Sloopwerken
- Asbestsanering
- Bestratingen
- Rioleringen
- Heiwerken
- Agrarisch loomwerk
- Bodemsaneringen
- Oeverbeschermingen
- Groenvoorzieningen
- Waterbouwkundige werken



**De Kuiper Noordeloos B.V.**

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

*Aannemers, verhuur- en loonbedrijf*  
Middenweg 7 • 4226 SK Noordeloos  
T 0183-406000 • F 0183-408010

Speciaalbakkerij  
*van der Grijn*



MAAKT HET VERSCHIL

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



*Machinaal  
timmerwerk*

*Nieuwbouw*

*Verbouw*

*Onderhoud*

*Aannemersbedrijf*



**Van Houwelingen  
Giessenburg bv**

**tel. 0184 - 652 540**

**[houwelingen-giessenburg.nl](http://houwelingen-giessenburg.nl)**





AUTORIJSCHOOL  
**KLAAS DEN UIL**

VAN BREDERODESTRAAT 71 GIESSENBURG TEL. 0184062028

Chinees - Aziatisch - Specialiteiten Restaurant



"ASIAN DELIGHT"  
亚洲酒楼

Signature H. Y. Che

Dorpsstraat 65  
3381 AE Giessenburg  
Telefoon: 0184 - 652669  
Fax: 0184 - 653581



Kwekerij **ARIE VISSER**

3000 M<sup>2</sup> tuinplezier bij u in de buurt

Verkoop van o.a.: dwergconiferen, heesters, sierbomen, vruchtbomen, vaste planten, graszoden en vijvermateriaal

± 400 soorten vaste planten

Versnipperplanten

Officieel dealer HILLHOUT

Kom vrijblijvend eens langs

Ons adres is:  
Binnendijkseweg 64b  
Giessen-Dudekerk

Tel. 0184 - 616035

**Gebr. C&M Korevaar BV**



Nijverheidsweg 4  
3381 LM Giessenburg  
Tel.: 0184 - 659149  
0184 - 652932

**VOOR AL UW NIEUWBOUW,  
VERBOUW EN  
METSELWERKEN**

**WITGOED  
REPARATIES  
EP: Gorkum  
0183-631822**

**OOK INBOUWAPPARATUUR  
SNEL EN 3 MND. GARANTIE**

**www.DeGraafAutos.nl**



APK-KEURING

ONDERHOUD & REPARATIES

VERKOOP VAN NIEUWE & GEBRUIKTE AUTO'S

Transportweg 1 • 3381 LP Giessenburg • Tel. 0184-653500





Verder staan er nog heel wat activiteiten op de kalender. Voor alle vaders en moeders van de peuter- en kleutergroepen staat er weer een moederdag- en/of vaderdagles gepland. Ook alle broertjes en zusjes zijn weer welkom in de laatste week voor de vakantie. Het belooft weer een gezellige boel te worden.

Van de zomer wordt door een hele groep meiden gewoon doorgegymd. Zij gaan met Juf Janine naar Beekbergen! Daar gaan zij genieten van een week Zomerkamp van de KNGU. Veel plezier allemaal!

Ook kan ik jullie vertellen dat we al weer druk bezig zijn met de uitvoering.

Zet de datum **12 november 2011** dus maar groot op de kalender, want dan zullen we er weer een heel spektakel van maken met elkaar.

Zijn er nu ouders die graag mee willen helpen met bijv. klussen, naaien, knutselen, catering, sponsoring of misschien wel in de organisatie dan bent u natuurlijk van harte welkom! U kunt dan een mailtje sturen naar [gymnastiek@vridos.nl](mailto:gymnastiek@vridos.nl) met uw idee of opmerking.

Via deze weg wil ik jullie vast een hele goede zomervakantie wensen en ik hoop jullie allemaal weer in de zaal te zien.

Anita Heijkoop

## Sport-in Sport-in Sport-in

Beste lezers,

Hier is zoals U van ons gewend bent weer een verhaaltje van de sport-in. Wij zijn nog steeds op een enthousiaste manier bezig om sport te bedrijven. We zijn verheugd om weer een groeiend aantal deelnemers te mogen begroeten. En dat geeft weer een goed gevoel! Vers bloed brengt nieuwe elan zodat we er weer wat fanatieker tegen aan gaan. Je laat je toch niet afbluffen door een paar "nieuwes." En dat doet ieder op zijn eigen manier wat natuurlijk ook hele komische taferelen oplevert. Gelukkig gaat het (meestal) goed. Eerst de spieren wat opwarmen met wat lopen en rekken en strekken en daarna vol aan de bak met diverse sporten zoals volleybal, basketbal, trefbal en voetbal. Meestal proberen we 2 sporten per avond te doen. Er wordt iedere keer weer een andere sport beoefend zodat iedereen zijn favoriete sport kan uitoefenen. Ondanks dat het leden aantal flink gegroeid is kunnen er altijd meer mensen bij, te meer omdat de frequentie van komen nogal afhangt van avond tot avond. Kan je niet dan kom je niet, zo gaat het bij ons. Dus ook nog eens heel vrijblijvend.

