



Hoe fijn is het dat alle activiteiten normaal door kunnen gaan... en de agenda's zijn vol! Optredens, wedstrijden, trainingen. Samen bewegen en elkaar weer kunnen ontmoeten. Wij genieten ervan, de vereniging bruist! Op 17/8/2022 bestaat Hosema 15 jaar en dat willen wij niet onopgemerkt voorbij laten gaan... In deze infobrief lees je waar we nu allemaal mee bezig zijn en wat er nog op de planning staat.

Bestuur Hosema

Meetmoment onderbouw turnen zaterdag 25 juni

Op zaterdagmiddag 25 juni vindt het 2e meetmoment (wedstrijd) plaats voor een aantal turnsters van de onderbouw selectie van de woensdag. LET OP: dit meetmoment is dus niet voor alle onderbouwturnsters. Op het begin van het seizoen hebben we de turnsters ingeschreven voor dit meetmoment. De inschrijving is gegaan op basis van leeftijd + hoe lang de turnsters al turnden. De volgende turnsters nemen deel aan het meetmoment.

Onderbouw team 1:

Daantje Wijnhoven

Robin Verberk

Lynn Verberk

Fenna Smedts

Eva Linsen

Onderbouw team 2:

Sky Peeters

Lina Li

Lotte Achten

Onderbouw team 3:

Esmee Wijnen (30-09-2013)

Fenne van den Beuken

Elise van Houtum

Lisa Hoeijmakers

Uitleg meetmoment:

De onderbouw neemt niet deel aan officiële wedstrijden. Voor deze groep worden meetmomenten georganiseerd. Tijdens een meetmoment kan de turnster laten zien wat zij heeft geleerd en welke kenmerken van de elementen zij reeds beheerst. Op de toestellen komen de verschillende bewegingsvaardigheden terug, zoals zwaaien, rollen en diverse basiselementen voor de turnsport. Dit zijn de trajecten. Een traject is onderverdeeld in 7 stappen van makkelijke naar moeilijkere elementen. Een turnster kan per traject kiezen welke stap wordt getoond tijdens het meetmoment.

Bij iedere stap staan 3 of 5 kenmerken beschreven die betrekking hebben op de perfecte uitvoering of de gewenste techniek. Aan de hand van deze kenmerken wordt de turnster gewaardeerd met een kleur sticker. De opzet is dan ook dat iedereen naar huis gaat met een grote glimlach en een positief gevoel.

Praktische informatie:

Het meetmoment vindt plaats op zaterdagmiddag 25 juni om 14.00u in de Kruisweide te Sevenum.

We verwachten de kinderen om 13.45 uur. Mocht uw kind onverhoopt niet kunnen deelnemen aan het meetmoment. Graag tijdig afmelden.

Trainster Josien met zwangerschapsverlof en stoppend als hoofdtrainster...

"Het is geen doei of dag maar een tot ziens met glimlach!

Na 15 jaar hulpleiding en hoofdtrainster te zijn geweest, heb ik vorige week tijdens de training afscheid genomen van mijn turnsters. Mijn zwangerschapsverlof gaat in en tevens heb ik besloten om voor nu een stap terug te doen. Lieve turnsters & trainsters, bedankt voor alle mooie jaren in de turnhal en bedankt voor jullie inzet, jullie vertrouwen en jullie gezelligheid. Achter de schermen blijf ik betrokken bij deze mooie vereniging dus tot gauw weer!"

Het bestuur bedankt Josien heel erg voor de afgelopen 15 jaar als trainster. We vinden het ontzettend jammer en een groot gemis dat ze stopt als hoofd trainster. Wel zijn we ontzettend blij dat ze actief blijft bij de vereniging. Josien bedankt voor al je inzet en voor wat je al onze turnsters hebt geleerd!

Voor nu lekker genieten van je verlof!

PINKSTER BOOTCAMP – maandag 6 juni – leden uit alle groepen 7+

Wat: Bootcamp
Waar: Strand Kasteelse Bossen, Horst (parkeerplaats direct na Parkhotel rechts)
Voor Wie: leden van HOSEMA van 7 jaar en ouder (leder lid mag 1 begeleider meenemen.)
Wanneer: Maandag 6 juni van 09.30 tot 10.30u
Kom gezellig meedoen! (Opgave is niet nodig)

POETSSCHEMA update

Ivm een aantal activiteiten op de zaterdagmiddag worden de poetstijden als volgt aangepast:

