TURNLUSTSCALA

clubblad CSAV Turnlust & st. De Draaikolk



jaargang 24 nr.1 oktober 2026

colofon

Dagelijks Hoofdbestuur CSAV Turnlust

Alg. voorzitter	Dhr. R. Slikker	tel: 06-39679772
Alg. secretaris	Mw. A.W. Winkelman	tel: 0223-630322
Alg. penningmeester	Mw. M.A.E. Wildenburg	tel: 0223-642239

Stichtingsbestuur SSJC De Draaikolk

Voorzitter a.i.	Dhr. R Notten	tel: 06-15657396

Verhuur Draaikolk:
verhuur@dedraaikolk.com

inhoud

Journalisten hartelijk dank voor je bijdrage.

2	Colofon	
3	Voorwoord Voorzitter	René Slikker
5	Draaikolk	Raymond Notten
7	Sponsoring	
8	Koersbal	Bert de Jong
	EHBO	Ton Bosma
9	Gymnastiek	Jolande van den Berg
10	Fotoclub	Ton Bosma
12	Vitaal en Fit	Janny Bosma
13	Gedachtengoed	
14	Informatie Gymnastiek	
15	Reclame	
16	De afdelingen	
18	Sportieve Sinterklaas	



website

Draaikolk: www.dedraaikolk.com
Webmaster: **Maeks Online.**

CSAV Turnlust: www.turnlust.com
Webmaster: **Marina Wildenburg**
Informatie en verslagen kunt u sturen naar: **mwildenburg@quicknet.nl**

kopij

Inleveren kopij (platte tekst) met foto's: Bij de redacteur voor 29 november 2026
Graag digitaal per e-mail: **bosma.t@quicknet.nl**



Beste leden van CSAV Turnlust,



Een ongeluk zit in een klein hoekje

Op het moment van schrijven probeer ik mijn werkzaamheden voor de vereniging weer langzaam op te pakken. Door een val van de trap heb ik op 7 september, volgens de medische term, “licht traumatisch hoofd/hersenletsel” opgelopen. In het ziekenhuis is mijn hoofd gehecht en ben ik verder lichamelijk gecontroleerd. Na een nacht in het ziekenhuis mocht ik gelukkig naar huis en inmiddels heeft de huisarts de hechtingen verwijderd. Door het ongeval heb ik mijn werk voor CSAV Turnlust in de maand september op een laag pitje moeten zetten om rust te geven aan het herstelproces.

4V’s - basiseisen sociale veiligheid

CSAV Turnlust vindt sociale veiligheid voor alle betrokkenen van belang. Op grond van de 4V’s geven we hieraan als vereniging invulling.

De vier basiseisen bestaan uit:



- **Vastgestelde gedragscode:** Een door de club vastgesteld set regels die aangeeft welk gedrag wel en niet is toegestaan op en rond het veld, in de kleedkamer en online.
- **Vertrouwenscontactpersoon (VCP) op de club:** Een veilig en laagdrempelig aanspreekpunt binnen de vereniging waar sporters, ouders of vrijwilligers terecht kunnen met vermoedens, vragen of klachten.
- **Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG):** Het actief aanvragen en controleren van een VOG voor iedereen (zoals trainers, coaches en vrijwilligers) die met kwetsbare groepen of jeugd werken.
- **Vakkundige trainer-coaches:** Trainers en begeleiders die oog hebben voor een veilig sportklimaat, deskundig zijn in hun begeleiding en handelen volgens de normen van de sport

Met de hulp van Team Sportservice geven we invulling aan deze basiseisen. Afgelopen periode hebben we hiervoor onze gedragscode vernieuwd met daarin onder andere aandacht voor de omgang met sociale media binnen de vereniging. Onze nieuwe vertrouwenscontactpersoon, Marijke Popma, gaat op 31 oktober 2026 een training volgen via team sportservice. Heb je een klacht of ander probleem dan kun je haar bereiken via het emailadres vertrouwenscontactpersoon@turnlust.com. De vereisten voor de Verklaring Omtrent Gedrag en vakkundige trainer-coaches waren al ingevoerd en worden, waar nodig, periodiek vernieuwd.

Grote clubactie

Ook dit jaar doen we weer mee met de grote clubactie.