Wij sporten iedere dinsdagavond van 21.00-22.30 uur. Om een keer sfeer te proeven of als U/jij nieuwsgierig bent: kom dan gerust even een kijkje nemen, want er is nog steeds plaats. Want ook bij ons geldt: *hoe meer zielen hoe meer vreugd!*

Voor vragen kunt u bij de zaal terecht of gewoon even een belletje plegen naar Adriaan van Houwelingen (652636).

Graag tot horens of tot ziens!

Groeten van de sport-in

-----

## en-op-muziek **Bewegen-op-muziek** Bewegen-op

Beste allemaal,

De laatste "papieren" clubkrant van Vridos, want we gaan digitaal. Tja en dat gaat nog een hele klus worden. Dat betekent dat we van alle leden een mailadres nodig hebben waar we de clubkrant heen kunnen versturen. Voor degenen die het niet willen missen en het alvast geregeld willen hebben kan er alvast een mail gestuurd worden naar: [bewegenopmuziek@vridos.nl](mailto:bewegenopmuziek@vridos.nl). Vermeld in deze mail over welke gezinsleden het precies gaat binnen de afdeling bewegen op muziek. Met naam en groep! Dit bericht zal nogmaals in de info aan het einde van het seizoen verschijnen!

Helaas hebben de trendslessen op dinsdagavond niet de "grote" ledenaantallen opgeleverd die we aan het begin van het seizoen hadden verwacht. Daarom zijn deze lessen vanaf april gestopt. Gelukkig kunnen de leden die wel de lessen met veel plezier hebben gevolgd, hun lessen tot de zomervakantie blijven volgen. Lotte Schakel was

Fijne vakantie iedereen!

bereid om de lessen bodyfit (weer terug bij het begin) tot de zomer te geven. Voor na de zomer wordt op het moment van schrijven druk naar een oplossing gezocht!

Ook binnen de uren streetdance gaat wat veranderen. Juf Mirjam gaat in de maand juni een reis maken naar Tsjechië. Dit betekent dat zij deze maand helaas geen lessen zal geven. Ook heeft juf Mirjam aangegeven dat zij nog tot de uitvoering haar lessen zal verzorgen en daarna zal stoppen. Wij vinden het als vereniging ontzettend jammer dat Mirjam stopt. Zij heeft in een aantal jaren tijd wel meer dan 80 meiden enthousiast weten te krijgen met en binnen de streetdance. Dat is toch geweldig! Wij zullen haar enthousiasme en betrokkenheid dan ook enorm missen en wensen haar het allerbeste met haar nieuwe werk ...enne...kom je nog eens langs?

Natuurlijk zijn wij hard op zoek naar iemand die alle lessen (zowel in juni als vanaf november) van Mirjam over kan gaan nemen. Op moment van schrijven kan ik jullie hier nog niet verder over informeren. We doen ons best.

Gelukkig zijn er ook goede berichten van de sportfitters, breakdancers en combirobickers, want zij bewegen en sporten nog iedere week met veel plezier. Dit komt natuurlijk mede door die enthousiaste leiding voor de groepen! Ga zo door!

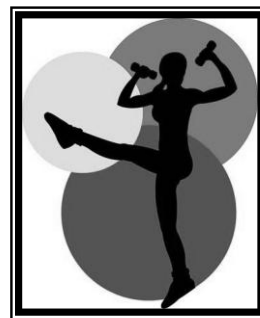
Verder zullen er een aantal groepen van de afdeling bewegen op muziek ook meedoen aan de uitvoering. Zet de datum **12 november 2011** dus maar groot op de kalender, want dan zullen we er weer een heel spektakel van maken met elkaar. Zijn er nu ouders die graag mee willen helpen met bijv. klussen, naaien, knutselen, catering, sponsoring of misschien wel in de organisatie dan bent u natuurlijk van harte welkom! U kunt dan een mailtje sturen naar [bewegenopmuziek@vridos.nl](mailto:bewegenopmuziek@vridos.nl) met uw idee of opmerking.

Via deze weg wil ik jullie vast een hele goede zomervakantie wensen en ik hoop jullie allemaal weer in de zaal te zien.

– Anita Heijkoop

# Bodyfit

Iedereen die regelmatig aan lichaamsbeweging doet, voelt zich niet alleen fitter, maar houdt de conditie op peil of verbetert die. Een goede lichamelijke conditie zorgt ervoor dat u minder vatbaar bent voor verkoudheden en andere ongemakken. Uw spieren en gewrichten blijven soepel en uw botten langer sterk. U hoeft geen uitgesproken sportfiguur of fervent trimmer te zijn om mee te doen. Er worden geen topprestaties van u verwacht. De lessen worden zo samengesteld, dat iedereen in zijn of haar eigen tempo kan deelnemen.



Het voordeel van bewegingsactiviteiten in verenigingsverband is dat u altijd samen met anderen bezig bent. Met een vriendin of buurvrouw, maar ook met anderen.

Tijdens de training zullen oefeningen worden gebruikt die het totale lichaam zullen trainen, met als doel de spieren in het hele lichaam te verstevigen. Tijdens de les wisselen zowel high- als low impact oefeningen elkaar af.

