

HOSEMA

INFORMATIEBRIEF 16 – APRIL 2019



De lente zit in de lucht... de korfballers zijn weer buiten aan het trainen, het zaalvoetbal seizoen zit erop. Dit betekent voor HOSEMA dat ons eigen turngedeelte in de Kruisweide weer ten allen tijde ter beschikking is. Dus ook de freerunners op vrijdag en de turnkids op zaterdag zullen gebruik gaan maken van ons eigen gedeelte. Tijdens de examenperiode op het Dendron komen de turnkids uit Horst ook in Sevenum turnen en ook de freerunners uit Horst komen in mei en juni een aantal malen richting Sevenum. Het finale weekend van het LK staat voor de deur, er staan veel dansoptredens in het verschiet en met paasmaandag gaan we weer bootcampen! Lees snel verder en heb je vragen of andere suggesties of opmerkingen dan laat het ons weten. Iedereen een hele fijne voorjaarsvakantie!

Bestuur HOSEMA

PAASBOOTCAMP – maandag 22 april – alle leden 7+

Wat: Bootcamp

Waar: Strand Kasteelse Bossen, Horst

Voor Wie: alle leden van HOSEMA 7 jaar en ouder. (Ieder lid mag 1 begeleider meenemen.)

Wanneer: Maandag 22 april 1030-1145u

Kom gezellig meedoen! (Opgave is niet nodig)



Rundje um 't Hundje, Horst – 11 mei 2019, HOSEMA rent niet mee... moedigt wel aan en danst!

In 2018 heeft Hosema met 40 deelnemers meegedaan in diverse afstanden. Dit waren met name turnsters uit de selectie. Dit jaar wilden we meegaan doen aan de 2,5 of 5 km met de oudere jeugd, geboren 2007 of eerder)

We wilden hiervoor ook gezamenlijk gaan trainen op 3 woensdagen 24/4, 1/5 en 8/5 van 19-20u, onder leiding van Kevin.

Echter zijn er na onze oproep in de infobrief van maart geen aanmeldingen gekomen. Erg Jammer! Dit jaar zal HOSEMA dus alleen optredens dans verzorgen tijdens de prijsuitreiking alsook de renners vanuit het Lambertusplein aan gaan moedigen. Alle renners alvast veel succes met het RUUH!

Dans!

Energy, de dans wedstrijdgroep van HOSEMA deed op 7 april in Drachten mee aan de plaatsingswedstrijd voor het NK. Ze deden hard getraind en deden haar uiterste best om zich te plaatsen voor het NK in Ahoy. Ondanks de hogere moeilijkheidsgraad kregen de dansers niet genoeg punten om door te kunnen stromen naar de finale. Helaas...Maar het zag er top uit meiden!



Bewegen met het jonge kind! Ben Bizzie!

Afgelopen woensdagmiddag 17 april was de Ben Bizzie Beweegmiddag voor het jonge kind van 0-4 jaar. Deze middag werd georganiseerd vanuit de gemeente Horst aan de Maas, in lijn met Jongeren Op Gezond Gewicht. Zij deden dit in samenwerking met diverse professionals uit Horst aan de Maas. Ook Hosema was vertegenwoordigd in het aanbod. Samen met kinderopvang 't Nest was er in de sporthal een beweegcircuit opgezet waarin (peuters) naar harte lust konden klimmen, klauteren en plezier beleven. Doel van deze middag was het belang van bewegen voor het jonge kind onder de aandacht brengen bij ouders en kinderen. Vaak kan dit al op heel eenvoudige manieren met stoepkrijt en een fietsje kun je al heel veel. Vanuit Hosema is het belang van bewegen op jonge leeftijd bekend en spelen we hierop in door ons aanbod van de ouder / peutergym. Op een speelse manier komen de peuters met allerlei beweegsituaties in aanraking en leren ze hun eigen lichaam en grenzen kennen. Dit zijn basis vaardigheden die nodig zijn voor de verdere (motorische) ontwikkeling van kinderen.

