



Het seizoen is in volle gang. Er zijn veel nieuwe leden gestart in de diverse groepen, welkom aan iedereen bij Hosema! Op de site van Hosema vind je veel algemene informatie over het reilen en zeilen van de vereniging. Je vind er ook de actuele lesroosters, kijk goed wanneer er wel of geen training is in de herfstvakantie. Veel leesplezier en mochten er tips, vragen of opmerkingen zijn dan staan wij daar altijd voor open.

Bestuur Hosema

### Selectie turnen Onderbouw

Bij aanvang van het seizoen zijn er testtrainingen bij het turnen geweest voor enthousiaste meisjes geboren in 2015, 2014 of 201 die bij de selectie wilden gaan turnen. Na deze testtraining zijn 12 dames uitgenodigd om tot de herfstvakantie op proef mee te komen trainen bij de Onderbouw op de woensdag.

Alle dames mogen blijven trainen in de selectie Onderbouw. Zij gaan na de herfstvakantie, vanaf 2/11 op dinsdag trainen van 1600-1730u op het Hosemagedeelte in de Kruisweide.

### Poetsschema Hosema gedeelte

Het actuele schema hangt op het infobord op het Hosemagedeelte. Indien u ruilt, geef dit dan hierop aan! De nieuwe leden van de selectie onderbouw zullen nog ingedeeld worden op het einde van het seizoen, dit schema volgt in een volgende infobrief. In november zullen wij het actuele schema met de aanvullingen nogmaals sturen.

### Kledingnieuws...

\*Zaterdag 23/10 en maandag 1/11 zullen de wedstrijdpakjes gepast worden en mee naar huis gegeven worden. Ook de dames die geen trainingspak hebben krijgen dan een trainingspak mee.

Mocht er thuis een trainingspak zijn wat te klein is geworden dan is dit het moment om het mee te nemen en te ruilen voor een groter maat!

\*Er zijn nog een aantal dames die het wedstrijdpakje thuis hebben. Zo ja: graag passen en doorgeven op 23/10 of 1/11 welke maat er thuis is. Past het niet meer, dan meebrengen zodat we voor de juiste maat kunnen kijken.

\*Er is een nieuwe bestelling Hoodies onderweg... mocht u een hoody willen bestellen voor uw zoon/dochter: ledenadministratie@hosema.nl.

\*Nieuwe turnpakjes voor de trainingen. De pakjes die de turnsters momenteel dragen zijn niet meer bij te bestellen bij onze leverancier. Na ruim 10 jaar gaan we over naar een nieuw pakje, uiteraard in de blauwe Hosema kleuren! Zeer binnenkort is dit pakje te bestellen via pakjes@hosema.nl, info en foto's volgen!

### Oefenstof wedstrijden turnen

De dames van het selectie turnen zijn hard aan het oefenen op de oefeningen voor de wedstrijden. Op het You Tube kanaal van Hosema zullen de filmpjes geplaatst worden zodat de dames thuis kunnen oefenen!

### Spaaractie PLUS

Tot en met 20 november loopt de spaaractie van de PLUS.

Kras de punten open en gun ze aan Hosema.

De loten mogen ook afgegeven worden aan de trainsters.

Dankjewel!



## **Kleuren turnen – Turnkids Horst en Sevenum**

Sinds vorig seizoen zijn we gestart met het Kleuren Turnen. Kleuren Turnen bestaat uit drie aspecten:

\*Het eerste is een lesstructuur voor de recreatieve tak van de vereniging, de turnkids groepen. Deze lesstructuur is gebaseerd op de kleuren van de regenboog en verdeelt de leden niet op basis van leeftijd, maar op basis van hun fysieke en mentale vaardigheden. Inderdaad, net als bij bijvoorbeeld voetbal of judo!

\*Het tweede aspect bestaat uit de Tools. Iedere kleur van de Regenboog is gekoppeld aan een Beweegniveau, dit biedt helderheid, structuur en handvatten voor het trainersteam. De inhoud van de Beweegniveaus is uitgewerkt in de vorm van lesdoelen, aanvullende informatie & bijbehorende video's. Daarnaast zijn er Doelenboekjes ontwikkeld om met deze lesdoelen in de trainingen gericht aan de slag te gaan.