De indeling van een les **Bodyfit** kan er als volgt uitzien:

- Gezamenlijke warming up
- Aerobics en/of Steps
- Spierversterkende oefeningen met en zonder materiaal
- Gezamenlijke cooling down.



**Sportfit** is meer gericht op 50-plussers. Bij deze groepen kan dezelfde indeling voorkomen, maar vaker worden de oefeningen in recreatieve vormen uitgevoerd. Spel en oefeningen in circuitvorm komen ook regelmatig voor.

De muziek die tijdens de lessen wordt gebruikt, dient ter ondersteuning van de uit te voeren oefeningen en zal worden aangepast aan het tempo van de bewegingen.

**Bent u/jij nieuwsgierig geworden? Kom dan naar sportzaal Neerpolder en sport met ons mee. Hetzij voor een paar keer om te proberen of word lid van s.v. Vridos!**

## Bodyfit

Woensdag: 09.00 – 10.00 uur

## Sportfit

Maandag: 14.15 – 15.15 uur  
Woensdag: 10.00 – 11.00 uur

## AUTOFOOD



AUTOFOOD GIJSSENBURG  
KIEKVEG 10  
3381 KC GIJSSENBURG  
0184-651478

TANKS

WASKEN

SHOP

HENGELSPORT



MAANDAG T/M VRIJDAG 6.00-21.00 ZATERDAG 08.00-18.00  
ZONDAG GESLUITEN

## gebr. de kreij

leen- en  
verhuurbedrijf  
adviesbureauroeping



green, grond,  
en infra  
scoopwerken



- werkzaamheden in green, grond en infra
- kraan- en hijsvoertuigen
- verhuur van grondvoorbereidingsmachines
- alle voormelde sloopwerken
- levering van grond, zand en grind
- verspreiden van afbreidende materialen
- VCA 1\* en ISO 9001 gecertificeerd
- breed werkbijl

Hilversholdweg 10 GIJSSENBURG  
Tel.: 0184 - 651478 Fax: 0184 - 651478

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

# AANNEMINGSBEDRIJF



## DE HEK B.V.

Bovenkerkseweg 50B

3381 KC Giessen-Oudekerk

Telefoon (0184) 65 17 37/65 24 09

Telefax (0184) 65 28 85

### Nieuwbouw, Verbouw en Onderhoud



## Univé: Altijd dichtbij!

Univé is een betrouwbare  
verzekeringmaatschappij. Onze  
klanten zijn tevreden onze leden.  
Uitgangspunt is dat u als lid positieve  
resultaten terug ziet in de vorm van  
winstafkeringen, premiekortingen en  
verbeterde producten en diensten. Zo  
plukt u de vruchten van Univé!

Kom dus snel langs op het  
Univé-kantoor bij u in de buurt of kijk op  
[www.unive.nl](http://www.unive.nl)

**DE WINST IS VOOR U!**  
Univé heeft geen winstoepsnel.  
Daar plukt u de vruchten van!

Univé Alkmaar en Omstreken  
Den Helder, Spuiweg 143-147  
Gorinchem, Stadhouderslaan 30  
Ridderkerk, Naringerweg 79  
Streefkerk, Dorskerk 103  
Wierden, Nieuwstraat 3-051  
Telefoon 0184 68000  
[afk@verderborne.nl](mailto:afk@verderborne.nl)

**UNIVÉ**  
VERZEKERINGEN

Daar plukt u de vruchten van!

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



#### WOLTMAN W 6 - 50 ( 50 T M ) BOORKAST

Bij de ontwikkeling van onze **Lrderingsmachines** en **trijckeren** staan de wensen van uit de praktijk te allen tijde centraal. Tijdens de bouw van haar machines maakt Woltman Piling Equipment b.v. gebruik van hoogwaardige componenten die zorg dragen voor een hoge mate van betrouwbaarheid.

# WOLTMAN

*Piling Equipment*

Woltman Piling Equipment B.V., Ambarchtsweg 16, 3361 LN GIESSEN EINDHOFF  
 Telefoon: 0184 662 044, Telefax: 0184 661 016, E-mail: info@woltma.nl, www.woltma.nl

**Er is altijd wat te beleven in Albert Heijn Giessenburg**



U kent ons natuurlijk van ons smakelijke en uitgebreide assortiment. Van onze plezierige lage prijzen, maar kent u ons ook voor als er iets te vieren valt, zoals trouwdag, geboorte of jubileum? Laat het ons weten door middel van een kaartje en wij zullen u blij verrassen!



Albert Heijn J.C. de Krelj B.V.  
 Lijnbaanplein 12  
 Giessenburg

Openingstijden: Maandag t/m Vrijdag 8:00 - 20:00 uur  
 Zaterdag 8:00 - 17:00 uur

**Gewoon bij Albert Heijn**

## at digitaal Clubkrant gaat digitaal Clubkrant ga

Zoals al eerder werd aangekondigd is het nu dan zover. Het exemplaar dat nu voor je ligt is de laatste uitgave op papier. Een deel van de leden krijgt deze en de editie hiervoor al digitaal.

