



# TURNLUST

# SCALA

clubblad CSAV Turnlust



& st. Draaikolk



Jaargang 23 nr 4: april 2026



### 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: 0615657396

### Verhuur Draaikolk:

verhuur@dedraaikolk.com



**Journalisten hartelijk  
dank  
voor je bijdrage.**

- 2 Colofon
- 3 Voorwoord Voorzitter
- 4 Draaikolk
- 5 Sponsoring
- 6 Gymnastiek
- 7 Koersbal
- 8 Vitaal en Fit
- 9 Rollatorloop  
Zilverweek
- 11 Fotoclub
- 12 Biljarten  
De Draaikolk
- 13 Informatie Gymnastiek
- 14 Reclame
- 15 De afdelingen
- 16 Rollatorloop

René Slikker  
René Slikker

Jolande van den Berg  
Bert de Jong  
Nico Angevare  
Janny Bosma  
Henny Sandbrink  
Ton Bosma  
Jan van Gestel



**Draaikolk:** [www.dedraaikolk.com](http://www.dedraaikolk.com)  
Webmaster: **Maeks Online.**

**CSAV Turnlust:** [www.turnlust.com](http://www.turnlust.com)  
Webmaster: **Marina Wildenburg**

Informatie en verslagen kunt u sturen naar: [mwildenburg@quicknet.nl](mailto:mwildenburg@quicknet.nl)



**Inleveren kopij (platte tekst) met foto's: Bij de redacteur voor 6 juni 2026**

Graag digitaal per e-mail: [bosma.t@quicknet.nl](mailto:bosma.t@quicknet.nl)

## JAV 2026

Op vrijdag 20 maart 2026 is de jaarvergadering van de vereniging gehouden. Ik heb de vergadering geopend met een korte video over het internationaal jaar van de vrijwilliger. Het Internationaal Jaar van de Vrijwilliger is door de Verenigde Naties uitgeroepen, omdat vrijwilligers een onmisbare rol spelen bij het versterken van sociale samenhang, het bevorderen van bestaanszekerheid en het bouwen aan een rechtvaardige, veerkrachtige en duurzame samenleving. Dat geldt zeker voor onze vereniging. Ik ben dan ook blij dat tijdens onze jaarvergadering alle bestuursleden bij de vereniging zijn gebleven. Raymond Notten en Henk Hoorweg hebben bovendien het bestuur uitgebreid als respectievelijk voorzitter van stichting de Draaikolk en 2<sup>de</sup> penningmeester van de vereniging. Top!

Er lag weer een mooi boekje met de notulen en de jaarverslagen op tafel en de financiën over 2025 zijn tijdens de vergadering goedgekeurd. Helma en Marina bedankt voor jullie werk voor de vereniging!



### **Stille kracht**

De titel "Stille Kracht" staat symbool voor iemand die misschien niet altijd in de spotlights staat, maar wel een fundament vormt onder het succes en de sfeer van onze vereniging. Deze blijk van waardering is dit jaar tijdens de JAV als eerste uitgereikt aan Lobke Florussen.

Lobke heeft ongeveer 8 jaar geleden de rhönradlessen overgenomen van Janny en Ton Bosma. Ze verzorgt wekelijks met plezier de lessen rhönrad op maandag en dinsdag. Enorm verdient deze nieuwe titel!

### **Nieuwe vrijwilliger**

Al enige tijd draai ik mee in het team van de barmedewerkers. Ongeveer een maand geleden werd ik verrast door een bezoeker aan de bar. Ik vroeg hem of ik iets voor hem kon betekenen. Het antwoord was dat hij graag juist iets wilde betekenen voor de vereniging! Inmiddels draait hij, Eddy Brunel, een aantal weken mee tijdens de bardienst en wordt hij ingewerkt voor de functie van secretaris bij stichting de Draaikolk. Kijk, daar word ik blij van! In deze Turnlustscala stelt hij zich even kort voor.

### **Vier V's**

Samen met Team Sportservice Noordkop zijn we bezig met de sociale veiligheid van de vereniging. Als basis voor een sociaal veilig sportklimaat moeten de vier V's aanwezig zijn:

1. Vastgestelde gedragscode
2. Verklaring Omtrent het Gedrag
3. Vertrouwenscontactpersoon
4. Vakkundige trainer-coaches

*(Vervolg op pagina 4)*

(Vervolg van pagina 3)

Tijdens een eerste gesprek bleek dat de vereniging al voldoet aan deze eisen. Om de puntjes op de V te zetten gaat het dagelijks bestuur de komende tijd de vrijwilligersovereenkomst en gedragscode vernieuwen. Door een verhuizing van Lilyan Lensen hadden we op dat moment helaas alleen geen vertrouwenscontactpersoon maar binnenkort hopen we ook deze V weer in te hebben gevuld. Bedankt Lilyan dat je ons de afgelopen jaren hebt geholpen in deze rol!