Het is de bedoeling dat we de opbrengst gebruiken voor de aanschaf van een “verenigingsbatterij”. Deze is bedoeld om de opgewekte energie van de zonnepanelen op te slaan. Zo kunnen we blijven besparen op de energiekosten wanneer de overheid de salderingsregeling heeft afgeschaft. Nog geen lot gekocht? Scan dan onderstaande barcode en koop online een lot!



(Vervolg op pagina 4)

(Vervolg van pagina 3)

Sponsorkliks in whatsapp groep

Hebben jullie een whatsapp groep als afdeling? Deel dan onderstaande link en zet deze vast voor de leden, met je bestelling gaat jouw steun direct naar CSAV Turnlust.
www.sponsorkliks.com/?skid=7247&src=whatsapp

Gratis Fruit actie



Van Sportservice ontving ik onderstaande bericht:
"Tijdens de Nationale Sportweek, van 18 t/m 27 september, slaan Team Sportservice en JOGG de handen ineen om sportclubs in de gemeente Den Helder te voorzien van een frisse start van het seizoen. Met behulp van het Sportakkoord Den Helder krijgen de eerste 20 sportclubs bij aanmelding tot 100 euro aan gratis fruit. " Ik heb onze vereniging hiervoor aangemeld en zat bij de eerste 20!

De kinderen van de afdeling gymnastiek hebben ervan genoten!

Nattigheid biljartzaal



Na het zomerverlof is geconstateerd dat er een flinke lekkage is in onze biljartzaal. Dit probleem heeft zich vaker voorgedaan maar helaas is het lastig om de oorzaak van de lekkage te achterhalen. We houden het bestuur van de afdeling op de hoogte van de verdere ontwikkelingen om dit probleem op te lossen.

Hulp

Al eerder heb ik een oproep gedaan voor meer hulp om onze vereniging in leven te houden. Op dit moment doen we een groot beroep op een kleine groep vrijwilligers. Mede door mijn ongeluk is me het nog duidelijker geworden dat er aanwas noodzakelijk is om:

- Het verenigingsgebouw (en de kantine) open te stellen;
- Het uitvoeren van klusjes in en om het gebouw (schoonmaak en onderhoud);
- Het notuleren van vergaderingen en mail in behandeling nemen;
- Het organiseren en begeleiden van de activiteiten van de afdelingen;
- Het bijhouden van de administratie.



Neem contact met mij of een van de bestuursleden op als je bij een van deze activiteiten wilt helpen!



Met vriendelijke groet,

René Slikker
Voorzitter C.S.A.V. Turnlust
e-mail:
voorzitter-turnlust@turnlust.com

Terugblik op De Zilverweek 2026
Wat hebben we weer genoten tijdens
De Zilverweek 2026, die plaatsvond van maandag 20 juli tot en met vrijdag 24 juli.
Vijf dagen lang stond De Draaikolk in het teken van ontmoeting, bewegen, muziek, gezelligheid, informatie en vooral het samenzijn. Jong en oud, bezoekers, vrijwilligers, artiesten en organisaties hebben er samen voor gezorgd dat deze week opnieuw een groot succes werd.



De week begon op maandag direct met een hoogtepunt.
Tijdens een geweldig optreden van Dick Raat zat de sfeer er vanaf de eerste minuut goed in.
Met zijn enthousiasme, herkenbare muziek en betrokkenheid wist hij iedereen mee te nemen in een middag vol plezier. Er werd uit volle borst meegezongen, gelachen en genoten. Het publiek kreeg er geen genoeg van en had nog uren willen doorgaan.

Dankzij het vervoer van Omring konden ook verschillende bewoners van Het Landhuis aanwezig zijn, waardoor nog meer mensen konden meegenieten van deze bijzondere middag.



Dinsdag stond in het teken van leren, ontmoeten en ontspannen. Tijdens de bijeenkomst van de fotoclub kregen deelnemers handige tips om met hun mobiele telefoon nog mooiere foto's te maken. Er werd direct geoefend met verschillende voorwerpen die speciaal waren klaargezet. Ook bracht de politie een bezoek met een interessante voorlichting over nepagenten, digitale fraude en andere vormen van oplichting. Na de gezamenlijke lunch werd er volop genoten van de muziekbingo.
Op de klanken van bekende nummers uit de jaren zestig, zeventig en tachtig werd enthousiast meegezongen en gestreden om de prijzen. Een bijzonder moment ontstond toen de winnares van de hoofdprijs haar prijs schonk aan een echtpaar dat hun 59-jarig huwelijksjubileum vierde. Een prachtig gebaar dat perfect liet zien waar De Zilverweek voor staat: aandacht voor elkaar.