Met deze geslaagde middag als onderdeel van de Sportweek is aandacht geweest voor het belang van bewegen bij kinderen. Het weer was goed en de mascotte Ben Bizzie was aanwezig om samen met alle kinderen lekker te bewegen buiten op het plein, de route van het Lambertusplein naar sporthal de Berkel.

PEUTERGYM, blok 3.

Marie Louise geeft op 25 mei haar laatste les voor HOSEMA en dit is ook tevens de laatste les van dit blok. Marie Louise heeft aangegeven meer vrije tijd te willen en zich niet meer te willen binden aan de verplichtingen iedere zaterdag. Wij vinden dit heel jammer en zullen haar dan ook enorm gaan missen.

We willen jullie toch aan het bewegen houden met jullie peuter, daarom bieden we een 3e blok aan. Ook de peuters die nu op de wachtlijst staan kunnen zich voor dit blok aanmelden.

Dit 3e blok bestaat uit 4 lessen en de kosten zijn € 16,00. Deze kosten zijn exclusief inschrijfkosten en afdracht KNGU. (Dit is alleen van toepassing als je nu nieuw start). Bestaande leden betalen dus enkel de contributie à € 16,00.

Lesdata: 8 juni, 15 juni, 22 juni (beweegfeest) en 29 juni

Bij voldoende animo starten we met twee groepen.

De tijden zijn van 8.15-9.15 uur en van 9.15-10.15 uur in de Kruisweide te Sevenum en de lessen worden gegeven door Nienke Engelen.

Mochten jullie interesse hebben in dit extra blok, laat ons dit dan weten door een mail te sturen aan ledenadministratie@hosema.nl. Dus ook als jullie nu al meedoet, graag even laten weten of je wel of niet aan het 3e blok meedoet. Alvast bedankt!

We zien jullie reactie met belangstelling tegemoet!

Voor het komende seizoen, na de zomervakantie hebben we een nieuwe trainsters gevonden voor de peutergym. Meer hierover in de komende infobriefbrief.

Training zaterdag 11 mei - Voorselectie en Selectie

In verband met de LK meerkamp en toestelfinales dit weekend is de training van zaterdagochtend aangepast.

Er is op zaterdag 11 mei training van 1430-1600u alleen voor turnsters die GEEN wedstrijd hebben op zaterdag en/of zondag.

Trainingen verplaatst naar HOSEMA gedeelte - Freerunning Sevenum + Horst

Rond het einde van het seizoen krijgen we weer de mogelijkheid om regelmatig in de tennishal op ons eigen HOSEMA gedeelte te trainen op de vrijdagavond. Ook op de zondagochtenden gaan we met de freerunners 3 maal trainen op het HOSEMA gedeelte. Om een goede voorbereiding te hebben voor de clubkampioenschappen trainen we nog afwisselend. De gymzaal is meer geschikt om parkour te trainen, zoals de Speed Trials. De tennishal is uitermate geschikt om nieuwe truckjes te leren. Kijk dus goed in onderstaande agenda wanneer de trainingen op welke locatie.

Testtrainingen Voorselectie - turnsters met geboortjaar 2011, 2012 en 2013.

Op woensdag 5 en woensdag 19 juni organiseren we weer voorselectie-test trainingen. De bedoeling van deze training is om nieuw talent te werven voor onze voorselectiegroep.

Alle meisjes geboren in 2011, 2012 en 2013, die al op recreatief niveau turnen 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 voor een aantal proeftrainingen bij de voorselectiegroep. Deze proeftrainingen starten na de zomervakantie. (Omdat we momenteel bezig zijn met het trainingsschema voor het nieuwe seizoen kunnen we nog niet precies zegen op welke dag en tijd de trainingen na de zomervakantie plaats vinden.)

De testtrainingen vinden plaats op woensdag 5 en 19 juni van 15u tot 1615u in de Kruisweide (Hosema gedeelte, zijde tennishal) te Sevenum. Het deelnemen 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.
- mailadres waarop we u kunnen bereiken.
- Voorkeur voor 5 juni of 19 juni om deel te nemen.