Zaterdag 13:45 - 15:15	Poets 1	Poets 2	Poets 3	Poets 4
28-5-2022	Emelia / 0645186160	Lara / 06-40919722	Sofie M. / 0624311951	Lise A. / 06-12812387
4-6-2022	Milou / 0612871914	Lisa F. / 0615427868	Suze B. / 06-27830627	Renske / 06-54225010
11-6-2022	Esmee (29-4-14) / 0650989950	Lotte / 0617498942	Tess V / 06-27280191	Sannah / 06-21620138
18-6-2022	Saskia / 06-20478256	Nine / 0640919934	Fien J / 0645306205	Suus N. / 06-83575976
25-6-2022 1630-1745	Suus vd B. / 06-43599857	Robin, Lynn en Lissa / 06-48569952	Romee / 0645866559	Tara / 06-11311678
2-7-2022	Eef / 0637353964	Sky / 0612759398	Jolijn / 0651648060	Emma / 06-20092500
9-7-2022	Nina / 0613652977	Suze A. / 06 34625849	Iris / 0623371375	Denvi / 0650673023
16-7-2022 1400-1530	Suze A. / 06 34625849	Bente / 06-34671025	Ilse / 0620877486	Daantje en Pleun / 06-12127375
23-7-2022	Jenna / 06-20294680	Janne / 06-12915060	Aniek en Ize / 06-430516374	Marit / 0615610827
23-7-2022	Jans / 06-53916500	Fajah / 0631963633	Guusje / 06-46424720	Amber / 06-44129156

(Let op, de onderlinge geruilde datums staan niet verwerkt in dit schema)

DANS!

***RUUH** Wat is er super gedanst tijdens het Rundje um ut hundje! Alle dansgroepen hebben hun dans laten zien terwijl de renners voorbij kwamen.



***Wedstrijdverslag Energy!**

Na een hele tijd zonder wedstrijden gingen de danswedstrijden van de KNGU weer van start. Na het af lassen van Panningen en Twello, moesten we helemaal naar Harderwijk. Helaas heeft de KNGU de duo's en daarmee ook een groot gedeelte van "urban" geannuleerd. Het gevoel was goed, de dames hebben een spetterende en zeer strakke dans laten zien. De complimenten vanuit andere teams kwamen binnen alleen dacht de jury hier toch iets anders over. De concurrentie was moeilijk te vergelijken. Hosema liet een dans zien die op veel punten buiten de normering viel wat maakte dat de

behaalde punten laag uitvielen. Ondanks de derde plaats vallen we in de ranking buiten de top 5 om door te mogen richting het NK in Ahoy Rotterdam. Op naar volgend wedstrijd seizoen jaar!

**Roparun – 5 juni optredens Sevenum*

De deelnemers van de Roparun rennen en fietsen op 5 juni, in de ochtend, door de kern van Sevenum. Het wordt een gezellige boel en dan zijn wij natuurlijk ook van de partij. We gaan de deelnemers die een estafette tocht van 500 kilometers van Parijs naar Rotterdam afleggen voor het goede doel flink aanmoedigen! Alle dansers mogen hun dans weer laten zien.

Alle dansers in danskleding verzamelen om 915u op de parkeerplaats aan de Raadhuisstraat aan de kerkzijde in Sevenum. De optredens zullen tussen 930 en 1130u plaatsvinden.

**Slotshow 8 juli*

Op 8 juli zullen alle dansgroepen weer een mooie show verzorgen. Dit als afsluiting van het seizoen. Dus houd deze datum vrij! Locatie van dit jaar; Theater van de Baersdonck in Grubbenvorst.

Op 15 juli mogen jullie dan alle danskleding inleveren en sluiten we het seizoen gezellig af.

Turnen – finaleweekend Limburgse Kampioenschappen 21/22 mei

De Limburgse kampioenschappen turnen vonden dit maal in Weert plaatst. De turnsters turnden op de 4 onderdelen Brug, Balk, Sprong en Vloer voor de meerkamp (alle 4 de onderdelen) finale, maar ook per toestel kon er nog een medaille, Limburgs Kampioenschap verdient worden. De zaterdagochtend startte met niveau 6. Daarin werd Jans van Kempen in de meerkamp 3e van Limburg en op het onderdeel Balk 2^e! In dezelfde wedstrijd op de andere heeft niveau 5 zich ook laten zien. Daar werd June Vervoort 2e op vloer. De 2^e wedstrijd, niveau 5 heeft ook Suus Nellen laten zien dat ze veel had geoefend. Suus werd 2e op vloer. Lissa Verberk ging met de zilveren medaille op de meerkamp ervandoor en nam ook nog eens de bronzen medaille voor sprong mee naar huis!

In wedstrijd 3 heeft niveau 4 geturnd daar werd Aniek Clabbers Limburgs kampioen op de meerkamp. Ook behaalde ze met de toestelfinales nog een 1e plek op de brug, en 3e op vloer en sprong. Renske Hoeijmakers haalde in dit niveau met de toestelfinales een mooie 2e plek op sprong.