Woensdag begon ontspannen met koffie, spelletjes en veel gezelligheid. Aan de spelletjestafels werd fanatiek gerummikubd en gesjoeld, terwijl in de sportzaal de badmintonners van Turnlust klaarstonden om samen met bezoekers een shuttle te slaan. Voor sommigen was het een hernieuwde kennismaking met de sport, voor anderen een kans om hun vaardigheden nog eens te laten zien. In de middag volgde opnieuw een absoluut hoogtepunt.
Het cabaretduo Golden Oldies wist met humor, muziek en herkenbare sketches het publiek mee terug te nemen naar vroeger. Bekende scènes uit onder andere Ja Zuster, Nee Zuster en De Schaap met de Vijf Poten zorgden voor veel herkenning en vrolijke reacties. Er werd niet alleen gelachen

(Vervolg op pagina 6)

(Vervolg van pagina 5)



en gezongen, maar zelfs enthousiast mee gerinkeld met koebellen tijdens het Nummer Costa del Sol.
Dankzij Omring konden ook deze middag bewoners van Het Landhuis aanwezig zijn. Het werd een middag vol warmte, nostalgie en onvergetelijke herinneringen.

Ook donderdag stond bol van de activiteiten. De leden van de biljartafdeling van Turnlust maakten opnieuw tijd vrij om bezoekers kennis te laten maken met de biljartsport. Onder deskundige begeleiding werden mooie ballen gestoten en kregen deelnemers waardevolle tips. Daarnaast verzorgde de brandweer een boeiende voorlichting over veilig wonen. Met praktische adviezen leerden bezoekers meer over brandveiligheid en het voorkomen van risico's in huis.



Na de lunch volgde Vitaal en Fit , waarbij bewegen en plezier centraal stonden. Iedereen deed op zijn eigen niveau mee. Ook deelnemers met een rollator lieten zien dat actief blijven voor iedereen mogelijk is.
Het was een dag waarop gezondheid, veiligheid en plezier mooi samenkwamen.

Vrijdag brak helaas alweer de laatste dag van de Zilverweek aan. Onder het genot van een kop koffie en een heerlijke stroopwafel werd nog eens teruggekeken op alle mooie momenten van de week. Daarna verzorgde Jan Plomp een energieke aerobicsles, waarbij enthousiast werd meegedaan en vooral veel werd gelachen. Na opnieuw een gezellige gezamenlijke lunch volgde de feestelijke afsluiting. De band NewBorn The Next Generation zorgde voor een fantastische slotmiddag. Al snel vulde de zaal zich met muziek, zang en dans. Er werd uitbundig genoten en nog één keer kwam alles samen wat De Zilverweek zo bijzonder maakt: plezier, verbinding en gezelligheid.

Wanneer we terugkijken op deze vijf dagen zien we veel meer dan alleen een activiteitenweek. We zien nieuwe ontmoetingen, oude herinneringen die weer boven kwamen, mensen die samen lachten, leerden, bewogen en genoten.
We zien vrijwilligers die zich met hart en ziel hebben ingezet, organisaties die hun kennis hebben gedeeld en artiesten die voor onvergetelijke momenten hebben gezorgd. Maar bovenal zien we bezoekers die met hun enthousiasme, betrokkenheid en aanwezigheid De Zilverweek hebben gemaakt tot wat zij was: een warme, vrolijke en bijzondere week.
Onze grote dank gaat uit naar alle vrijwilligers die hebben bijgedragen aan het succes van deze editie.
Ook willen wij onze sponsors hartelijk bedanken: Gemeente Den Helder, Rabobank en onze hoofdsponsor Deko Alarm & Beveiligingstechniek BV. Dankzij hun steun kon deze week worden georganiseerd.

(Vervolg op pagina 7)

De Zilverweek 2026 was een week vol muziek, beweging, informatie, vriendschap, plezier en onvergetelijke herinneringen. Een week waar we met trots op terugkijken en die nog lang zal nazinderen bij iedereen die erbij was.
Dank aan iedereen die deze week mogelijk heeft gemaakt.
Wij kijken nu al uit naar De Zilverweek 2027 !!!

