

Nieuwsbrief

PHDES Februari 2017

Van onze voorzitter

Nog een paar dagen en dan is het carnaval of voor een enkeling een welverdiende wintersportvakantie. Ik hoop dat iedereen goed gaat genieten en ik wens de Gympies veel plezier met de carnavalsoptochten! En dat iedereen dan na de carnaval gewoon weer lekker doorgaat met oefenen voor de wedstrijden, of nieuwe beweegvormen gaat leren of lekker aan de conditie gaat werken. Dit is ook wel nodig want er staan weer allerlei wedstrijden en activiteiten op het programma, zowel voor de dans- als de turnafdeling. Voor de senioren wordt op 10 april de derde fittestdag georganiseerd, deze keer in sporthal Ter Waerden. Dus weer volop bedrijvigheid, en ik wens iedereen daarbij heel veel plezier en succes.

Groet, Rob Snijkers

Kalender

- 26 Februari:**
Carnavalsoptocht
Waubach
- 28 Februari:**
Carnavalsoptocht
Landgraaf
- 19 Maart:**
LK Jazz
- 1 April:**
Voorronda NK Jazz
- 2 April:**
LK Turnen Heren
- 10 April:**
Fittestdag
- 21 Mei:**

Gym

Vrijdag 27 januari stond de 2e onderlinge wedstrijd gepland tussen PHDES Landgraaf, Swentibold Sittard, Balans Kerkrade en Olympia KFC Schinveld. De wedstrijd vond deze keer plaats in Schinveld en stond weer garant voor een gezellige en sportieve avond! De onderlinge wedstrijden worden mede georganiseerd om de kinderen wat meer wedstrijdervaring op te laten doen. PHDES nam deze keer deel met 2 groepen meisjes in de categorie 8-10 jaar en 11 jaar en ouder en zij kwamen uit op de onderdelen minitrampoline en minitrampoline met kast of pegasus. Tijdens de prijsuitreiking bleek dat PHDES goed in de prijzen was gevallen, beide groepen behaalden een mooie 1^e plaats op de minitrampoline met kast/pegasus en een 2^e plaats op de minitrampoline. De leiding en de turnsters kijken terug op een zeer geslaagde avond en kijken alweer uit naar de volgende onderlinge wedstrijd. Sanne, Adine en Elani zijn gestart met de opleiding junior assistent 1 wij verwachten dat zij alle drie eind maart deze opleiding zullen afsluiten.

Springen: Binnen de springgroep heeft wat doorstroming plaats gevonden naar andere groepen. Hierdoor kunnen we weer nieuwe kinderen gebruiken die het leuk vinden om te springen op minitrampoline, dubbele trampoline, airtumbling baan etc... de training is op maandag van 17.30u-19.00u.

Turnen - Heren

Zondag 5 februari vond de eerste wedstrijd van het LK voor heren plaats in Kerkrade. PHDES werd dit jaar door 3 jongens vertegenwoordigd, namelijk Sijmen Kusters (6e divisie Instap), Ruud Holleman (6e divisie Benjamin) en Chuan de Bree (6e divisie Pupil). De jongens kwamen uit op de onderdelen rekstok, sprong, ringen, vloer, brug en voltige. De heren hadden hier tijdens de lessen hard voor getraind en nadat de zenuwen waren verdwenen, werd er met veel plezier geturnd. Er werden mooie resultaten behaald deze eerste wedstrijd, maar helaas geen podiumplaats. Nu gaan de jongens nog een paar weken hard trainen om tijdens de tweede wedstrijd wellicht wel een podiumplaats te behalen! Deze tweede wedstrijd vindt plaats op zondag 2 april in Schinnen. Uiteraard is iedereen van harte uitgenodigd om de jongens aan te komen moedigen!

Jazz

Denise Lucassen is in januari gestart met een korte opleiding, om de hulpleiding extra ondersteuning te bieden. In januari is Kyara Vlakte gestopt met alle activiteiten bij PHDES. Voor de B-groep wordt nu naarstig gezocht naar een opvolger, die deze lessen kan verzorgen. Vanaf deze plek willen wij Kyara bedanken voor haar inzet en mooie dansen.

Na lang sparen heeft de jazz-afdeling nieuwe wedstrijdvesten besteld. Als alles volgens plan verloopt, zullen deze tijdens de LK in Kerkrade voor het eerst aan het publiek worden getoond.

Zondag 19 maart wordt de LK Jazz in Kerkrade gehouden en op zaterdag 1 april vindt de voorronde van de NK in Bergen op Zoom plaats. PHDES zal met meerdere groepen deelnemen. Wij wensen alle dansers en de juffen veel succes en natuurlijk veel plezier!

Free Running

Free running is heel populair en dat merken we ook bij PHDES! Op dit moment hebben we 19 fanatieke freerunners in onze vereniging en is er zelfs een wachtlijst van kinderen die mee willen komen doen! Tijdens de trainingen wordt er hard gewerkt en iedereen groeit in de technieken. Er zijn al kinderen die een wallflip kunnen maken (achteruitsalto tegen de muur).

Daarnaast wordt er soms ook in Spacejump getraind. Hier wordt dan geoefend aan de verschillende soorten salto's. Mocht je nieuwsgierig zijn naar wat Free Runnen eigenlijk is, kijk naar de foto's en filmpjes op onze site.

ALAAF