### Zilverweek

In de zomervakantie organiseert stichting de Draaikolk in samenwerking met de vereniging de Zilverweek van maandag 20 juli tot en met vrijdag 24 juli. De JEVAK met dagelijks verschillende activiteiten maar dan speciaal voor ouderen (60+). Doe mee of kom helpen, zet het in je agenda. Meer informatie volgt...

### Sponsoring

Er zijn diverse manieren om de vereniging financieel te steunen via verschillende acties. We hebben deze mogelijkheden in deze Turnlustscala op een rij gezet zodat je op een makkelijke manier de vereniging kunt helpen. Alle beetjes helpen!

René Slikker  
Voorzitter C.S.A.V. Turnlust  
e-mail: [voorzitter-turnlust@turnlust.com](mailto:voorzitter-turnlust@turnlust.com)



**WIJ ZOEKEN JOU, ONZE NIEUWE:**

**BARMEDEWERKER**  
Voor de gezelligheid achter de bar. Kun je tappen, lachen en luisteren? Dan ben je al halverwege.

**BARBEHEERDER**  
Iemand met overzicht, flair en een sleutelbos. Jij houdt de bar draaiende – met korte lijntjes en lange koffie.

**SCHOONMAKER**  
De stille held van De Draaikolk. Jij zorgt dat alles blinkt, zodat anderen kunnen shinen.

**Wat krijg je terug?**  
- Een warm team vol humor en waardering  
- Flexibele inzet, korte lijntjes, geen gedoe

Meld je aan bij de bar of mail [voorzitter@dedraaikolk.com](mailto:voorzitter@dedraaikolk.com).



## Draaikolk

### Even voorstellen

Eddy Brunel

Mijn naam is Eddy Brunel, 63 jaar en ik woon inmiddels al zo'n 5 jaar in Den Helder. Oorspronkelijk kom ik uit Amsterdam, van daaruit via Purmerend, Schermerhorn en Hippolytushoef in Den Helder beland. Hier stopt het wel, Ik ben nogal snel zeeziek en zwemmen kan ik niet. Texel zit er dus niet in! □

In het dagelijks leven werk ik als projectmanager bij P&D Advies, waar ik me onder andere bezighoud met verduurzaming en andere zaken op dat gebied.

Stil zitten is niet echt mijn ding. Als het weer het toelaat, ga ik graag op pad met de fiets of maak een wandeling. Daarnaast hou ik me bezig met fotografie en schilderen met acrylverf. Al lukt het vastleggen van een mooi plaatje (soms) beter met de camera dan met een kwast.

Binnen De Draaikolk ga ik me inzetten als vrijwilliger, zowel achter de bar als in het bestuur. Een mooie combinatie van meedenken en meewerken. Het centrum bruist van de activiteiten, waaronder Turnlust met verschillende (sport)afdelingen, salsa by Djey, enz., enz. Die gezelligheid en diversiteit spreken mij erg aan.

Wat mij verder aanspreekt in vrijwilligerswerk, is dat je echt iets kunt bijdragen aan het reilen en zeilen van de organisatie en ondertussen ook nog nieuwe mensen leert kennen. Daar doe ik het graag voor!

Ik kijk ernaar uit om iedereen te ontmoeten..... en mocht je me zoeken, grote kans dat ik dan iets aan het regelen ben of achter de bar sta.....voor de gezelligheid en voor een (goed) getapt drankje. □



## Sponsoring

Om de contributie zo laag mogelijk te houden heet onze vereniging extra geld nodig, Dit geld kun je op een eenvoudige manier **GRATIS** verdienen!

Als je online inkopen doet gebruik dan de app van **SPONSORKLIKS** [www.sponsorkliks.com](http://www.sponsorkliks.com). En meld je aan bij: **CSAV Turnlust** En bestel dan bij uw webwinkel.



Ben je lid van de **Vriendenloterij** dan kun je je lot koppelen aan CSAV Turnlust. Het kost helemaal niets!



