

# *Sparta-Info*

# 20

*Juni*

*2007*



*Fijne vakantie  
en tot  
3 september*

*Gymnastiek- en Turnvereniging  
Sparta-Nijmegen*

# **Wie vind ik waar ?** [www.spartanijmegen.nl](http://www.spartanijmegen.nl)

**Gymnastiek- en Turnvereniging Sparta-Nijmegen is opgericht op 7 januari 1898.** Ingeschreven bij de Kamer van Koophandel. Wij zijn aangesloten bij de KNGU. Een jeugdige vereniging met bijna 300 leden. Dit periodiek is van de leden en voor de leden en geeft veel informatie over de activiteiten en de mensen binnen onze vereniging.

## **Bestuur:**

Eric Ritzer, voorzitter  
024-344 54 09  
voorzitter@spartanijmegen.nl

Antoin Koppers, secretaris  
p/a Gildekamp 22-48  
6545 KL Nijmegen  
024-377 11 33  
secretaris@spartanijmegen.nl

Hans Goosen, Penningmeester  
en ledenadministratie  
024-322 14 78  
penningmeester@spartanijmegen.nl

Peter Prinse, lid  
024-378 55 84

John van Grol, lid  
0485-350 853

## **Hoofdtrainster:**

Patricia Koppers  
024-377 11 33  
patricia@spartanijmegen.nl

## **Jeugdcommissie:**

jeugdcom@spartanijmegen.nl

## **Redactie Sparta-Info:**

redactie@spartanijmegen.nl

## **Rekeningnummer:**

Postbank 1160571

## **[www.spartanijmegen.nl](http://www.spartanijmegen.nl)**

Veel extra informatie met betrekking tot wedstrijden, activiteiten en foto's tref je aan op onze internet-site.

## **Adressen Gymzalen:**

Dominicanenstraat 53  
Hengstdal, Cipresstraat 3  
Malden, de Veldschuur  
Malvert 33-57  
Turncentrum, Ploegstraat 5

## **Lidmaatschap:**

Bij de ledenadministrateur kun je je in- of uit laten schrijven. Er zijn altijd twee "kijklessen" waarbij je ook gratis mee mag turnen. Inschrijven kan met het inschrijfformulier. Dat heeft de leiding en staat op internet.

**Je lidmaatschap opzeggen dient schriftelijk te gebeuren met 2 maanden opzegtermijn.**

Betaling gaat in principe via automatische incasso per jaar.

## **Tekst aanleveren:**

Bij de leiding, het secretariaat of via [redactie@spartanijmegen.nl](mailto:redactie@spartanijmegen.nl)



*Aan alle leden, ouders en verzorgers,*

*Voor het eerst in de geschiedenis van Sparta werd er een Jeugdkamp georganiseerd. Gezien de reacties in dit boekje en tijdens de lessen is het de moeite waard geweest en volgt er volgend jaar zeker weer een Jeugd en Puberkamp. Volgend jaar is het een bijzonder jaar. Sparta Nijmegen bestaat dan **110 jaar**. De voorbereidingen zijn in volle gang. Maar ook over de **Rohnrad workshop** die in afgelopen maand werd georganiseerd. En natuurlijk een nieuwe **muziek Top-5**, ja er is zelfs een muziek top 10 samengesteld tijdens het Jeugdkamp. Zoals altijd bij een nieuw seizoen **nieuwe contributies** en een **nieuw lesrooster**. In deze info staat die ook vermeld. Zodat u en uw kind weet wanneer ze weer verwacht wordt.*

*Veel leesplezier toegewenst en tot het volgend seizoen.*

---

## ***Sparta kampen waren zeer geslaagd*** ***Jeugdkamp-ervaring van enkele leden***

*We waren op Sparta kamp geweest dat was heel erg leuk. De eerste dag kwamen we ongeveer om 7 uur aan. We verzamelde in de grote blokhut, daar zaten alle kinderen en het was super gezellig. Patricia vertelde toen bij wie je in het blokhutje sliiep en wie je leiding was. Toen gingen we naar de blokhut en daar hebben we onze spullen neer gezet. Wij waren een van de oudste meisjes van het groepje, we mochten ook een naam verzinnen voor ons groepje. Wij heetten de stoere Sparta Girls. We gingen onze bedden op maken en we hadden ongeveer zo'n 10 minuten. We deden ook nog een namenspelletje zodat we de namen ook goed kenden en wij hadden de aller- liefste leiding en dat was... Ralda. Peter was voor de nep koning Spartacus dat was wel grappig iedereen moest er bijna wel om lachen en Jos was de gemene tovenaer Titanicus en die wou de hele tijd onze diamantjes afpakken. 's Avonds gingen we naar het bos met koning Spartacus. We gingen toen een spannende boswandeling maken in het donker. De kinderen die moe waren die mochten*

*naar bed of in de blokhut blijven tekenen of een spelletje doen en de rest ging mee naar het bos. De koning waarschuwde ons ook dat de gemene tovenaer Titanicus rond zou kunnen lopen in het bos. We liepen de bocht om het bos in en even later liepen we bijna over een boomstronk heen en we zagen opeens achter de bosjes de gemene tovenaer Titanicus zitten. En we liepen gewoon*