Dat deze wijziging in de nieuwe verschijningsvorm niet bij iedereen met gejuich wordt onthaald is begrijpelijk. Er zijn onder onze leden nog altijd mensen die geen computer bezitten of die zeggen, "*geef mij maar een papieren uitgave, lekker gezellig om door te lezen en die daarna nog regelmatig vanuit de kranten c.q. lectuurbak wordt gepakt om nog eens in te kijken*".

Als bestuur en als redactie hebben we gemeend om in deze tijd van als maar stijgende prijzen en het digitale tijdperk waarin we leven met de tijd mee te gaan. We gaan digitaal!

We hebben met wat leden en in dit geval een drietal ereleden om de tafel gezeten om wat herinneringen op te halen hoe het was en hoe het gaat worden.

Huib den Breejen en Maryan Gorree schuiven aan en leggen direct met veel enthousiasme een aantal oude exemplaren van de clubkrant op tafel. Gesnuffel in deze exemplaren leert al snel dat de clubkrant in 1978 het levenslicht zag. In die tijd werd de clubkrant eerst getypt op stencilvellen en daarna gedupliceerd op een stencilmachine. Met een beetje pech zat de bediener van de stencilmachine tot aan zijn ellebogen onder de zwarte klodders inkt. Ja, ja, dat waren nog eens tijden! (Of toch niet???)

We komen in de oude jaargangen ook namen van leden tegen die op de een of andere manier hebben bijgedragen aan de samenstelling of verspreiding van de clubblad. We noemen er enkelen: Anneke en Eef de Knecht, familie Koolstra, Hieke Kesteloo, Corina Versluis, Ben Klieverik, Gert-Jan den Breejen, Hannie Hoogendoorn, Joke Korporaal, Wendy v.d. Steene, Saskia van Genderen.

Eind jaren '80, begin jaren '90 gaat ons eerder genoemde drietal zich er mee bemoeien.

Voor Ria Vermeulen was het een gezellige tijd en dan vooral het vouwen en nieten van de krant. Vier tot vijf maal per jaar werd er samen met Hannie Hoogendoorn, Huib den Breejen en natuurlijk Maryan Gorree gezamenlijk geniet en gevouwen met daarna op straatnaam leggen van de kranten. Ria werd dan regelmatig over de streep getrokken doordat Maryan moorkoppen meenam. Ria kwam anders niet. Gezamenlijk hebben deze vier veel lol gehad, werden de laatste nieuwtjes uit en de roddels in het dorp besproken.

De nietjes plaatsen was ook een verhaal op zich. Eerst met handkracht de nietjes erin slaan. Later ging dit met een elektrische nietmachine. Van Huib moesten er drie in terwijl de wat zuinige Maryan twee wel genoeg vond.

De loopricting van het rapen van de losse bladen tot een krant was ook iedere keer weer een probleem. De een wil linksom terwijl de andere rechtsom prettiger vond. Zo zag je dan ook vaak opstoppingen tijdens het rapen. Maar bij Vridos was dat geen probleem. Hier kon je je eigen ding (richting) doen. In de latere jaren werd er

bijgesprongen door diverse leden van de vereniging. Ook de jeugd droeg en draagt haar steentje bij, vooral bij de verspreiding.

Maryan en Huib wordt de vraag gesteld hoe zij staan tegenover het nieuwe fenomeen van de digitale clubkrant. Ze kijken eerst elkaar eens aan, dan die "gasten van het bestuur" die dit verzonnen hebben en besluiten toch maar eerlijk op te merken dat ze het beiden wel jammer vinden. Maryan merkt op dat er nog steeds leden zijn die geen computer hebben. Ook vraagt zij zich af of de leden de clubkrant dan nog wel zullen lezen. Wij geven aan dat de leden via de mail wel een seintje krijgen dat er weer een nieuwe clubkrant op de site van Vridos staat. In dit mailtje zal de link vermeld staan, zodat het een fluitje van een cent (of zeggen we tegenwoordig eurocent?) is om even door de klikken naar de clubkrant.

Huib besluit met de opmerking dat de tijd het zal leren. En dat is natuurlijk ook zo, we gaan er vanuit dat het een groot succes wordt en anders keren we terug op onze schreden.

De huis-aan-huis uitgave aan het begin van elk seizoen blijft in elk geval wel bestaan, waarschijnlijk in de verschijningsvorm van een flyer, dus alle inwoners van Giessenburg blijven geïnformeerd over alle sporten en sporttijden van Vridos.

We besluiten ons gesprek en spreken nogmaals onze dank uit voor hun jarenlange inzet. Deze dank gaat natuurlijk ook uit naar alle eerder genoemde en niet genoemde leden die zich de afgelopen 33 jaar hebben ingezet voor het maken, vouwen, rapen en verspreiden van de clubkrant.

Ben Klieverik en Koos Beentjes



## ingmeester **Van de penningmeester Van de pen**

Helaas ontkomt ook Vridos er niet aan. Met de huidige contributiebedragen kunnen we geen sluitende begroting meer maken. Het jaar 2010 hebben we dan ook negatief moeten afsluiten. Dat kan niet de bedoeling zijn.

Daarnaast zal de gemeente de subsidie verlagen. Hoeveel is nog niet bekend maar we houden rekening met zo'n 15% minder.