Groet, Raymond Notten





sponsoring

SponsorKliks
Om de contributie zo laag mogelijk te houden heet onze vereniging extra geld nodig, Dit geld kunt u op een eenvoudige manier **GRATIS** verdienen!
Als u online inkopen doet gebruik dan de app van **SPONSORKLIKS**

www.sponsorkliks.com. En meld je aan bij: **CSAV Turnlust**
En bestel dan bij uw webwinkel.

SponsorKliks
Gratis sponsoren!

Vriendenloterij
Voor elk gekoppeld lot krijgt de vereniging ongeveer 40% van de waarde van je lot, dit is per lot € 6,51 gratis geld voor de vereniging.
Koppel je lot door te bellen naar 088-0201020 en geef de code van Turnlust door: 22509. Dit kan ook via het contactformulier op de website van de vriendenloterij.

VRIENDEN LOTERIJ

Vomar
Bij de **VOMAR** kan de klantenkaart gekoppeld worden,
We ontvangen dan een klein percentage van uw besteding!
Je meld je aan bij Turnlust. Het wachtwoord is: **TUJUL2021**

Vomar VOORDEELMARKT

Daarnaast kan je de vereniging ook steunen door loten te kopen van de Nationale Grote Clubactie of als je lid bent van de Rabobank te stemmen op CSAV Turnlust (en de Draaikolk) bij de Rabobankclubsupport. Ook hier krijgt de vereniging gratis geld binnen.

Hartelijk dank voor uw moeite en wij zijn er blij mee!!!

koersbal

Beste koersbalvrienden.

Toen De Draaikolk dicht ging in verband met de zomervakantie, werden we gevraagd om nog een week door te gaan.
Dat was tijdens De Zilverweek. In deze week stond elke sport een dag in de belangstelling.
Koersbal was op maandag 20 juli present. Er was veel belangstelling om het koersbalspel te proberen. Henk Tamboer en ik hebben een leuke ochtend gehad. De week werd afgesloten met een heerlijk buffet. Misschien is de week voor herhaling vatbaar!
Intussen zijn we weer aan het koersballen en hebben op 16 oktober de clubkampioenschappen. Misschien zijn er net als vorige keer twee kampioenen? Afwachten maar .
Bij de volgende uitgave hoor je er meer over.



Groetjes Bert de Jong voorzitter Koersbal.

hoofdbestuur

EHBO cursus.
Op 26 september hebben een veertiental leden van Turnlust de jaarlijkse reanimatie en EHBO cursus gevolgd. Onder de bezielende leiding van Ellie Barends werden de deelnemers bijgeschoold voor de hulp bij ongelukken tijdens de lessen en natuurlijk ook in de huiselijke sfeer. Omdat dit jaar geen lotusslachtoffer beschikbaar was, moesten sommigen van ons een slachtofferspelen.. Zij trakteerden de andere aanwezigen op allerlei wonden kneuzingen enz. We kregen weer een update hoe men moet handelen bij een ongeval, zoals het alarmeren van de ambulance.
Na een heerlijke lunch bekwaamden we ons in de reanimatie met de AED.. We besloten de middag met een EHBO dominospel waarin de behandelde stof terug kwam
We hebben door deze middag bij Turnlust vele deskundigen bij.

Ton Bosma







Onderlinge turnwedstrijd CSAV Turnlust

Op 20 juni 2026 vond de derde onderlinge gymwedstrijd plaats in de Draaikolk.
Het was een gezellige en sportieve middag, waarin de turnsters en turner van verschillende niveaus hun oefeningen mochten laten zien.
In totaal deden 42 deelnemers mee, verdeeld over niveau 7 tot en met niveau 1.
Iedereen zette zijn of haar beste beentje voor mooie cijfers en natuurlijk de eer.
De deelnemers kwamen uit op de wel bekende turnonderdelen: vloer, brug, balk en sprong. Op elk onderdeel konden de deelnemers laten zien wat zij het afgelopen seizoen hadden geleerd en geoefend. Er waren mooie oefeningen, spannende momenten en natuurlijk hier en daar ook een klein foutje. Maar vooral was te zien hoeveel plezier de deelnemers hadden.
Aan het einde van de wedstrijd was het tijd voor de prijsuitreiking. Naast de resultaten per niveau stond ook de wisselbeker centraal, die de onderlinge wedstrijd extra bijzonder maakt.
Het was een geslaagde en gezellige afsluiting van het gymseizoen. Alle 42 deelnemers mogen trots zijn op hun inzet en prestaties.
Ook een groot dank je wel aan de trainers, juryleden, wedstrijdleiding, telcommissie en vrijwilligers die hebben geholpen om deze wedstrijd mogelijk te maken.
Op naar een nieuw turnseizoen!