*door tot we weer terug moesten lopen, omdat het een eindje verderop dood liep. Maar ja, het maakte niet veel uit hoor. Daarna zijn we weer terug gelopen omdat het te veel was. Toen kwamen we weer terug bij de blokhut. We gingen naar onze hutjes en deden onze pyjama aan en daarna onze*

*tanden poetsen. Toen gingen we in bed liggen. Wij sliepen volgens mij bijna als laatste. Eerst zaten we heel lang te praten en toen moest opeens het licht uit, dat was jammer. Toen gingen een paar meisjes praten en toen viel iemand meteen in de slappe lach: echt het was helemaal niet leuk want de anderen konden toen niet slapen. De volgende ochtend werden we heel erg wakker gemaakt. Dat was heel irritant want we wilden nog doorslapen, omdat we pas heel laat sliepen. Maar ja, we moesten toch maar opstaan. Toen gingen we onze spullen aantrekken en naar de blok hut gegaan. We gingen ontbijten we hebben lekker een paar lekkere boterhammen met hagelslag en pasta op. Toen we het ontbijt ophadden gingen we lekker buiten spelen. Dat was ook heel erg leuk want we hadden veel lol, we speelden heel erg veel spelletjes zoals estafette tikkertje en vele andere spelletjes. We hadden ook veel lol met ons groepje We deden echt alles samen het snoep en het nadenken en het lol maken natuurlijk maar uh nu verder bij het stuk waar ik mee bezig was. Toen moesten de schatbewaarders komen bij de koning we moesten diamantjes verzamelen. We hadden ook een bingo. Dat vond ik heel leuk, want ik had ook een prijsje gewonnen. Verder hebben we nog geoefend voor de bonte avond en hebben we gezellig een kroontje geknutseld. Ieder groepje had een eigen kleur kroon en wij hadden roze. 's Avonds was de bonte avond. Ieder groepje*

*deed een dansje op de muziek. Toen iedereen klaar was met hun dansje ging de leiding een dansje doen, dat zag er heel gek uit. Toen die klaar waren werd er gewoon muziek gedraaid en kon iedereen lekker dansen. Daarna gingen we een spooktocht lopen en iedereen moest mee. Het was heel eng we kwamen opeens langs iets zwarts we zagen iemand staan en opeens hoorde we een knal en viel er iemand zo op de grond. Dat was heel erg eng echt iedereen moest gillen en we schrokken heel erg. Het was echt zo eng maar ja toen liepen we verder. We kwamen bij het meer, daar was nog iemand met een knipperlicht hij ging achter ons aan, we moesten heel erg hard weg rennen want hij ging steeds sneller. Toen gingen we weer terug lopen naar de blokhut daar gingen we wat hapjes eten. Toen gingen we tanden poetsen pyjama aantrekken en naar bed. De volgende ochtend maakte Patricia ons wakker ze schreeuwde keihard opstaan! Jullie moeten uit bed het is Moederdag. We schrokken heel hard wakker echt we schrokken heel erg van dat harde geluid van Patricia. Toen gingen we lekker ontbijten. We hadden ook nog een cadeautje voor onze moeder gemaakt. We hadden een foto van ons gemaakt op de kop aan het duikel rek. Als je op de kop hing, schreef je in een hartje "Mama ik ben ondersteboven van jou" en sommige kinderen hingen niet op de kop en die schreven in een hartje "Mama ik ben helemaal gek op jou". Die foto plakte we in een zelfgemaakt foto lijstje. Die hadden we versierd met allerlei knutsel spullen. Toen pakte we de fotolijstjes in, in mooi inpakpapier. Toen gingen we nog wat spelletjes doen. Daarna moesten we onze spullen opruimen en iedereen moest in het glitter en glamour. Toen kwam Eric en die maakte een foto van alle kinderen en leiding die meegegaan waren op het kamp. Wij vonden het Sparta kamp echt Super leuk  
Groetjes Jessica en Anja*

---

## **Het Sparta lied**

*Wij gaan dit weekend knallen  
Veel spelen met z'n allen  
Handje klappen en een stamp  
Dit is het SPARTA KAMP*

*We hebben sterren hier, we hebben sterren daar  
We springen rollen zingen dansen  
Samen met elkaar  
En als we laat gaan slapen  
Is de ochtend geen ramp  
Wij zijn op SPARTA KAMP*

---

## **Puberkamp was ook superleuk**

*Hallo, wij zijn Milou (12) en Else (11) en wij turnen op donderdag bij Mariska. Wij gingen voor het eerst mee op turnkamp. Het thema was*



*Glitter & Glamour. We sliepen in blokhutten met acht kinderen per hut. Er waren stapelbedden. De eerste avond moesten we in één uur tijd van alles instuderen. Een rap, een toneelstukje,*