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

14 april; B selectie wedstrijd & Koppelwedstrijd Wedstrijdturnsters Voor en Selectie

Op zondag 14 april vond de allereerste wedstrijd plaats op ons eigen gedeelte. Het net werd omhoog gehesen en er werd een opstelling van de toestellen gevonden waarbij alle onderdelen goed zichtbaar waren. Zondagochtend turnden de meiden van onze B-selectie hun eerste onderlinge wedstrijd. De zenuwen waren hier en daar aanwezig maar wat hebben ze het goed gedaan! De meiden hebben mooie oefeningen laten zien waar ze de laatste tijd hard voor getraind hebben en daarnaast lieten ze ook nog eens zien dat ze er plezier in hadden.

De uitslagen:

Instap D3 Twee gedeelde plaatsen;

1^e Suus Nellen & Tara van Druenen

3^e Rosalie Minten & Saar Verhaegh

Pupil 1 D3: 1^e Kelsey Philipssen, 2^e Iris Heldens en 3^e Suze Basten

Pupil 2 D3/Jeugd 1 D3: 1^e Ivy Thielen, 2^e Daantje van Herpen en 3^e Ela Jakobs

Jeugd 2/ junior Divisie 6: 1^e Janne van der Heijden, 2^e Jazlyn Litjens en 3^e Lieke Schreurs



In de middag turnden onze wedstrijdturnsters een koppelwedstrijd. Het concept van deze wedstrijd is vorig seizoen zó goed door onze turnsters ontvangen, dat we hiervan een jaarlijks terugkomende wedstrijd hebben gemaakt! Turnsters van de voorgeschreven oefenstof, ongeacht leeftijd en niveau, worden door het lot aan elkaar gekoppeld. En de turnsters van de keuze oefenstof worden door het lot aan elkaar gekoppeld. Ieder koppel turnt een meerkamp en strijdt samen voor de hoogste totaalscore. Het was een spannende maar vooral ook een gezellige en leerzame wedstrijd!

Uitslag voorgeschreven oefenstof:

1^e Aniek Clabbers & Jasmin Verkade, 2^e Naomi van de Laar & Amber Steeghs, 3^e Lin van Kempen & Suze Angenheister

Uitslag keuze oefenstof:: 1^e Saskia Minten & Kim van Kempen, 2^e Marit Engelen & Pleun Wijnhoven en 3^e Fiona Degan & Freya Artz

DANS INFO!!

Koningsdag zaterdag 27 april Raadhuisplein Sevenum:

13.30 uur aanwezig Stars + Fantastic.

14.30 - 14.45 uur optredens + workshop.

(14.45u na het optreden, mogen Stars en Fanstastics opgehaald worden.)

14.45 uur aanwezig Moves + Energy.

15.30 - 15.45 uur optredens + workshop.

(15.45u na het optreden, is iedereen klaar.)

Rundje UM het Hundje zaterdag 11 mei Lambertusplein Horst

Dit jaar gaan we optredens verzorgen tijdens de prijsuitreikingen op het Wilhelmina plein. Daarnaast gaan we ook op en rond het Lambertusplein de sfeer verhogen door de lopers aan te moedigen!

Verzamelen en ophalen is voor alle groepen bij Greun op het Lambertusplein.

Stars: Verzamelen 16.45 uur bij Greun op het Lambertusplein.

17.45 uur optreden op het Wilhelmina plein, aansluitend gaan we aanmoedigen op het Lambertusplein tot ca. 18.30 uur. (ophalen 18.30u)

Moves: Verzamelen 18.15 uur bij Greun op het Lambertusplein.

19.00 uur optreden op het Wilhelmina plein.

Na optreden aanmoedigen op het Lambertusplein tot ca 20.30 uur. (ophalen 2030u)

Fantastic: Verzamelen 18.45 uur, meteen meedoen met aanmoedigen op het Lambertusplein tot 19.15u. Dan gaan we klaarmaken en om 20.00 uur Optreden Wilhelminaplein.