Podium Uitslagen van deze dag

<u>Niveau 7</u>

1e plaats Kim Siemens	29,00 punten
2e plaats Salwa Amoun	26,50 punten

<u>Niveau 6 : 6-7 jaar</u>

1e plaats Isabella Willemse	31,30 punten
2e plaats Luyou Ma	31,00 punten
3e plaats Noa Vos	30,70 punten

<u>Nivau 6 : vanaf 8 jaar</u>

1e plaats Zoey Immens	31,20 punten
2e plaats Cathalea Groot	31,10 punten
3e plaats Maaike de Man	31,00 punten

<u>Niveau 5 : 6 jarigen</u>

1e plaats Loïs Oudelaar	32,10 punten
2e plaats Ruby Prins	31,70 punten
3e plaats Tess Boes	30,20 punten

<u>Niveau 5: vanaf 7 jaar</u>

1e plaats Sofie Kompier	31,70 punten
2e plaats Sophia Boeseken	29,60 punten
3e plaats Savira Hoffard	27,50 punten

<u>Niveau 4 : 6 t/m 8 jarigen</u>

1e plaats Lynn Bron	31,00 punten





(Vervolg op pagina 10)

(Vervolg van pagina 9)

2e plaats Sherelyn de Geele 30,90 punten



Niveau 4 : vanaf 9 jaar
1e plaats Stella Molenaar 31,90 punten
2e plaats Lisa van Omme 30,50 punten
3e plaats Jennessy Bot 30,20 punten

Niveau 3: t/m 9 jaar
1e plaats Nieke Wester 30,40 Punten
2e plaats Joosey Terpstra 29,90 Punten
3e plaats Daniela Manuela 29.50 punten

Niveau 3 : vanaf 10 jaar
1e plaats Danique Bailly 33,10 punten
2e plaats Roxanne van Wolferen 32,40 punten
3e plaats Anouk de Man 32,30 punten
3e plaats Feline Okkerse 32,30 punten



Niveau 2
1e plaats Lily Ouwens 31,70 punten
2e plaats Noortje Koopman 31,60 punten
3e plaats Hily van Mullem 31,00 punten

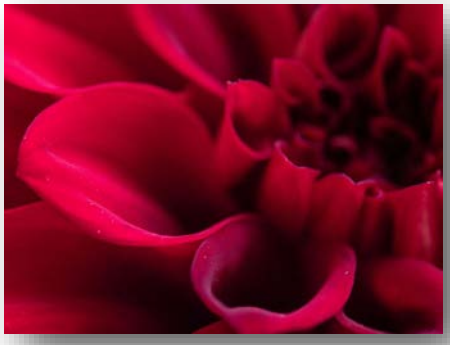
Niveau 1
1e plaats Norah Nijkamp 43,90 Punten
Tevens winnaar van de wisselbeker

Jongens
1e plaats Thymen Bernabela 36,70 punten (inclusief ringen)

Jolande van den Berg

fotoclub

Tijdens de laatste bijeenkomst voor de zomervakantie kregen we de opdracht mee om foto's te maken met kleurcontrasten en of contrast is scherpte en diepte.
Ook kwamen verschillende leden bij elkaar om de opdracht te oefenen.



Kleurcontrast en macro
Foto René Slikkker

(Vervolg op pagina 11)

(Vervolg van pagina 10)



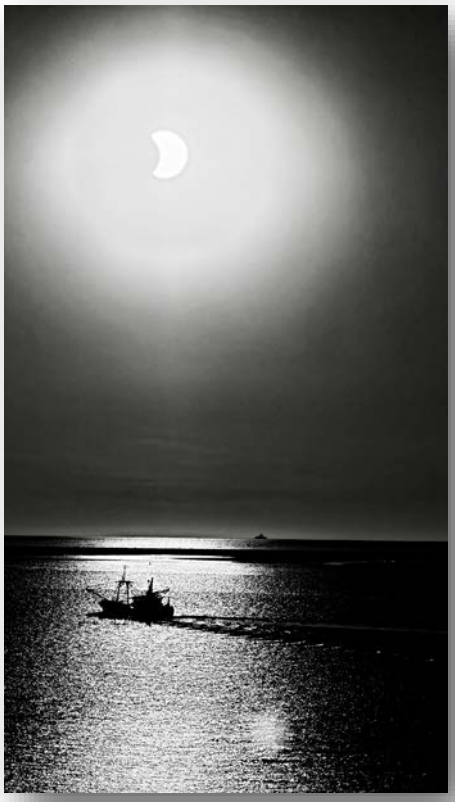
Ook mochten er vakantie foto's bij . Hier een foto's van een typisch Schots huis van tijdens de vakantie van Ron van den Berg.