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



**Hartelijk dank voor je moeite en wij zijn er blij mee!!!**

## 2<sup>e</sup> onderlinge wedstrijd gymnastiek

Op zaterdag 18 april vond de tweede onderlinge wedstrijd van CSAV Turnlust plaats in de gymzaal van De Draaikolk.

Tijdens deze gezellige en sportieve wedstrijd lieten de turnsters en turner hun oefeningen zien op de verschillende toestellen.

In totaal kwamen er 34 deelnemsters in actie, verdeeld over 7 verschillende niveaus.

Voor veel deelnemers was het een mooie kans om te laten zien wat ze de afgelopen tijd tijdens de trainingen hebben geoefend of verbeterd.

De middag begon met een gezamenlijke warming up

Daarna ging iedereen mee met de trainers naar het eerste onderdeel.

De oefeningen op de verschillende toestellen werden beoordeeld door de juryleden

Janny Bosma bij de balk, Ton Bosma bij sprong, Lobke Florussen bij de brug en Joby van den Tooren bij vloer.

De sfeer in de zaal was enthousiast en er was veel publiek aanwezig om de deelnemers aan te moedigen. De deelnemers deden enorm hun best en voor sommigen was het extra spannend omdat ze voor de eerste keer meededen of juist iets nieuws wilden laten zien, maar iedereen zette zijn beste beentje voor.

Het was een geslaagde en sportieve middag.

We zijn trots op alle turnsters en turners die hebben meegedaan aan deze wedstrijd.

Het applaus voor de prijs uitreiking was voor iedereen dik verdiend

Uitslagen podium prijzen van deze dag

### Jongens

1<sup>e</sup> plaats Thymen Bernabela 37,35 punten

### Niveau 7

1<sup>e</sup> plaats Salwa Amoun 28,50 punten

### Niveau 6

1<sup>e</sup> plaats Sienna Brandini 32,50 punten

2<sup>e</sup> plaats Noé van Mullem 31,70 punten

3<sup>e</sup> plaats Evi Boes 31,60 punten

### Niveau 5

1<sup>e</sup> plaats Lois Oudenaar 32,00 punten

2<sup>e</sup> plaats Sophie Kompier 30,80 punten

3<sup>e</sup> plaats Tess Boes 30,70 punten

### Niveau 4 (6 t/m 8 jaar)

1<sup>e</sup> plaats Nieke Wester 33,60 punten

2<sup>e</sup> plaats Fenna de Man 32,00 punten

3<sup>e</sup> plaats Sherrelyn de Geele 31,70 punten

### Niveau 4 (vanaf 9 jaar)

1<sup>e</sup> plaats Stella Molenaar 32,20 punten

2<sup>e</sup> plaats Lisa van Omme 31,50 punten

3<sup>e</sup> plaats Jennesy Bot 31,40 punten

### Niveau 3 (6 t/m 9 jaar)

1<sup>e</sup> plaats Daniëla Manuela 32 punten

2<sup>e</sup> plaats Joosy Terpstra 30,60 punten



(Vervolg op pagina 7)

(Vervolg van pagina 6)

### **Niveau 3 (vanaf 10 jaar)**

- 1<sup>e</sup> plaats Kelsey Verwoerd 32,60 punten
- 2<sup>e</sup> plaats Tirza Tuinstra 31,90 punten
- 3<sup>e</sup> plaats Roxanne van Wolferen 31,60 punten

### **Niveau 2**

- 1<sup>e</sup> plaats Noortje Koopman 32,00 punten
- 2<sup>e</sup> plaats Lily Ouwens 31,50 punten
- 3<sup>e</sup> plaats Hailly van Mullum 30,50 punten

### **Niveau 1**

- 1<sup>e</sup> plaats Norah Nijkamp 34,50 punten
- 2<sup>e</sup> plaats lisa de Vrij 31,90 punten



Foto's: Ron van den Berg

Jolande van den Berg



Nu de zon vaker gaat schijnen wordt er hier ook nagedacht over de vakantie Ik hoor al geluiden wie er eendaags op vakantie gaat en dat geldt voor mij ook.

We zijn weer begonnen aan een nieuwe competitie.  
De vorige is afgesloten en is gewonnen door Henk Tamboer, die nu de nieuwe ronde is begonnen weer fier bovenaan staat.