In de laatste wedstrijd turnde Indy Henraats haar oefeningen in baan 1 heel netjes en ze behaalde een mooie 3e plek op het toestel brug. In baan 2, niveau 6 ging Rosalie Minten er met maar liefst 4 gouden medailles van door; Limburgs Kampioen Meerkamp en daarbij 1^e op de toestellen sprong, vloer en balk! Op zondag was het de beurt aan de dames van de bovenbouw om te laten zien wat ze kunnen tijdens de toestelfinales. Voor deze oudere dames was er geen meerkamp.

De dames van jeugd divisie 5 waren als eerste aan de beurt in wedstrijd 1: Sofie Trienekens is 2e geworden op het onderdeel sprong. De andere dames hebben ook hele mooie oefeningen laten zien, maar vielen net buiten de prijzen. Hierna was het de beurt aan de dames van junior divisie 4. Hierbij behaalde Pleun Wijnhoven een 1e plaats op het onderdeel sprong en een 2e plek op het onderdeel brug. Ook Nine Tissen ging er met een 1e plek vandoor op het onderdeel balk.

In de laatste wedstrijd haalde Jasmin Verkade een 1e plek op het onderdeel sprong en Fien Gommans ging naar huis met een 3e plek op het onderdeel balk.



Freerun Horst

Hemelvaart donderdag is er geen training in Horst. De actuele lesroosters zijn terug te vinden op www.hosema.nl.

Testtrainingen Selectie Turnen - turnsters met geboortjaar 2014, 2015 en 2016.

Meisjes geboren in 2014, 2015 en 2016, die op recreatief niveau turnen of nieuw starten bij hosema zijn van harte uitgenodigd om deel te nemen. Gedurende de testtraining wordt aan de hand van oefeningen gekeken of de meisjes talent hebben voor het selectie turnen. Kracht, lenigheid, coördinatie, inzet en doorzettingsvermogen zijn belangrijke punten waar naar gekeken wordt.

Aan de hand van deze testtraining kunnen de kinderen worden uitgenodigd om op proef bij de selectie onderbouw mee te trainen dit seizoen nog in juli en na de grote vakantie tot aan de herfst vakantie.

Het trainingsmoment dit seizoen voor de selectie onderbouw is in Sevenum (Kruisweide) op het Hosema turngedeelte op dinsdag van 16u tot 1730u.

De testtraining vindt plaats op zondag 26 juni van 10u tot 12u op het Hosemagedeelte in de Kruisweide. Deelname aan de testtraining is uiteraard gratis.

Vooraf opgeven voor de testtraining via ledenadministratie@hosema.nl.

Bij opgave graag het volgende vermelden:

- naam en geboortedatum van uw dochter en in welke groep uw dochter momenteel turnt.

We hopen dat er veel enthousiaste meisjes mee komen doen tijdens de test-training.

Na de testtraining ontvangt u een mail met terugkoppeling of uw dochter wel of niet mee mag komen trainen met de selectie onderbouw.

Uitstapje Freerun - 15 mei Budel

Alle freerunners konden een middag heerlijk lekker springen en oefenen onder begeleiding van Danny en de hulpleiding Wout, Flip en Jesse.

Ondanks het warme weer waren er toch nog 30 kinderen aanwezig.

Iedereen heeft zich helemaal uit kunnen leven, in de schuimbakken kunnen landen en diverse trucs kunnen oefenen.

Het was een geslaagde middag!

Ga je een volgende keer als we dit organiseren ook mee?



Kijkweek turn en freerun trainingen Hosema gedeelte Sevenum - Week 22: 30 mei tot en met 4 juni

Tijdens de trainingen in week 22 zijn ouders welkom om tijdens de training te kijken.

De turntrainingen in Horst zijn te allen tijde te bekijken vanuit de tribune.

Indien er gebruik gemaakt wordt van de mogelijkheid om te kijken is wel het verzoek om dit in stilte te doen zodat de trainingen niet verstoord worden. Uiteraard is het ook prima om een gedeelte te kijken en vervolgens in de kantine koffie te drinken en bij te praten met andere ouders, maar doe dit niet in de trainingenzaal. Dit is erg storend.

Afsluit activiteit einde seizoen - ALLE LEDEN

15/7: Alle freerunners sluiten samen af in de Kruisweide te Sevenum. De freerunners uit Horst trainen dus donderdag 14/7 niet, maar 15/7 in Sevenum.

De precieze verdelingen en tijden volgen. Tijdens deze activiteiten zullen de bovenbouw turnsters ook een demonstratie verzorgen.