Ook heeft de kantine (nu de nieuwe sporthal niet doorgaat) een opknopbeurt nodig die voor een groot deel door vridos zelf bekostigd moeten worden.

In de algemene ledenvergadering is dan ook ingestemd met een verhoging van de contributie. Ook is besloten om de leeftijdsgroepen van 4 terug te brengen naar 3.

Met ingang van het 2<sup>e</sup> kwartaal zijn de contributies als volgt:

Twee t/m vijf jaar	€ 13,00	per kwartaal
Zes t/m zeventien jaar	€ 19,00	per kwartaal
Achttien jaar en ouder	€ 30,00	per kwartaal
<i>Bij ouder-kind gym wordt contributie geheven bij de ouder. Het kind is gratis.</i>		
Competitiespelende (volleybal en badminton)	€ 12,00	per kwartaal extra
Selectiegroep	€ 10,00	per kwartaal extra
Inschrijfgeld	€ 5,00	

De penningmeester,  
Kees Timmerman

-----

## **Badminton Badminton Badminton**

Hallo sportvrienden,

Onze jeugdspelers zijn al voor hun competitie zeer actief en succesvol bezig geweest op diverse toernooien. Het hoogtepunt waren de 5 eerste prijzen op het RegioJeugdKampioenschap van de Regio ZuidWest.

Marit Slob wist kampioen te worden onder de 19 jaar in de single.

Samen met Rebecca Holstein wist Marit Slob ook het damesdubbel te winnen.

Aron de Rooy speelde een ijzersterk toernooi, de Rooy versloeg in de finale enkelspel onder de 15 jaar zijn clubgenoot Siegert Jeninga. Aron had in de poule de als eerste geplaatste Koen Baan verslagen die bij de badmintonacademy traint.

Ook wist de Aron samen met Laura van der Aa het gemengd dubbel te winnen, door verschillende sterke koppels uit te schakelen.

Het titel in de herendubbel onder de 15 jaar ging naar Thomas Verweij en Siegert Jeninga.

Fijne vakantie iedereen!

In de jeugdcompetitie hebben de spelers op het moment van schrijven 7 van de 10 wedstrijden gespeeld en 3 teams staan bovenaan en nog een paar anderen hebben zeker nog uitzicht op het kampioenschap. Eind mei is deze competitie voorbij en kunnen de eindstanden worden opgemaakt. De kampioenen van de jeugdcompetitie in de klassen A, D, F, G en H maken nog kans om te worden uitgezonden naar de Nationale Kampioenschappen voor RegioJeugdteams die in juni te Almere worden gehouden. Ik kan daar nu nog niets over zeggen, maar als het zover komt, dan hoort u dat zeker van ons!

Ook de minicompetitie is in volle gang. Op zaterdag 18 juni a.s. is de grote finaledag in onze sporthal Neerpolder. De afsluitende wedstrijden beginnen rond 9:00 uur. U bent bij deze van harte uitgenodigd!

Op het moment van lezen hebben de recreanten hun competitie afgesloten met een eindtoernooi op 16 april in onze sportzaal. In de volgende editie van deze krant kunt u lezen hoe dat is verlopen.

Het badmintonseizoen loopt t/m de laatste volle week van juni. De laatste speelmiddag resp. -avond voor de jeugd resp. senioren is woensdag 22 juni. Het seizoen zal traditioneel worden afgesloten met een toernooi.

Begin augustus beginnen voor de senioren-competitiespelers de zogenaamde "voortrainingen" in voorbereiding op het komende seizoen. De exacte data volgen.

Als laatste wil ik iedereen een goede en vooral zonnige zomer wensen.

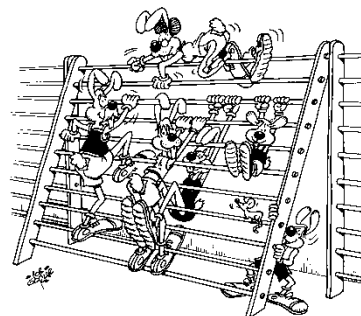
Groetjes,  
André Gelauf

-----

## Wist u dat... Wist u dat... Wist u dat...

Wist u dat bewegen goed is voor uw kind?  
Wist u dat, dat op diverse manieren kan?  
Wist u dat, dat binnen en buiten mogelijk is?  
Wist u dat, dat ook in groepsverband kan?  
Wist u dat er bij Vridos diverse gymgroepen zijn voor uw kind?