Soms is het bij de fotografie een kwestie van geluk en volhouden. Door de warmte op de camping waar Ton Bosma verbleef waren er veel libellen te zien. Deze diertjes zijn heel beweeglijk, maar na vele pogingen lukte het hem op deze op de gevoelige plaat te zetten.



Vlak na de vakantie werden we getrakteerd op een zeldzaam natuurverschijnsel. De zonsverduistering Vele Jutters trokken naar Huisduinen om dit vast te leggen.
De fotoclub werd door Jolanda Jacobs uitgenodigd om bij haar thuis mooie foto's te maken over het Marsdiep .

Dit is het prachtige resultaat van Peter Koekebakker



Heeft u bij het zien van deze opnames ook zin om zich te verdiepen in de fotografie kom dan eens langs tijdens een van onze clubavonden op de laatste woensdag van de maand in De Draaikolk. Daar worden ook vele foto's van de club tentoongesteld

Kom eens kijken of mail naar onze voorzitter

René Slikker e-mail: voorzitter-focus@turnlust.com

Ton Bosma

TURNLUST FOCUS

De leden van de afdeling Vitaal en Fit zijn na de zomervakantie weer enthousiast aan het sporten geslagen. Er is op bijna alle lesuren wel wat veranderd vanaf september.

Kelvin Korver, de trainer van de woensdagmiddag kreeg een andere baan en kon daardoor de lessen niet meer geven. Gelukkig hebben we een (tijdelijke) vervanger gevonden: Fred Schonenberg gaat voortaan de leden van de woensdag in beweging zetten. Fred, heel veel succes en vooral veel plezier ermee!
Kelvin, heel erg bedankt voor de lessen en de gezelligheid die je hebt gegeven. En veel succes in je nieuwe baan!

De lessen onder leiding van Janny Bosma hebben allemaal een tijdelijke vervanger. Zij moest een heupoperatie ondergaan en zal nog een paar weken moeten revalideren.

De Vitaal en Fitlessen op de dinsdagmiddag en de donderdagochtend worden begeleid door Ton Bosma. De rollatorgym is onder de hoede van Jolande van den Berg, De Zit-Fit leden worden in beweging gezet door Saskia van den Tooren. En de conditie van de dames van de woensdagochtendgym wordt op peil gehouden door Kim van den Berg.

Fijn dat alle lessen gewoon doorgaan en aan alle vervangers: heel erg bedankt!
En aan alle sporters: Zet 'm op!!

Janny Bosma





Verjaardagspraat

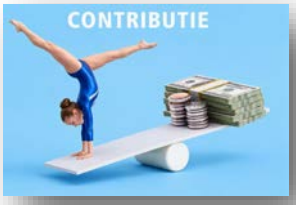
Ze zijn een grote hechte familie. Oom Henk is filosoof en valt een beetje uit de toon. Al jaren wordt over hem geroddeld. Als enige bezoekt Henk vaker niet dan wel de verjaardagen. En generaties lang is het een ongeschreven wet in de familie dat je op elkaars verjaardag komt!
Ingrid is de vrouw van Henk. Ze zit met een groot dilemma. Ze wordt bijna iedere verjaardag aangesproken op het wangedrag van haar man: “Waar is Henk, heeft hij het weer te druk? Is Henk er niet bij, vindt hij filosoferen belangrijker dan de familie?”
Deze keer heeft Ingrid Henk overgehaald om mee ‘op verjaardag’ te gaan: “Peter is je tweelingbroer, je kunt het niet maken er niet bij te zijn.”
Ingrid oogt opgelucht, want ze heeft haar man meegekregen. Henk gaat met frisse tegenzin, want verjaardagpraat en verjaardaggedoe, daar is hij eenmaal allergisch voor.
Even later zitten de familieleden in een grote kring. “Hé Henk, ben jij er ook bij?” Henk knikt en zegt niet zoveel. Gelukkig is de wijn die geschonken wordt best redelijk. Dat verzacht zijn verloren avond een beetje.