*een dans- en een acronummer. Daarna moesten we het laten zien (soort auditie) en je werd voor twee dingen uitgekozen om de volgende dag bij de workshops te doen. Iedereen deed iets anders en het werd uiteindelijk een film. Deze film werd vertoond tijdens de clubkampioenschappen in de kantine. We deden ook tussendoor nog allerlei spelletjes. Onze groep werd laatste (snik) Maar het was wel leuk. De laatste dag moest iedereen 2 kinderen uit zijn groep verkleden tot Miss Glitter & Glamour. Peter was de jury en hij vond uiteindelijk iedereen even mooi. Kortom het was een superleuk kamp.*

*Milou en Else*



## Nieuwe lestijden seizoen 2007/2008

### Lesrooster vanaf september 2007:

<b>Locatie:</b>	<b>Dag:</b>	<b>Groep:</b>	<b>Tijd:</b>	<b>Leiding:</b>
Ark van Oost Cipresstr. 3 6523 HR Nijmegen 024-3232227	Maandag	4-5-6 jaar	17.00-18.00	Mariska
		7 jaar	17.00-18.00	Sanne/Melanie
		8 jaar	17.00-18.00	Judith
		Pre-selectie	17.00-18.30	Patricia
		C/B/A Selectie	17.30-19.00	Patricia
		9 jaar	18.00-19.00	Mariska
		10-11 jaar	18.00-19.00	Judith
12 en ouder	18.00-19.00	Sanne		
Springgroep 9 jaar +	19.00-20.00	Patricia/Sanne		
Malvert 33-57 6538 BT Nijmegen	Dinsdag	5-6-7 jaar	16.30-17.30	Patricia/Melanie
		7-8-9 jaar	17.30-18.30	Patricia/Melanie
		10 jaar en ouder	18.30-19.30	Patricia/Melanie
Dominicanen- Straat, Nijmegen	Woensdag	B/C Selectie	16.30-18.00	Judith/Melanie
		A Selectie	18.00-19.30	Patricia/Judith
Veldschuur Malden Veldsingel 29 6581 TC 024-3581852	Donderdag	Special gym	17.00-18.00	Patricia
		5-6-7 jaar	17.00-18.00	Mariska
		8-9 jaar	17.00-18.00	Judith
		9-10-11 jaar	18.00-19.00	Judith/Melanie
		12 jaar en ouder	18.00-19.00	Mariska
		Selectie C/B/A	18.00-19.30	Patricia/Judith/Mariska
Springgroep 9 jaar +	19.30-20.30	Patricia/Judith/Mariska		
Turncentrum Ploegstraat 1 6532 TV Nijmegen 024-3559597	Zaterdag	A-Selectie	9.00-10.30	Patricia/Judith

Maar eerst wensen we je een fijne vakantie toe. Veel buitenlucht, veel bewegen, lekker en gezond eten en natuurlijk veel pret.

Vanaf maandag 3 september beginnen de lessen weer en zoals je weet worden er geen lessen tijdens de schoolvakanties gegeven.

Heb je nog vragen over de lessen volgend seizoen dan kun je even op de internetsite kijken voor aanpassingen of je vraag tijdens een les stellen.

**Veel plezier en tot begin september.**



## **Verslag wedstrijdseizoen**

*De selectie van Sparta heeft dit jaar voor een heuse medailleregen gezorgd! Zowel in de 6<sup>e</sup> als in de 5<sup>e</sup> divisie werd op een hoog niveau gepresteerd. Er werden door zo'n 35 meiden maar liefst 15 medailles gehaald in de voorronden. (Hannah Lucas 2<sup>e</sup> + 1<sup>e</sup>; Demi Theunisen 1<sup>e</sup> + 3<sup>e</sup>; Christa Schuivens 2<sup>e</sup>; Ellen Radema 3<sup>e</sup>; Chrisje Hendriks 2<sup>e</sup>; Monica Jau Garretsen 2x 2<sup>e</sup>; Lisanne Beaumont 2<sup>e</sup>; Sophie Simons 2<sup>e</sup>; Manon Goosen 2x 1<sup>e</sup>; Simone Ritzer 2x 1<sup>e</sup>) Bij de 6<sup>e</sup> divisie mochten ook nog eens 12 meiden naar de finale omdat zij boven de middenmoot hadden geturnd! Hiervan ging nog eens een kwart van de meiden met een medaille naar huis! (Hannah Lucas 2<sup>e</sup>; Demi Theunisen 3<sup>e</sup>; Christa Schuivens 3<sup>e</sup>)*

*Ook in de 5<sup>e</sup> divisie werden heel goede prestaties geleverd. Hier wordt eerst nog een halve finale geturnd waarvoor 9 meiden zich hadden geplaatst. Meer dan de helft ging ook hier met een medaille naar huis! (Kayla Zegers; Manon Goosen en Renée Goosen werden 3<sup>e</sup> en Lonneke Scheper en Simone Ritzer konden het niet laten om met een gouden medaille naar huis te gaan!)*

*Uiteindelijk volgde er voor 8 meiden nog een finale in Dronten, waar er weer een derde van de groep met een medaille naar huis*

*terugkeerde! (Kayla Zegers behaalde brons; Simone Ritzer en Lonneke Scheper gingen met zilver om hun nek naar huis!)*