Zij geven ouder/kindgym voor kinderen vanaf ± 14 maanden op donderdagmorgen.  
En voor peuters vanaf 2 jaar op vrijdagmiddag.  
Kom een keer samen met u kind in een gymles kijken.  
Voor meer informatie: [www.vridos.nl](http://www.vridos.nl)



*Creativiteit, we love it!*

GRATIS - MUURSCHILDINGEN -  
 DOONTWIP - HUISSTUONTWIP -  
 FOTOGRAFIE - BINNEN- EN BUITEN-  
 www.posterieur.nl

**posterieur**  
 KREATIEF-ENZO

**Jouw 1.2.3 Rekening**  
 door de  
 Coren membersbond  
 als beste gekoort

**betalen  
 en sparen  
 met één rekening**

**2%\*  
 spaarrente**

De meest complete jeugdbank op het Nederlandse  
 • Gratis internetbankieren 24 uur per dag  
 • Saldo-informatie via SMS, e-mail of telefoon  
 • Geld plannen in buitenland met je eigen gratis  
 Mondopas  
 • Cashback bij het opmaken van de rekening

**Je bankzaken zó geregeld**

Verkeers Bankier Assistentie  
 9 uur per dag  
 0184 65 93 03  
 info@roverko.com

**SNS** Regio Bank  

 100% NEDERLANDS  
 VERBODEN TOEGELIJD

# ROVERKO

Computers en Randapparatuur

U kunt bij ons terecht voor o.a. :

- Hardware ( PC's en laptops )
- Software
- Randapparatuur (Printers, usb-sticks, ed.)
- Toebehoren ( Inkt, papier, cd/dvd media )
- Reparaties



**Roverko**  
 Lijnbaan 1  
 3381 AS Giessenburg  
 0184 65 93 03  
 info@roverko.com

Met trapondersteuning van de  
Sparta Ion heb je altijd de  
wind mee!



*Kom gerust eens proefrijden bij:*

**Cor Verhoeven**  
uw Gazelle, Sparta en Loekie dealer!

**COR VERHOEVEN** TECHNISCH CENTRUM

RIJMELEN - IJZERWAREN - GEREEDSCHAPPEN  
TUINARTIKELN - VERF en BEHANG - STOMERIJ

DORPSSTRAAT 74 - GIESSENBURG - TEL: 0184 651327  
INFO@CORVERHOEVEN.NL - WWW.CORVERHOEVEN.NL



[www.pintura.nu](http://www.pintura.nu)  
**0184 - 65 15 81**  
Giessenburg

*Gebr. Boer Sierhekwerk*



Ons adres is:

Doetseweg 49  
Giessenburg  
Tel.  
0184-651306

**Tevens**  
**antiek hekwerk**

## of recreant? **Recreatief of recreant?** Recreatief o

Recreatief of recreant?

Sinds september bestaat er bij de afdeling volleybal van Vridos een damesrecreantenteam (heel leuk woord voor galgje!). En deze dames speelden op 14 april hun eerste uitwedstrijd tegen de recreanten van OKK. En dus vertrokken 8 speelsters, coach, trainster en 5 supporters (of te wel speelsters met blessures, snottebellen en hoofdpijnklachten), richting de Appelgaard in Hardinxveld.

De speelsters werden in een prachtige kanariegele outfit gestoken door Bed & Ontbaait. Het zag er heel professioneel uit. Ze waren ook allemaal uitgerust met kniebeschermers, dit in tegenstelling tot de tegenpartij. Na een officiële yell kon de strijd beginnen. Voor de supporters begon de strijd met het scorebord. Dit bleek toch wel erg ingewikkeld! Coach Maartje, opeens tot scheidsrechter gebombardeerd, keek het getob hoofdschuddend aan. Want er werd wel gescoord en die punten moesten zichtbaar worden! Maar oefening baart kunst, na een poosje was het systeem duidelijk.



Ook de trainingen wierpen hun vruchten af. De eerste set had een paar knappe acties en werd gewonnen met 25-17 (uiteraard niet met 21-17 zoals deze dromerige supportster op haar notitieblokje had geschreven).

In de 2e set kwamen de sterke punten van het team duidelijk naar voren. Judith gebruikt bijvoorbeeld duidelijk haar lengte, en kijkt daar dan bij van "ik kan er ook niets aan doen, maar ik scoor wel", Eliza vliegt zowel in de hoogte als in de breedte en Annemarie is de heraut van de club. Het viel wel op dat de tegenstanders zeer weinig bovenhands speelden. De set werd gewonnen met 25-19. De speelsters vonden de supportersbank zo gezellig dat ze vergaten dat er nog een trainster was die al met haar briefjes klaar stond om te vertellen wat er nóg beter kon...



De 3e set deed even denken aan een soufflé die na een poosje rijzen weer inzakt. Terwijl de dames van OKK elkaar even aankijken voor de wedstrijd en zich afvragen naast wie ze ook al weer staan heeft bij Vridos iedereen een eigen plaats. OKK draaide door zoals op de camping maar Vridos ben je gewoon setupper (schrijf je dat wel zo?), buiten- of middenspeler. Maar goed, die eigen plekken is geen garantie voor succes. OKK liep uit en één van de speelsters riep

Fijne vakantie iedereen!

opeens "hebben jullie de score gezien?" We vroegen ons even af of dit een compliment was voor de telster of voor OKK..! Het was duidelijk dat er meer geblokt moest worden, en beter opgevangen.. OKK won deze set met 25-17.

Voor de laatste set vond een opmerkelijke wissel plaats. Scheidsrechter Maartje ging coachen en Esther ging fluiten. Was dit omdat Vridos verloren had, of omdat er een recreatieve scheids was?? Afijn de 4e set ging aanmerkelijk beter en bij OKK werd verschillende malen "Oh", "Ooh" en "O" geroepen, wat betekende dat men de bal net niet haalde, of missloeg...Met een prachtige rally wonnen de recreatieve recreanten van Vridos met 25-17.