\*Als derde is er een nieuw Toetsingsconcept ontwikkeld, namelijk het Diploma Turnen. Passend bij ieder Beweegniveau zijn er Diploma's ontwikkeld om een aantal malen in een turnseizoen de lesdoelen te tonen en te toetsen tijdens een "Diploma Turndag". Niet op basis van wedstrijd oefeningen en punten aftrekken van dingen die niet goed gaan, maar op basis van een inzichtelijke beoordeling per lesdoel kijken hoe het gaat.

Op de diploma's noteren juryleden per lesdoel of de turnster het lesdoel nog niet beheerst, of kan uitvoeren met hulp, of zelfstandig kan, of zelfstandig en goed kan of zelfs zelfstandig, goed én mooi kan. Dit biedt het trainersteam, de ouders en natuurlijk de leden inzicht in hun ontwikkeling.

Deze 3 facetten van het Kleuren Turnen dragen bij aan het verhogen van de kwaliteit van de trainingen van de turnkids groepen. Het biedt alle leden op eigen beweegniveau een heldere en positieve stimulans van hun ontwikkeling. Misschien heeft u als ouder hierover al iets terug gehoord van uw dochter. In een volgende infobrief zullen wij u informeren over de meetmomenten wat natuurlijk een mooie gelegenheid is om te komen kijken naar uw dochter.

## **Nieuwe hoofdtrainer Freerun!**

Ik ben Danny Wullems.

Ik ben 36 jaar en kom uit Helden.

Ik ben getrouwd met Ellen en vader van twee zoontjes, Myran en Tibas.

Tijdens mijn sportopleiding ben ik in 2007 in Panningen begonnen met freerun-lessen geven, wat ik daar

12 jaar lang met plezier heb gedaan.

Vanaf dit seizoen geef ik op vrijdag de freerun-lessen in Sevenum.

Fanatieke jongens en meiden, waar ik zeker weten ook een toffe tijd mee ga hebben!



## **Wisten jullie dat;**

\*Er komend seizoen 48 turnsters meedoen aan de officiële KNGU wedstrijden. Daarnaast zijn er 25 turnsters in de selectie Onderbouw. Er is dus een mooie nieuwe groep aanwas van onderuit. Hier zijn we erg trots op en we wensen de dames een sportief en vooral veel plezier toe tijdens dit seizoen!

\*Er 34 uur per week divers lesaanbod is van Hosema.

\*Er iedere vrijdag meer dan 40 dames dansen samen?

\*Er momenteel 7 hoofdtrainers (nivo 3) zijn, 12 nivo 2 hulpleidingen en 5 nivo 1 hulpleiding zijn.

\*Er 20 peuters samen met hun pappa, mamma, opa of oma komen gymmen iedere week op zaterdag morgen.

\*Er een nieuwe hoofdtrainer Freerun Danny Wullems is gestart?

\*Er 3 dames gestart zijn met opleiding tot hoofdtrainer nivo3?

\*Er meer dan 80 freerunners iedere week trainen bij Hosema!

### **Pietengym**

Ook dit jaar heeft Hosema Sinterklaas gevraagd of er een paar pieten op bezoek kunnen komen. Nu hebben we vernomen dat ze van plan zijn om ons een bezoekje te brengen op zaterdag 4 december. Alle kinderen die graag samen met de pieten willen gymmen zijn van harte welkom. De precieze indeling van deze ochtend laten we via de infobrief van november weten.

### **Agenda:**

<b>Dag/Tijd/Locatie</b>	<b>Omschrijving</b>	<b>Voor wie</b>
Zaterdag 23/10 930-11u Kruisweide	Doorpassen wedstrijdpakjes en trainingspakken	Turnen selectie middenbouw
Maandag 1/11 18-19u Kruisweide	Doorpassen wedstrijdpakjes en trainingspakken	Turnen selectie bovenbouw
Zondag 7/11 Turnhal Budel	Training Budel selectie turnsters midden en bovenbouw	1300-1500u Middenbouw 1500-1700u Bovenbouw
Zaterdag 4/12 9-12u Kruisweide	Pietengym voor de jongste leden van Hosema indeling volgt	Peuters, Gymkids, TKS01, TKH01, Onderbouw, freerunkids, Stars