“Hoe gaat het eigenlijk met je dochter?, vraagt een familielid aan een schoonzus. “Oh, met mijn dochter gaat het fantastisch en ze is zo gelukkig! Haar man is een lot uit de loterij. Hij heeft zelfs een Kever Cabrio voor haar gekocht. Ze krijgt vaak de mooiste sieraden. De hele week houdt een hulp in de huishouding het huis schoon en wordt voor haar gekookt. Haar man brengt haar dagelijks ontbijt op bed. Mijn dochter komt voor de middag haar bed niet uit.”
“Hoe gaat het met je zoon?” Het blijft even stil. “Ach arme jongen. Ik heb het zo met hem te doen. De vrouw die hij heeft getrouwd is een ware plaag voor hem. Min zoon werkt zich nog eens dood. Ze moest zo nodig een gloednieuwe eigen auto. Elke keer als ik haar zie, heeft ze nieuwe sieraden om, terwijl ze geen cent inbrengt. Nu heeft ze ook nog een hulp in de huishouding genomen en ze komt voor de middag haar bed niet meer uit. Moet mijn knul alleen ontbijten en eerst alles zelf klaarzetten. ”Dat heet huwelijk!

Henk geeft de volgende dag een college met de titel: ”Aanhankelijkheid vertekent onze waarneming.”
Zijn voorbeeld zorgt voor een bulderend gelach in de collegezaal.

Uit “Doorstroming



informatie gymnastiek

C.S.A.V. Turnlust gym contributie
NL70RABO01431.98.246
Opzeggen VOOR 1 JUNI EN VOOR 1 DECEMBER
mw. J. van den Berg: 0652353156 of
e-mail: penningmeester-contibutiegym@turnlust.com

Gymnastiek t/m 15 jaar	€ 10,00
Ouder- en kindgym	€ 10.00
Gymnastiek vanaf 16 jaar	€12,00
Extra activiteit (per uur)	€ 8,50
Inschrijfgeld	€ 5,00

Twee leden per gezin betalen de volle contributie. Elk volgend gezinslid betaalt de halve contributie.
Bij het vaststellen van de reductie wordt uitgegaan van de volgorde in leeftijd van oud naar jong.

Lesrooster afdeling gymnastiek Locatie Draaikolk			
dag	tijd	Soort les	
maandag	18:30 – 19:30 uur	Rhönrad	Lobke Florussen
dinsdag	16:15 – 17:15 uur	Gym van 6 - 9 jaar	Kim van den Berg
	17:30 – 18:30 uur	Gym vanaf 9 jaar	Kim van den Berg
	18:30 – 19:30 uur	Rhönrad beginners	Lobke Florussen
	19:30 – 20:30 uur	Rhönrad gevorderden	Lobke Florussen
woensdag	9:00 – 10:00 uur	Conditietraining	Janny Bosma
	15:30 – 16:30 uur	Kleutergym	Brenda Bosma
	16:45 – 17:45 uur	Gym van 6 – 9 jaar	Brenda Bosma Jolande van den Berg
	18:00 – 19:00 uur	Gym 9+	Brenda Bosma Jolande van den Berg
donderdag	10:15 – 11:00 uur	Nijntje beweeglessen 1	Brenda Bosma
	11:00 – 11:45 uur	Nijntje beweeglessen 2	Brenda Bosma

Lesrooster afdeling gymnastiek Locatie Vogelzand			
dag	Tijd	Soort les	
donderdag	16:00 – 17:00 uur	Kleutergym	Jolande van den Berg
	17:00 – 18:00 uur	Gym 6 – 9 jaar	Jolande van den Berg
	18:00 – 19:00 uur	Gym vanaf 9 jaar	Jolande van den Berg
	19:00 – 20:00 uur	Gym vanaf 9 jaar (extra uur)	Jolande van den Berg



sponsoring

WATERSPORT ARTIKELEN
KLEDING
ZONWERING
ZEILMAKERIJ

Van Kalsbeek, Zuidstraat 90, 1781 BV Den Helder
telefoon (0223) 61 30 54
f **1781 ER Den Helder**



Daar krijgt u
een kleur van

PIETKARSTEN
WONINGINRICHTING

1781 BV Den Helder 0223-615773

wandbekleding ● verf ● zonwering ● kurk ● parket

sponsors draaikolk

aannemersbedrijf
wiggers b.v.
Tel. (0223) 61 33 20 - Fax (0223) 61 89 87
Mobiel (06) 53 43 88 06