*26 medailles in 1 seizoen, dan mag je toch van een superteam spreken!*

*Judith, Sanne en Patricia zijn in elk geval heel trots op jullie. Maar zeker ook op de meiden die niet in het medaille rijtje staan. Iedereen heeft een geweldig seizoen gedraaid en er is ook keihard voor gewerkt! Petje af hoor voor die mooie puntenlijsten die door iedereen gehaald zijn. Zeker als je weet dat een groot deel van de groep voor het eerst aan deze wedstrijden mee heeft gedaan! En dit harde werken heeft er voor gezorgd dat er voor het eerst in de geschiedenis twee meiden door naar de 4<sup>e</sup> divisie. Chapeau.*



## **Algemene ledenvergadering 2006**

*Tijdens de oudejaarsinstuif in de Ark op 29 december vond ook de jaarlijkse Algemene Ledenvergadering plaats. Naast de gebruikelijke mededelingen over het batig saldo en de voortzetting van het ingeslagen beleid zijn er drie punten besproken waarvoor instemming is verleend door de vergadering.*

- 1. De jaarlijkse contributieverhoging volgt wederom de CBS-index, zijnde 1,8% dit jaar. Ze worden € 107, 161, 208, 107, 76. Het inschrijfgeld wordt € 10.*
- 2. De vrijwilligers-compensatie geldt vanaf 1 september 2007. Zijnde 15% over de nominale contributie per vrijwilliger per jaar. De vrijwilligers-compensatie geldt voor terugkerende activiteiten als vastgelegd in het (nieuwe) huishoudelijke reglement.*
- 3. De huidige statuten en huishoudelijk reglement (1979) zullen in seizoen 2007/2008 worden aangepast aan de "moderne eisen van deze tijd". Uiteraard wordt e.e.a. nog voorgelegd aan de leden.*

*De kascontrolecommissie heeft de boekhouding goedgekeurd en de leden hebben de penningmeester decharge verleend, waarvoor dank. Een aantal ouders heeft zich aangemeld om meer te helpen.*



*De voorbereidingen voor de Oudejaarsinstuif. Vlnr Jasmijn, Chrisje, Marie-José en Fleur.*



*Etentje als afscheid van de "oude" Jeugdcommissie.*

## **Special Gym in Malden**

### **Zomaar een les**

*Op donderdag om 5 uur, in de Veldschuur, zit Sparta's kleinste groep. Het is een Special gym groep, en momenteel bestaat deze uit 6 leden. 6 enthousiaste jongens zijn wekelijks bezig met het beoefenen van vele soorten sporten, met als hoofddoel: "Het verbeteren van de motoriek en vergroten van het zelfvertrouwen". Deze groep zal dan ook nooit groter worden dan 10 leden, zodat er veel mogelijkheid is voor persoonlijke begeleiding. Hoewel zij veel in groepsverband werken, wordt er wekelijks gekeken naar de persoonlijke vorderingen van de jongens. Er wordt veelal aan de basis van de gymnastiek gewerkt, omdat dit ook de basis is van alle andere sporten. Denk maar aan lopen, rennen, vallen, springen, vangen, gooien, klimmen, mikken, balanceren, duikelen, maar ook teambuilding komt aan de orde! Het einddoel van deze groep zal dan ook een doorstroming naar een willekeurige sportvereniging zijn! De basis proberen wij met hen te leggen in de sportlessen, zodat zij met veel zelfvertrouwen aan een specifieke sport kunnen beginnen. Langer dan zo'n twee seizoenen zullen deze leden dan ook helaas niet blijven. Het is een erg leuke groep om mee te werken, omdat je wekelijks wel vorderingen ziet. De kinderen zijn ook erg gemakkelijk enthousiast te krijgen, omdat ze de aandacht krijgen die ze nodig hebben om individueel te groeien! Wat is er nou mooier, en gezonder dan een blij, sportend kind!*  
*Patricia*

---

## **Stoppen met turnen bij Sparta?**

*Om welke reden dan ook kan het zijn dat je wilt stoppen met turnen. Jammer natuurlijk, maar het kan. De lessen kosten geld als je lid bent en als je niet goed wordt uitgeschreven blijft het dus geld kosten. Schrijf je wel op tijd uit als je echt wilt stoppen, anders lopen de kosten door. Voorin het boekje staat hoe het werkt, en natuurlijk staat het ook op je inschrijfformulier.*



**Elke verandering uitsluitend schriftelijk via de leden-administratie p/a Hans Goosen, Broerdijk 101, 6523 GS Nijmegen of [penningmeester@spartanijmegen.nl](mailto:penningmeester@spartanijmegen.nl)**

---

## **Vakantie-Acrobatische-Foto-Wedstrijd**

*Welk lid van Sparta maakt er tijdens de hele zomervakantie nou géén grappige acrobatische foto? Een bommetje in een zwembad. Handstand met enkele familieleden op een grote berg. Zweefstand op een bijzondere locatie. Gewoon iets bijzonders dus. Het bestuur daagt jullie ook dit jaar weer uit om je mooiste of origineelste zomerfoto naar ons op te sturen. We doen dat omdat we een hele grote Sparta-zomercollage willen maken van zoveel mogelijk acrobatische standjes van onze leden. Natuurlijk zullen we de mooiste foto belonen met een grote poster waar alle foto's bij elkaar staan, met jou als winnaar centraal. Laat jij zien dat je het ook kunt?*