16/7: turnkids groepen uit Sevenum en Horst + selectie onderbouw (de selectie trainingen vervallen op deze dag) Informatie voor de turnsters:

08.15u aanwezig: Selectie Onderbouw (groep dinsdag en woensdag)

09.30u aanwezig: TKS03

09.45u aanwezig Groep 1: TKS01 + TKH01 + een deel van TKH02: Elanur, Nikki, Liva, Lotte, Britt, Ninne, Esmee, Edin, Jenny

12.00u aanwezig Groep 2: TKS02 + TKH03 + een deel van TKH02: Zoe V, Roza, Thijsje, Zoe P, Daantje, Mijs, Sophie, Romee, Ninthe, Floortje, Tess A, Tess S, Kathelijn, Freya.

Het belooft een leuke en drukke dag te worden. Neem gerust belangstellenden, opa, oma's mee om te komen kijken. Dagprogramma 16/07 voor publiek:

08.30u aanvang Meetmoment Onderbouw
 10.00u Demonstaties Turnkids 03 Sevenum en Selectie Bovenbouw
 10.30u aanvang Kleuren turnen Groep 1
 12.15u aanvang Kleuren turnen Groep 2
 13.45u Demonstaties Turnkids 03 Sevenum en Selectie Bovenbouw

23/07: Peuters en Gymkids: als afsluitende activiteit voor dit seizoen zijn de peuters en hun ouders van beide groepen welkom van 930-1030u

De gymkids zijn welkom van 1100-1200u. We gaan er een groot beweegfeest van maken! Opa's, oma's, alle belangstellenden zijn van harte welkom om te komen kijken!

23/07: De dames van de selectie midden en bovenbouw gaan koppelwedstrijden turnen.

Tussen de 2 wedstrijden in zal de bovenbouw een mooie demo laten zien. Het is dan natuurlijk leuk als er zoveel mogelijk publiek aanwezig is!

09.00-11.00u bovenbouw selectie (turnsters 845u aanwezig)
 10.45u Demo selectie bovenbouw
 11.00-13.30 middenbouw selectie turnen (turnsters 10.30u aanwezig)

Agenda:

Dag/Tijd/Locatie	Omschrijving	Voor wie
Donderdagen 16 juni en 7 juli 1900-2000	Freerun in Sevenum	De freerungroep uit Horst traint in Hosemagedeelte in de Kruisweide te Sevenum
Pinksterzondag 5 juni 930-1130	Optredens Dans centrum Sevenum Roparun	Alle dansers
Pinkstermaandag 6 juni 930-1030u Strand Kasteelse bossen Horst	Bootcamp (met ouders die willen)	Alle leden
7 juni	Visie traject avond 3	Wg visie
Zaterdag 25 juni 1345-1700u Locatie: Kruisweide Hosemagedeelte	2 ^e Meetmoment onderbouw (dezelfde turnsters als vorige keer)	Onderbouw team 1 Onderbouw team 2 Onderbouw team 3
Zondag 26 juni 1000-1200u Locatie: Kruisweide Hosemagedeelte	Testtraining selectie onderbouw	Kinderen geboren 2014, 2015 en 2016
Vrijdag 8 juli Baersdonck Grubbenvorst	Slotshow dans!	Alle dansers van Hosema
Vrijdag 15 juli Locatie: Kruisweide Hosemagedeelte	Afsluit activiteit einde seizoen	Alle freerunners (en turnsters Bovenbouw demo)
Zaterdag 16 juli Locatie Kruisweide Hosemagedeelte	Afsluit activiteit einde seizoen (Geen selectie training)	Onderbouw selectie / TKS01 / TKH01 / TKS02 / TKH02 / TKH03 / TKS03

Zaterdag 16 juli 1500-2200u	Kader bedank activiteit	Alle helpende handen van Hosema!
Zaterdag 23 juli Locatie: Kruisweide Hosemagedeelte	Koppelwedstrijd Afsluit activiteit einde seizoen	Midden en bovenbouw selectie
Zaterdag 23 juli Locatie Kruisweide Sporthal links	Beweegfeest Afsluit activiteit einde seizoen	Peuters en gymkids
Zaterdag 10 september	15 jarig Jubileum Hosema – start nieuwe seizoen!	Alle leden (info volgt)

Seizoen 2022 / 2023 turnen KNGU wedstrijden

Onderstaand de wedstrijdkalender voor het seizoen 2022-2023. Deze kalender is onder voorbehoud, de werkgroep turnen dames regio Limburg kan aanpassingen doen.

12/13 november 2022 Pareja - Voorwedstrijden individueel en teams

10/11 december 2022 Hosema - Voorwedstrijden individueel en teams

14/15 januari 2023 KSV Castellum Kessel - Voorwedstrijden Individueel en teams

28/29 januari 2023 Dynamica Parkstad - Voorwedstrijden individueel en teams

4/5 februari 2023 -T.C. Horn - Voorwedstrijden individueel en teams

25/26 maart 2023 Gympoint - Finale wedstrijden

22/23 april 2023 Christoffel Venray – Finale wedstrijden