We hebben ook afscheid moeten nemen van Nel de Vreugd Na ruim vijftig jaar te hebben gewoond in de Waalstraat heeft ze, ook vanwege haar knieën, gekozen voor een gelijkvloerse woning.  
Helaas staat die in de Schooten. De afstand was toch te ver voor haar om blijven te komen.  
Nel we zullen je missen!

Dit was mijn schrijven en we gaan door tot 4 Juli en daarna vakantie.  
Hartelijke groet

B de Jong voorzitter



## Vitaal & Fit

Onze afdeling heeft de eerste activiteit van 2026 weer achter de rug .  
Dit was op zaterdag 21 maart de jaarlijks terugkerende Fitheidstest .  
Deze fitheidstest is vooral bedoeld om de fitheid van de deelnemers te testen en eventueel de deelnemers te voorzien van een advies m.b.t. deelname aan onze activiteiten .

De test begint altijd met wat algemene metingen, waaronder de bloedsuikerwaarde en bloeddruk, lengte en gewicht.

Hierna volgen de deelnemers een parcours met diverse uitdagingen, zoals Oog en hand coördinatie, reactievermogen, armkracht, balans, zit en rek test, lopen en keren en de steptest. De meeste deelnemers kregen een formulier mee waarop de resultaten vermeld werden.

Dit formulier wordt omgezet in computeruitdraai, die de deelnemers mee konden nemen om een vrijblijvend advies te ontvangen.

Hierbij viel vooral op dat deelnemers de resultaten zeer serieus namen, er mochten dan ook geen fouten gemaakt worden bij de computeruitdraai.

Er waren zelfs deelnemers die formulieren van vorige jaren meegenomen hadden ter vergelijking

Aan de fitheidstest namen ongeveer 40 personen deel en heeft ons diverse nieuwe leden opgeleverd .

De diverse onderdelen werden weer bezet door diverse vrijwilligers, zonder deze vrijwilligers zijn dit soort activiteiten niet meer te organiseren .

Na afloop was dan ook voor deze vrijwilligers een welverdiende lunch bereid.

Deze activiteit verdient zeker een plekje in onze Activiteiten Kalender .



## hoera 10 jaar Vitaal en Fit

VITAAL & FIT TURNLUST

Op zaterdag 9 mei

vieren we met onze leden het 10 jarige bestaan van onze afdeling met een feestmiddag in de Draaikolk .

Hopelijk mogen wij veel leden van onze afdeling op deze middag begroeten, opgave van te voren is wel gewenst, dat kan altijd tijdens de lessen .

De volgende activiteit voor onze afdeling is weer de jaarlijkse rollatorloop op zaterdag 6 juni.

Door deze activiteiten laten we zien dat we een afdeling zijn waar men tot op hoge leeftijd Vitaal en Fit kan blijven .

Nico Angevare.



## Rollatorloop met pannenkoeken toe!

Op **zaterdag 6 juni** wordt door de afdeling Vitaal en Fit van Turnlust een **rollatorloop** georganiseerd **in De Draaikolk**.

Een rollatorloop is bestemd voor iedereen die een rollator nodig heeft om veilig te lopen. Maar ook mensen die een ander loophulpmiddel nodig hebben, zoals een wandelstok, mogen mee doen.

De deelnemers moeten zich wel **van te voren opgeven**.

Dit kan via [turnlust.rollatorloop@ziggo.nl](mailto:turnlust.rollatorloop@ziggo.nl) of tel: 625751

Als ontvangst zal het dweilorkest "Zo Niet Dan Toch" de deelnemers toespelen.

De aanmelding is **vanaf 10.00 uur**. Iedereen die zich opgegeven heeft kan zich dan aanmelden, het startnummer ophalen en een kopje koffie drinken.

Deelname is gratis evenals de koffie voor de deelnemers.

Het startschot wordt om 11.00 uur gegeven door wethouder Odd Wagner.

Dan lopen de deelnemers een half uur rondes. Na elke ronde ontvangen ze een stempel. Na het eindschot kan men zien wat de gelopen afstand is. Er is mogelijkheid om even te rusten tussendoor. Onderweg worden de deelnemers voorzien van een hapje en water.

Alle deelnemers ontvangen **een herinnering**.

Na afloop trakteren we de deelnemers op **pannenkoeken**. Deze zijn **gratis voor de deelnemers**. Supporters kunnen ze kopen.

We hopen dat de deelnemers **veel supporters** meenemen!