### **Wel zijn er wat regels:**

- Je bent lid van Sparta en staat op de foto in een bijzondere stand of op een bijzondere locatie. (vasthoudhulp mag).
- Zoek een bijzondere vakantielocatie als achtergrond.
- Geef de plaats en datum van de foto, je naam en de maker van de foto op.
- Er mag worden gestuurd een foto van 10x15 cm of een digitaal bestand van minimaal 1,5 megapixels.
- De foto moet zijn ingeleverd of gemaald vóór 1 september 2007 naar de voorzitter.
- Patricia kiest de leukste foto uit (en daar kan niet over worden gecorrespondeerd).



### **Tips:**

- Er mogen ook meerdere leden, broers zussen en/of ouders gezamenlijk in acrobatische stand bij staan.
- Mooie of bekende gebouwen of beelden op de achtergrond.
- Gebruik het zonlicht goed (tegenlicht, schaduw, ondergaande zon).
- Denk ook eens aan water en de reflectie daarvan.

*Namens het bestuur wens ik je een fijne vakantie en een goede fotojacht. Eric Ritzer, [voorzitter@spartanijmegen.nl](mailto:voorzitter@spartanijmegen.nl)*

---

## **Wedstrijd verslag van Hannah**

*Hoi, ik ben Hannah Lucas. Ik zit in de B-selectie van Sparta. Ik heb op 10 maart van dit jaar een wedstrijd geturnd. En weetje ... ik ben daar 1<sup>e</sup> geworden. Ik kon het bijna niet geloven. Dat ik kon winnen van 57 kinderen. Op de 3<sup>e</sup> en 2<sup>e</sup> plaats stond een meisje van de Hazenkamp en de 1<sup>e</sup> plaats was voor Sparta. Ik dacht dat ik het niet zo goed had gedaan op mijn onderdeel brug. Maar ja, dat maakte dus niet uit. Ik ben blij dat ik 1<sup>e</sup> ben geworden. Vorige keer was ik 2<sup>e</sup> geworden en nu mag ik door naar de finale! Die is op 14 april. En daar ga ik heel erg mijn best voor doen. Groetjes Hannah.*

*Inmiddels heeft Hannah haar finale wedstrijd geturnd in Putten en ze is weer 2<sup>e</sup> geworden. Proficiat.*



*Hannah zit hier in het midden, tussen haar mede wedstrijdgenootjes*

---

## **Vrijwilligers bedankt**

**Eens per jaar worden ze in het zonnetje gezet**

*Een club zonder zijn vrijwilligers is als een motor zonder olie. Vrijwilligers zijn dus heel erg belangrijk. Dat je als vereniging uit een groot aantal ouders kunt putten die er tijd en energie in willen steken om onze turnvereniging te maken tot wat ze nu is. Dat is de reden dat we eens per jaar iets gezamenlijk doen. Dit jaar zal dat zijn op zondag 24 juni. Net als vorig jaar gaan we gezellig bowlen, daarna kletsen en genieten van een heerlijk gourmet.*

*Wie weet bent u er volgend jaar ook bij. **Bel ons gerust 377 11 33***

---

## **Even voorstellen**

*Mijn naam is Melanie van Grol en ben 17 jaar oud. Ik geef les op maandag, dinsdag en donderdag. Ik doe dit met veel plezier. Zelf turn ik op donderdag in Malden en zaterdag in de Turnhal. Ook spring ik op maandag tijdens de springgroep. Verder zit ik ook nog in de Evenementen Commissie. Hier bespreken en bedenken we leuke*



*ideeën die we met de leden kunnen gaan doen. Mijn hobby's zijn dan ook turnen, leuke dingen doen en winkelen. Ik volg bij de KNGU een opleiding basis lesgeven. Ik hoop dat ik deze opleiding volgend seizoen afgerond heb en de vervolgopleiding kan doen. Voor school volg ik een opleiding onderwijsassistent. Ik zit nu in het eerste leerjaar en heb er nog drie te gaan. Na deze opleiding zou ik nog graag de pabo willen volgen. Deze zomer ga ik in België op een camping animatiewerk doen en dat houdt in dat ik de kinderen en volwassenen moet gaan vermaken.*

*Heb er heel veel zin in. Ik wens iedereen ook alvast een fijne vakantie en hoop jullie volgend seizoen weer te zien in de lessen.*

*Melanie van Grol*

---

## **Hallo ik ben Lisanne**



*Ik ben Lisanne Roelofs en ik ben 12 jaar. Ik zit in de 1<sup>e</sup> klas van het Montessori College Kwakkenberg. Ik zit ongeveer 6 jaar op turnen, eerst bij Magic en nu bij Sparta waar ik ongeveer 3 jaar turn. Het leukste onderdeel vind ik de trampoline. Ik zit bij de recreanten groep in Malden samen met mijn vriendin Aline en mijn trainster is Mariska. Ik heb nog twee oudere zussen. Helaas hebben we geen huisdieren de vissen zijn overleden. Het kamp vond ik reuze leuk het was wel warm maar gelukkig waren er heel veel leuk spelletjes bij het meertje zodat we wat kon afkoelen.*