Aan het geglunder van Esther en Maartje te zien was aan al hun verwachtingen voldaan!

Mirjam de Baat



-----

## turntoernooi **Rayon** turntoernooi Rayon turnto

Beste allemaal,

Vanaf januari hebben we met twee groepen turnsters meegedaan aan het Rayon Turntoernooi.

Dit betekend dat wij met een groep jeugdmeiden en een groep seniorenmeiden verschillende groepswedstrijden hebben geturnd tegen verenigingen binnen het rayon.

De groep jeugdturnsters bestond dit jaar uit:

Sanne de Bruijn, Julia Dubbelman, Inge van Geffen, Mirthe van Houwelingen, Laura de Looff, Pien van Vliet, Isabel van Vliet en Ilse Voogd.

Fijne vakantie iedereen!

Zij turnden de volgende wedstrijden:

**29 januari 2011 Sparta Dordrecht – Vridos Giessenburg**

Uit naar Dordrecht! Ontzettend spannend zo'n eerste wedstrijd!

Sparta liet hele mooie oefeningen zien en turnden vaak een moeilijkere oefening.

We verloren de wedstrijd met: Sparta 230.15 – Vridos 219.95

**12 maart 2011 OKK Ridderkerk – Vridos Giessenburg**

Uit naar Ridderkerk! Vooraf aan de wedstrijd mochten de meiden spelen in de valkuil dit was een veel groter feest dan meedoen aan de wedstrijd.

Er werden al veel betere oefeningen getoond. Ook hebben we tijdens deze wedstrijd allemaal een overslag over de kast gesprongen.

We verloren de wedstrijd maar net met: OKK 234.51- Vridos 229.60

**28 maart 2011 Vridos Giessenburg – OKK Dordrecht**

Thuis op vrijdagavond! Fijn een keer turnen op eigen toestellen.

De meiden gaan duidelijk iedere wedstrijd vooruit. Leuk dat er zoveel publiek kwam kijken.

Ook vandaag helaas geen winst:

**2 april 2011 Vridos Giessenburg – WIK Groot-amers**

Een wedstrijd thuis en nog samen met de senioren ook!

Vandaag was toch wel een topdag hoor! Hele mooie oefeningen en alleen maar stralende gezichten.

Dit werd beloond met winst: Vridos 238.65 – WIK 236.25

De groep seniorenturnsters bestond dit jaar uit:

Sanne Brouwer, Annelous de Graaf, Leonie de Groot, Janine Kuiper, Lotte Schakel, Eline Timmermans en Sofie de Weerd.

Zij turnden de volgende wedstrijden:

**22 januari 2011 Olympia Papendrecht – Vridos Giessenburg**

Uit naar Papendrecht! Altijd een leuke gezellig ploeg om een wedstrijd tegen te turnen.

Vaak zien we wel wat oud bekenden. Vandaag wat opstartproblemen met muziek en verschillende oefeningen!

Maar de wedstrijd wisten we te winnen: Olympia 213.7 – Vridos 217.9

**11 februari 2011 Vridos Giessenburg – Okk Dordrecht**

Thuis op vrijdagavond! Een wedstrijd waar we niet al te veel over kwijt willen.

Naar ons idee behoorlijk geturnd, maar sommige dachten daar anders over>

Heel zuur maar met 1 punt verschil verloren: Vridos 208.4 – OKK 209.4

**12 maart 2011 OKK Ridderkerk – Vridos Giessenburg**

Uit naar Ridderkerk! Vooraf de jeugdturnsters aangemoedigd. Daarna een goede wedstrijd geturnd. Helaas liep Annelous een vervelende blessure op tijdens haar vloeroefening.

Wel de wedstrijd weten te winnen: OKK 208.4 – Vridos 215.6

## 2 april 2011 Vridos Giessenburg – WIK Groot-Ammers

Een wedstrijd thuis en nog samen met de jeugd ook!

Na wat gepuzzel met de juryleden kon dan aan de wedstrijd begonnen worden. Wat kleine haperingen in een enkele oefening, maar over het algemeen een goede wedstrijd. Bij WIK leuke en vooral mooie oefeningen gezien.

WIK was vandaag beter: Vridos 200.3 – WIK 212.4  
(afsluiting met saté en boor mmm!)

Hieronder een aantal opmerkingen en gezegdes van de turnsters zelf:

- *De wedstrijden waren leuk. We hebben jammer genoeg 3 wedstrijden verloren maar gelukkig 1 gewonnen.*
- *De tweede wedstrijd was heel leuk, we hebben leuk in de valkuil gespeeld.*
- *De eerste wedstrijd tegen Sparta hebben we verloren. Het was een hele kleine gymzaal maar het was wel heel leuk.*
- *De laatste wedstrijd was heel erg leuk, we hebben gewonnen! Alle wedstrijden waren leuk*
- *Na de laatste wedstrijd met z'n allen op de familieschommel*
- *Annelous had heel veel pech met enkelblessures, toch heeft ze alle wedstrijden meegedraaid. Super!*
- *De wedstrijden waren super leuk! Jammer van al die blaren...ha ha.*
- *Ik zeg saté? Hoeveel?*
- *De jeugd en senioren meiden hebben elkaar dit seizoen heel fanatiek aangemoedigd met spandoeken en ballonnen!*
- *De jury wordt altijd erg vrolijk van de vloeroefening van Sanne, omdat ze zo enthousiast lacht!*
- *De brug in Ridderkerk was anders dan we gewend waren, er zat veel magnesium op, waardoor Eline, Leonie en Lotte hun handen opendraaiden!*
- *Annelous heeft haar vloeroefening bij Olympia Papendrecht op de muziek van Leonie gedaan, zonder dat de jury het door had!*



Fijne vakantie iedereen!

ter 2010-2011 Zaalrooster 2010-2011 Zaalrooster 2

	ZAAL 1			ZAAL 2	
<b>MAANDAG</b>					
14.15-15.15	Sportfit	G. Overduin	16.00-17.00	Gymnastiek meisjes groep 3	W. Timmerman
17.00-18.00	breakdance	J. van der Linden	17.00-18.00	Springselectie	W. Timmerman
18.00-19.00	Badminton jeugd groep 3	A. Slob	18.00-19.00	Badminton jeugd groep 3	A. Slob
19.00-20.00	Badminton jeugd groep 4	A. Slob	19.00-20.00	Badminton jeugd groep 4	A. Slob
20.00-21.15	Badminton Wedstrijdspelers	C. Groenewegen	20.00-21.00	Combirobic	A. de Veer
			21.00-22.00	Bodyfit	A. de Veer
<b>DINSDAG</b>					
16.45-17.45	Gymnastiek groep 5	L. Schakel	15.45-16.45	Streetdance 8-11	M. Overduin
17.45-18.45	Gymnastiek groep 6	L. Schakel	16.45-17.45	Streetdance 11-13	M. Overduin
18.45-19.45	Judo jeugd	J.v.Dalen	17.45-18.45	Streetdance 13+	M. Overduin
19.45-20.45	Judo	J.v.Dalen	18.45-19.45	Streetdance 13+	M. Overduin
21.00-22.30	Trimmen	A.v.Houwelingen	19.45-20.45	Trends	G. Overduin
<b>WOENSDAG</b>					
09.00-10.00	Bodyfit	G.Overduin			
10.00-11.00	Sportfit (dames/ heren)	G.Overduin			
15.45-16.45	Badminton jeugd groep 5	F. Ottenbros		Badminton zie rooster zaal 1	
16.45-17.45	Badminton jeugd groep 2	D. Tahitu			
17.45-18.45	Badminton jeugd groep 1	D. Tahitu			
18.45-20.00	Badminton Wedstrijdspelers	D. Tahitu			
20.00-20.30	Badminton recreanten	A. Slob			
20.30-22.30	Badminton vrij spelen				
<b>DONDERDAG</b>					
09.00-9.45	ouder/kind gym	D. Janssen			
09.45-10.30	ouder/kind gym	D. Janssen	15.45-16.45	Gymnastiek meisjes gr. 4	D. Jansen
16.45-17.45	Gymnastiek jongens	C. Bor	16.45-17.45	Gymnastiek meisjes gr. 7	J. Kuiper
			17.45-18.45	Gymnastiek meisjes gr. 8/kl.1	J. Kuiper/C. Bor
18.45-20.00	Volleybal Heren 3	P. de Bruine	18.45-20.00	Volleybal Dames 2	E. Hoogendoorn
20.00-21.15	Volleybal Heren 2	D. Ouwkerk	20.00-21.15	Volleybal Dames 1	K. den Hartog
21.15-22.30	Volleybal Heren 1	K. den Hartog	21.15-22.30	Volleybal Heren 4	B. Klieverik
<b>VRIJDAG</b>					
15.30-16.15	Gymnastiek kleuters groep 1/2	W.Timmerman			
16.00-16.30	Gymnastiek peuters	W.Timmerman	17.00-18.30	Gymnastiek selectie instap	W. Timmerman
16.15-16.45	Gymnastiek peuters	W.Timmerman	18.30-20.30	Gymnastiek selectie senioren	A. Heijkoop
16.30-17.00	Gymnastiek peuters	A. Heijkoop			
17.00-17.45	Gymnastiek kleuters groep 1	A. Heijkoop			
17.45-18.30	Gymnastiek kleuters groep 2	A. Heijkoop			
18.30-19.30	Cool-Move volleybal 6-12 jr	W. Slob			
19.30-20.30	Cool-Move volleybal 6-12 jr	W. Slob	21.30-22.30	Volleybal vrijetijds	T. Swets
<b>ZATERDAG</b>					
08.30-10.00	Badminton jeugdtraining 1	D. Tahitu	08.30-10.00	Badminton jeugdtraining 1	D. Tahitu
10.30-12.00	Badminton jeugdtraining 2	A. Slob	10.30-12.00	Badminton jeugdtraining 2	A. Slob
????	Competitie/ wedstrijdsporten	zie Zaterdagrooster	??????	Competitie/ wedstrijdsporten	zie Zaterdagrooster