Janny Bosma



## De Zilverweek van 20 t/m 24 juli (Het JEVAK voor ouderen!)

De Zilverweek is een week vol ontspanning en spel en is speciaal voor mensen die in de zomer niet op vakantie gaan maar wel behoefte hebben aan sociale contacten.

We toveren de Draaikolk deze week om tot een grote huiskamer waar iedereen welkom is en anderen kan ontmoeten, bijkletsen, een spelletje spelen of gewoon kan genieten van een bakje koffie. Kom gerust alleen, maar als het even kan neem dan iemand mee uit jouw buurt die anders misschien alleen thuis zit. Je bent op meerdere dagen welkom!

### Wat kan je verwachten:

De Draaikolk is deze dagen open van **10:00 tot 16:00u** en hoewel het programma nog niet helemaal vast staat zijn er wel een aantal vaste activiteiten of bezigheden.

*(Vervolg op pagina 10)*

(Vervolg van pagina 9)

Zo starten we starten iedere dag met een **"koffie-uurtje"**. Het eerste kopje koffie is gratis, er zijn wat kranten om te lezen en als u wat medestanders (of tegenstanders!) kan vinden zijn er spellen beschikbaar zoals rummikub, kaartspellen, en sjoelen etc.

In de middag zijn er op de meeste dagen wat sportieve activiteiten gepland waaraan meegedaan kan worden. U wordt bijvoorbeeld in de gelegenheid gesteld om kennis te maken met een aantal sporten die in De Draaikolk beoefend worden.

U mag meedoen, maar het hoeft niet!

Ook is er op 3 middagen een live optreden van een artiest of band.



Dick Raat

### Lunch:

Iedere dag is er tussen de middag een lunch. Vanaf 15 mei kunt u een **"lunchbon"** voor een specifieke dag kopen aan de bar van de Draaikolk. De bon kost **2 euro** en daarmee reserveert u een plaats aan tafel. De bon is tevens goed voor een kroket of frikandel tijdens de lunch, de rest van de lunch is helemaal gratis.

Let op: zonder bon kunt u niet deelnemen aan de lunch. Er zijn iedere dag een vast aantal plaatsen beschikbaar.

Zodra de overige onderdelen van het programma bekend zijn zullen wij deze publiceren in De Draaikolk.

Henny Sandbrink

DE ZILVER WEEK

MAANDAG 20 T/M  
VRIJDAG 24 JULI 2026  
Stichting De Draaikolk  
Dollardlaan 202,  
Den Helder

Het Jevak voor de senioren!

• Geen hutten bouwen...  
WÉL lachen, bewegen  
en genieten!

Deze zomer toveren we De Draaikolk om tot een bruisend paradijs voor senioren die zin hebben in gezelligheid, spelletjes, muziek en een portie vitaliteit.

50 DE DRAAIKOLK  
1973 - 2023

In de afgelopen maand heeft de Fotoclub niet stilgezeten. We zijn met de groep naar Medemblik geweest. Daar hebben we met hartenlust gefotografeerd. Eerst zijn we lopend door het stadje naar kasteel Radboud gegaan. Daar binnen en buiten hebben we uitgebreid vele mooie plaatjes kunnen schieten.



Sandra van den Berg



Ton Bosma

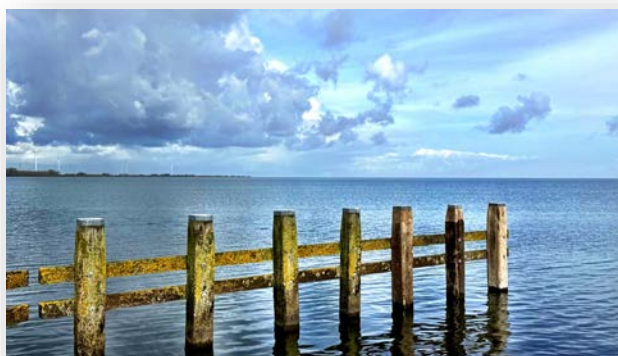
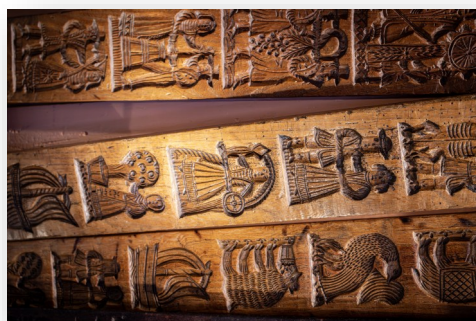


Foto: Peter Koekebakker

Ook hebben een bezoek gebracht aan het Bakkersmuseum. Een intieme ouderwetse bakkerij. Hier was net een workshop bezig met kinderen. Ook hadden ze daar heerlijke koffie en truffels!