**Ik geef de pen door aan Lydia Windt**

---

## **Zomaar een les**

*Op maandag in de Ark van Oost staan de kinderen alweer voor de deur te trappelen om de gymzaal in te mogen. Altijd weer moeten zij wachten tot de voetballers uit de zaal vertrekken. Zij hebben er weer veel zin in vandaag. Wat gaan we doen juf? Dat is ongeveer beetje de standaard vraag elke week. Eerst maar eens de toestellen opbouwen en daarna gaat de juf uitleggen wat de bedoeling is. De pre-selectie is een nieuwe groep die dit seizoen is gestart. Allemaal jonge meisjes die gaan oefenen maar ook zeker gaan uitproberen of zij van turnen een wedstrijdsport willen gaan maken. Zij besteden veel aandacht aan de uitvoering van alle basiselementen. Zo leren zij dat een handstand niet zomaar op je handen staan is, maar dat er ook nog een rechte rug bij hoort en het aanspannen van alle spieren in je lijfje ook heel belangrijk is. Zo kunnen zij later van de handstand, een handstand op de balk of brug leren of misschien wel een handstand met een hele draai op de vloer. Dat gevoel van een goede handstand, leer je natuurlijk ook pas wanneer je deze beweging voldoende hebt geoefend. Niet zomaar 10 keer, maar vaak pas na 200 keer. Hard werken dus! Behalve de simpele dingen, zijn we ook al heel veel bezig met hele oefeningentjes op alle toestellen. Wanneer je de dingen goed kunt, moeten ze ook nog op de juiste manier aan elkaar worden geplakt! Natuurlijk hoort het leren van nieuwe dingen ook in onze training. Die zijn soms best wel spannend, zeker wanneer je nog zo jong bent. Maar dan worden de kinderen vaak door 4 handen opgevangen en geeft dat net dat beetje vertrouwen dat het wel gaat lukken. Hoewel de meeste kinderen pas 6-7 en 8 jaar zijn, is het een heel erg hard werkend groepje! Zij willen allemaal heel hard oefenen om net zo goed te worden als onze grote meiden, die dan ook een deel van hun training aanwezig zijn!*

---

## **Sparta top 10 van de Jeugd Leden**

1. Jeckyll en Hyde – Freefall
  2. Xyp – Confessions
  3. Gerard Joling - Maak Me Gek
  4. Robbie Williams - She's Madonna
  5. Sharon Kips - A heartbreak away
  6. G. Stefani ft Akon - The Sweet Escape
  7. Cascada - Miracle
  8. Joss Stone - Tell me about it
  9. Kaiser Chiefs - Ruby
  10. DJ Porny - Me so horny
-

## **Rohnrad-turnen bijzondere ervaring**

**JeugdCommissie organiseerde weer een bijzondere workshop**

*Ik ben Simone en heb de eer om een mooi verhaaltje te schrijven in dit boekje over de workshop Rohnrad-turnen. Ik zit ook in de JeugdCommissie, en heb dus meegeholpen met het organiseren van deze workshop. 3 jaar geleden hebben we ook al een dergelijk zelfde workshop georganiseerd. Dit was toen een groot succes, net als afgelopen keer! We verzamelden 26 mei bij de Ark van Oost, om gezellig met zijn allen naar Oosterbeek te rijden. Daar aangekomen kregen we van een van de trainster een welkomst praatje. Ze vertelde dat een van hun turnster*



*afgelopen week 1<sup>e</sup> was geworden op het WK Rohnrad-turnen in Duitsland. Zij was de eerste Nederlandse die het WK Rohnrad-turnen won. Hierna werd de groep in tweeën gesplitst. Ik zat in de tweede groep. De 1<sup>e</sup> groep begon met een warming-up waarbij gebruik werd gemaakt van de raderen. Dit was heel bijzonder en grappig. Hierna kon de eerste groep beginnen. Ik mocht, net als een paar andere grote meiden helpen met de kleintjes, dit vond ik erg leuk om te doen. Iedereen begon gemakkelijk, maar het werd toch snel moeilijker. Uiteindelijk stond je met zijn tweeën in één rad en één been los, of zat*



*je er met zijn tweeën in, en draaide je grote rondjes. Ik kreeg toen echt zo'n gevoel alsof ik in 'Pirates of the Caribbean 2' speelde, daarin rennen ze ook met z'n tweeën over zo'n rad. Hoewel we niet aan het rennen waren, was het toch een hele ervaring. Het einde was bijna aangebroken, maar toen vroegen ze of ik misschien iets wilde doen. Ik antwoordde daar 'ja' op,*