TAYLOR
ELEKTROTECHNIEK BV
UNETO-VNI
Erkend Waarborg installateur
Drs. F. Bijlweg 238 Den Helder Tel 0223 637774

SponsorKliks

Dromen worden werkelijkheid
A. TUIN
DEN HELDER B.V.
AANNEMINGSBEDRIJF - TEL.: 0223 668685

DEKO
Alarm & Beveiligingstechniek BV
Brand & Veiligheidsadvies BV
Bewaking BV

KLANT IS KONING KAART
Vomar
VOORDEEL
MARKT

bestuur biljarten

Voorzitter:(A.I.) Dhr. J.P.H. van Gastel tel: 06-52340675
2e voorzitter
Secretaris : Dhr. H. de Boer
Penningmeester Mw. I v.d. Hert tel: 0223-618691



Speeldagen en tijden in het Sport- en Zalencentrum "De Draaikolk"

Maandag	13.00– 17.00 uur	Lesmiddag, Driebanden
	19.00 - 23.00 uur	Maandagavondclub
Dinsdag	13.00 - 17.00 uur	Dinsdagmiddagclub
Woensdag	19.00 - 23.00 uur	Woensdagavondclub
Donderdag	13.00 - 17.00 uur	Donderdagmiddagclub
Vrijdag	13.00 - 17.00 uur	Lesmiddag
	19.00 - 23.00 uur	Vrijdagavondclub

bestuur vitaal & fit

Voorzitter; Dhr. R. Notten
Penningmeester: Mw. M.A.E. Wildenburg tel: 0223-642239
Secretaris:



Speeldagen en tijden in het Sport- en Zalencentrum "De Draaikolk"

Maandagmiddag volwassenen	: 14.00 - 15.30 uur
Maandagavond volwassenen	: 20.00 – 21.30 uur
Dinsdagavond volwassenen	: 20.30 – 22.00 uur
Woensdagmorgen volwassenen	: 10.15 – 11.45 uur
Vrijdagavond volwassenen	: 20.00 – 21.30 uur

bestuur gymnastiek



Voorzitter*:* Mw. M. Bernabela
Penningmeester*:* Dhr. C. Bolster
Secretaris*:* Mw. J v.d. Berg tel: 06-52353156
Lestijden: zie elders dit blad

bestuur vitaal & fit

Voorzitter*:* Mw. J.A.G. Bosma tel: 0223-625751
Penningmeester*:* Mw. M.A.E. Wildenburg
Secretaris*:* Dhr. N. Angevare

Lestijden in het Sport- en Zalencentrum "De Draaikolk"



Dinsdagmorgen	10.00-11.00 uur	Rollatorgym
Dinsdagmiddag	14.00-15.00 uur	Beweeglessen 60+
Woensdagmiddag	14.00-15.00 uur	Beweeglessen 60+
	14.00-15.00 uur	Zit-Fit
Donderdagmorgen	09.00-10.00 uur	Beweeglessen 60+
Vrijdagmiddag	14.00-15.00 uur	Beweeglessen 60+

bestuur koersbal

Voorzitter	Dhr. B. de Jong	tel: 0223-864000
Secretaris	Mw. D. Krijns	
2e secretaris	Mw. R. van der Star	
Penningmeester	Mw. M.A.E. Wildenburg	



Speeldagen en tijden in het Sport- en Zalencentrum “De Draaikolk”:
Afdeling vrijdag van 13.15 – 16.00 uur

bestuur fotoclub

Voorzitter:	Dhr. R. Slikker	tel: 0223 -644007
Secretaris:	Dhr. T. Bosma	
Penningmeester:	Mw. M.A.E. Wildenburg	

Theorieavond in het Sport– en Zalencentrum “De Draaikolk”:
laatste woensdag van de maand 19.30– 22.00 uur. Praktijkmiddag in overleg.



Een drieluik van schilderijen van Henk Helmantel
Het thema was rood

Sportieve Sinterklaas

komt
in De Draaikolk

op zaterdag
28 november 2026
van 14.00-16.00 uur

zaal open: 13.30 uur

voor kinderen van gr.1 t/m gr. 8
van de basisschool

meedoen is:

GRATIS



opgeven via:
sportieve-sinterklaas@outlook.com

let op!!!
VOL IS VOL