Na optreden aanmoediging Lambertusplein tot ca. 20.45 uur.

Energy: Verzamelen 19.45 uur, meteen aanmoedigen op Lambertusplein tot 20.45.

20.45 uur klaar maken en om 21.15 uur optreden Wilhelminaplein. Na het optreden zijn de dames klaar.

DANCE2DEMO Sittard, zaterdag 1 juni:

We gaan met alle dansgroepen er een gezellige dag van maken!

Het programma ziet er als volgt uit:

Start show/wedstrijd: 14.00 uur. (Pauze 15.15-15.30 uur)

Einde & prijsuitreiking is rond 16.45 uur.

We moeten 1 tot 1,5 uur van te voren aanwezig zijn, dit betekent dus dat er rond 11.30, uiterlijk 12.00 uur aan gereden word.

Omdat we met alle groepen gaan en er altijd veel ouders mee komen kijken, is het voor de leiding niet te doen om een auto indeling te maken.

Iedereen zorgt zelf dat de meiden op tijd aanwezig zijn. Mocht u niet in de gelegenheid zijn zelf te rijden, informeer tijdig bij andere dansmeiden en ouders om samen te rijden. Het zou erg jammer zijn, wanneer er meiden ontbreken tijdens het optreden.

AGENDA – alle leden:

CHECK GOED DE LESROOSTERS WANNEER ER WEL EN GEEN TRAINING IS IVM MEIVAKANTIE

Datum	Activiteit / gebeurtenis	Voor wie?
Paasmaandag 22 april	Paas Bootcamp – 1030-1145 Strand Kasteelse bossen, Horst	Alle leden HOSEMA; 7 jaar en ouder (max. 1 ouder per lid als begeleiding)
Zaterdag 27 april 1330-1545u	Optredens dans – Koningsdag festiviteiten Sevenum	Alle dans groepen, zie info in bovenstaande infobrief
Zaterdag 4 mei	WEL training Pre tks	Pre Tks (za 9-10u)
Zondag 5 mei	Training turnhal Weert (tvv 30/3)	VS + S: 1230-1430u
Vrijdagen 10, 17, 24 Mei 7, 14, 28 Juni	Training op HOSEMA gedeelte (tennishaal). De overige trainingen vinden plaats in de gymzaal.	Freerunning Sevenum
11/12 Mei	Finale weekend LK turnen	Info volgt in aparte mail
11 mei	Training VS+S in ochtend vervalt 1430-16u; gezamenlijke training	Middag training voor turnsters die geen wedstrijd hebben LK.
11 Mei	Rundje um 't Hundje	Alle dansgroepen treden op en moedigen aan, zie info in bovenstaande infobrief.
Zondagen 26 mei, 9 + 23 juni	Training op HOSEMA gedeelte (tennishaal) in de Kruisweide	Freerunning Horst
31 Mei Kruisweide 18-19u	Freerunning clinic voor leiding turnen en dans	(Hulp)leiding turnen en dans
Vrijdag 7/6 Zondag 9/6	Kijklessen Freerunning	Alle groepen

Zaterdag 1 juni	Dance to demo Sittard	Alle dansgroepen, zie info in bovenstaande infobrief
5 en 19 juni	Testtraining turnen van 15.00 tot 16.15u	Turnster met geboortjaar 2011/2012/2013
15 juni	District wedstrijd D1 en D2	Plaatsing via LK
16 juni	Teamwedstrijden turnen groepjes D1 en sub.E	Verdere info volgt.
22 juni	Afsluitdag HOSEMA	Beweegfeest Peuters en Kleuters
22 juni ca 15-20u	Kader bedankt activiteit	Leiding en kader
29/30 juni	Afsluitweekend HOSEMA clubkampioenschappen turnen op zaterdag en zondagochtend. Freerun zondagmiddag.	Turnen, freerun en dans! (indelingen volgen in infobrief mei)