*maar wilde wel weten wat. Ze vertelden dat ik de spiraal mocht doen. Dit vond ik wel erg spannend, omdat Patricia dit ook mocht doen, en de geluiden die daarbij uit haar mond kwamen, en hoe ze er later over vertelde maakte me toch 'n beetje bang. Maar wie ben ik om te zeggen dat ik het niet zou doen? Dus daar ging ik... Ze vertelde dat ik me alleen moest spannen, en moest zorgen dat m'n hoofd niet op de grond kwam. Ik liet het gewoon gebeuren, en voordat ik het wist lag ik al op de grond! Ik vond dit erg leuk om te doen, en het was niet eens zo eng als ik dacht. Als afsluiting gingen we met z'n allen op de foto, op, in voor, achter en naast het rad natuurlijk. Ik vind het zeker voor herhaling vatbaar!*

*Simone Ritzer*

*P.S. Iedereen die mee is geweest mag nog een keer een proefles nemen! Vergeet dit niet, wel jammer dat het helemaal in Oosterbeek is.*

---

## **Sanne Omnibus**

**Heerlijke boeken om lekker te lezen tijdens je vakantie**

*Nu in één band verkrijgbaar de eerste drie verhalen over het turntalent Sanne. **1<sup>e</sup> Sanne turnt naar de top – 2<sup>e</sup> Sanne gaat voor goud – 3<sup>e</sup> Sanne steelt de show***

*Het verhaal gaat over Sanne. Ze is gek op turnen. Samen met haar beste vriendin Marieke traint ze een paar keer per week. Volgens haar turnjuf heeft Sanne veel talent en kan ze het heel ver schoppen. Sanne doet dan ook regelmatig mee aan wedstrijden. Behalve in de turnzaal, maakt Sanne op school met haar vriendinnen van alles mee.*

*Schrijfster Paula van Manen  
Uitgeverij De Fontein Jeugd  
ISBN 9789026131592  
Prijs rond de 15,00 euro*

*Er zijn nog twee titels verschenen:  
Deel vier: Sanne op zomerkamp, ISBN 9026131097  
Deel vijf: Sanne in de selectie, ISBN 9026131720  
De eerste drie boeken zijn ook los te koop.*



## **Sparta lessen vol muziek**

*De JeugdCommissie zorgt voor  
regelmatige inbreng van moderne muziek.*

***Neem dus gerust eens leuke muziek mee  
om tijdens de lessen te draaien.***

***De Sparta Top-5 is nu:***

- 1. Rihanna featuring jay-z - Umbrella***
- 2. Jeckyll & Hyde - Freefall***
- 3. Nelly Fortado - Say it Right***
- 4. Beyonce & Sharkira- Beautiful Liar***
- 5. Nienke - Het huis Anubis***



---

## **Contributie en betaling 2007/2008**

*Afgelopen jaar bleek het, evenals voorgaande jaren, moeilijk om alle contributies te innen. Het bestuur, gewoon net als U ouder van een verenigingslid, geeft veel van hun vrije tijd aan Sparta-Nijmegen. Met plezier uiteraard. Maar in sommige gevallen moet er erg veel tijd en moeite gestoken worden om de contributie te kunnen innen. We missen hierdoor soms geld dat uiteraard door de andere leden betaald moet worden. Dat kan natuurlijk niet de bedoeling zijn. Daarom is besloten tijdens de ledenvergadering de contributie 1 maal per jaar automatisch te incasseren rond half oktober. Leden die later inschrijven betalen uiteraard naar rato per automatische incasso.*

## Wist je dat ...

- De bekende kledingvoorschriften ook weer in het nieuwe seizoen gelden?
- Dat een zwart broekje en een Rood Sparta T-Shirt of het bekende turnpakje is?
- Je tweede-hands pakjes via de website kunt aanbieden en kopen?
- Daar zeker gebruik van wordt gemaakt?
- Je ook een turnpakje kunt bestellen door een briefje te vragen bij de leiding?
- De workshop die de JC had georganiseerd heel succesvol was?
- Het bestuur op zoek is naar nieuwe bestuursleden?
- Sparta over een half jaar 110 jaar bestaat?
- De kinderen daar iets moois van gaan maken?
- U als ouder daar bij helpen kan?
- Op maandag 3 september de eerste lessen weer beginnen?
- De JeugdCommissie weer leuke activiteiten op de rol heeft staan?
- De eerste daarvan een Speeltuin middag is?
- Dit op zondag 23 september plaats zal vinden in De Blije Dries in Wijchen?
- Meer info daarover tijdens de eerste lessen van het nieuwe seizoen wordt gegeven?
- Gelijk na de zomer de GROTE CLUBACTIE weer begint?
- Al het verdiende geld direct weer voor de leden wordt gebruikt?
- De JeugdCommissie altijd iets leuks daarvoor bedenkt?

---

## Prijslijst Sparta-artikelen (prijzen in euro's)

T-shirts (kl. dan S)	10,00
Vanaf maatje S	12,00
Turnpakje (recreant)	33,00
Turnpakje (selectie)	38,00
Portemonnee	2,50
Pennen-etui	1,50
Sporttas	4,00
Zweetbandje 2 voor	6,50
Turn oorbellen	7,50
Turnketting roze	10,00
Turnketting zilver	12,50
Placemat	3,50
Sparta Pen	4,50
Musical 105-jaar DVD	7,50



De materialen zijn te bestellen via je leid(st)er, of via 024-344 5409  
of per mail [penningmeester@spartanijmegen.nl](mailto:penningmeester@spartanijmegen.nl)

---

## *Wegstreepuzzel*

S R A A J T S E E F  
S E L F E O R P P A  
Z W E E F S T A N D  
K O T S K E R L R T  
L A J N P I S O A B  
Y E N E A E H O L S  
S J E N U N L K I P  
P K E R D G E T A M  
R A R U T D D K A A  
I P T T G J I L W K  
N A K A E D E A Z R  
G T E M N B K B J E  
G R R O H N R A D B  
R A T L L A V U M U  
O P S P R O N G G P  
E S T I L S T A A N  
P A A D R A A P R !

*Diplomaturen*

*Jeugdkamp*

*Puberkamp*

*Jeugd*

*Rohnrad*

*Opsprong*

*Spartapakje*

*Springgroep*

*Mat*

*Brug*

*Speltak*

*Kip*

*Rekstok*

*Zwaai*

*Val*

*Paard*

*Rol*

*Strek*

*Proefles*

*Stilstaan*

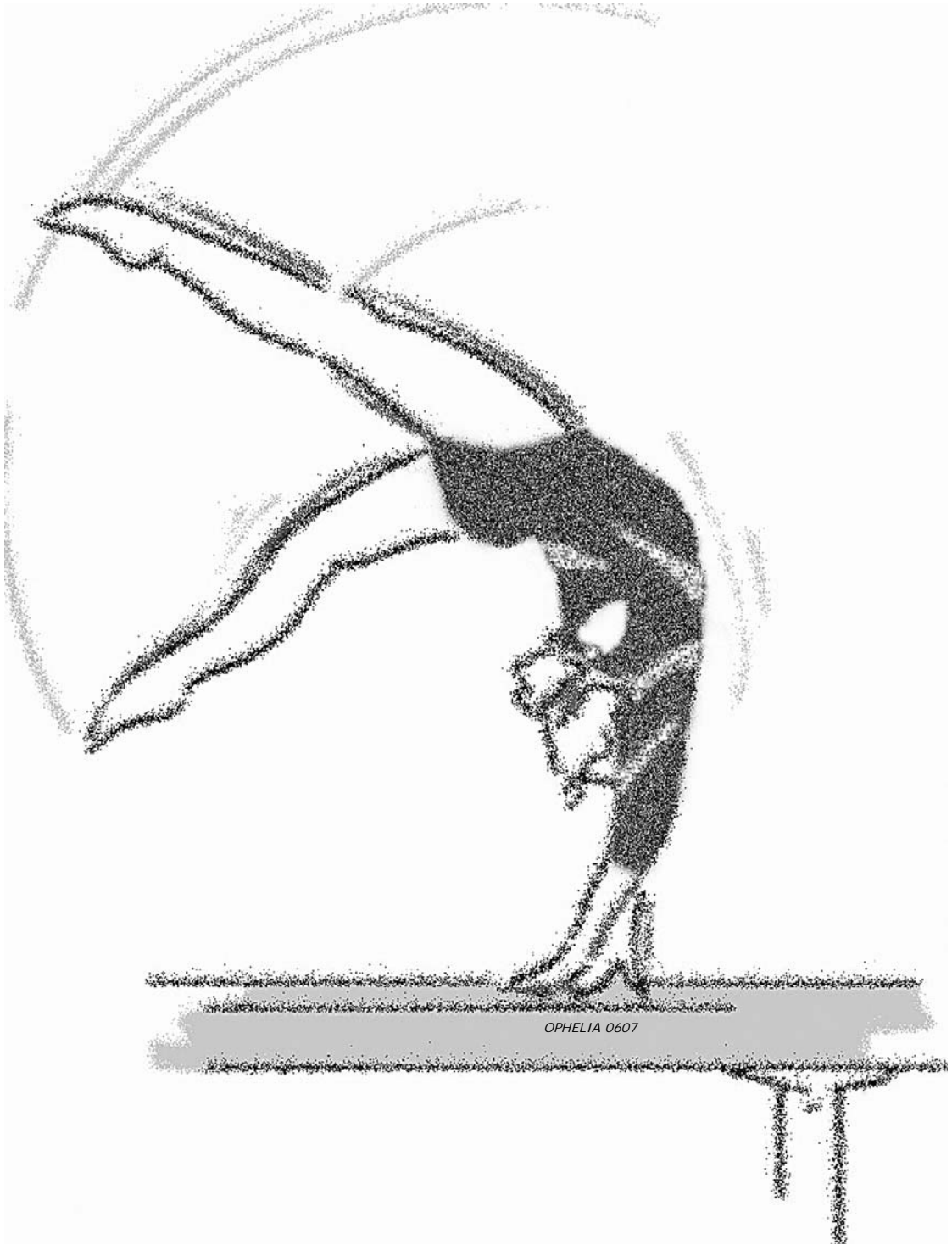
*Leertje*

*Feestjaar*

*Salto*

*Balk*

*Zweefstand*



OPHELIA 0607