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](mailto:voorzitter-focus@turnlust.com)



Ton Bosma



## C1 Turnlust districts kampioen.

Op naar Oegstgeest.

Met een klein verschil is ons 1e team erin geslaagd dit jaar de beste te zijn van district Noord West Nederland.

Michel, Jan, Rinus, Herman, Koen en Andre wat een geweldige prestatie.

Op 30 en 31 mei gaan we ook proberen hierin verder te komen.

Zojuist ben ik door de Politie Biljart Bond gebeld en heb alleen complimenten gehad voor het perfect organiseren van hun wedstrijden in De Draaikolk.

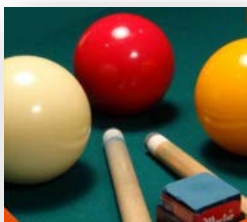
We bedanken de stichting en vrijwilligers uitermate voor hun inzet.

Herman en Jan ook erg bedankt.

Helaas kon ik niet aanwezig zijn.

In de komende weken hopen we als Turnlust iets voor MBSOV biljarten te kunnen betekenen. Zij gaan twee maanden met ons samen biljarten.

Zij hebben namelijk een grote verbouwing en wij willen allemaal dat de biljartsport blijft bestaan in Den Helder.



We staan nu kort voor het einde van de competitie, zowel voor de KNBB als voor de clubavonden.

Ik wens iedereen een goede zomervakantie en hoop allen gezond weer terug te zien.

Laat ons met ons allen inzetten voor een grote goede vereniging met gezelligheid, saamhorigheid en inzet voor de vereniging en stichting Draaikolk.

Kom op allen we moeten het saampies doen.

Namens het Bestuur Biljarten, Jan van Gestel.



Het upgraden van De Draaikolk gaat gestaag door. Met een kleine groep vrijwilligers onder leiding van Henny Sandbrink wordt de bar steeds fraaier. Elke dinsdagmorgen komen deze mannen bij elkaar om allerlei werkzaamheden te verrichten. Heb je ook zin om mee te helpen, kom eens een praatje maken. Vele handen maken licht werk!





## Informatie Gymnastiek

### Contributie :

<b>C.S.A.V. Turnlust gym contributie</b> <b>NL70RABO01431.98.246</b> <b>Opzeggen VOOR 1 JUNI EN VOOR 1 DECEMBER</b> mw. J. van den Berg: 0652353156 of e-mail: penningmeester-contributie@turnlust.com	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Gymnastiek t/m 15 jaar</td> <td style="text-align: right;">€ 10,00</td> </tr> <tr> <td>Ouder- en kindgym</td> <td style="text-align: right;">€ 10,00</td> </tr> <tr> <td>Gymnastiek vanaf 16 jaar</td> <td style="text-align: right;">€ 12,00</td> </tr> <tr> <td>Extra activiteit (per uur)</td> <td style="text-align: right;">€ 8,50</td> </tr> <tr> <td>Inschrijfgeld</td> <td style="text-align: right;">€ 5,00</td> </tr> </table>	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
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



## Advertenties



WATERSPORT ARTIKELEN  
KLEDING  
ZONWERING  
ZEILMAKERIJ

Van Kalsbeek, Zuidstraat 90, 1781 BV Den Helder  
telefoon (0223) 61 30 54  
fi: **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  
Mobiël (06) 53 43 88 06

**TAYLOR**  
**ELEKTROTECHNIEK** BV

UNETO-VNI  
Ehrend  
Waarborg installateur

Centrum voor preventie

Drs. F. Bijlweg 238 Den Helder Tel 0223 637774



Bouwbedrijf  
**DE GOUDEN HANDJES**

*Dromen worden werkelijkheid*

**A. TUIN**  
**DEN HELDER B.V.**  
AANNEMINGSBEDRIJF - TEL.: 0223 668685

**KLANT IS KONING KAART**

**Vomar**  
VOORDEEL  
MARKT

**SponsorKliks**



Patatje kopen  
In De Draaikolk?

**PINNEN**  
**JA GRAAG**



## bestuur Biljarten

Voorzitter:(A.I.) Dhr. J.P.H. van Gastel tel: 0652340675  
 2e voorzitter  
 Secretaris : Dhr. H. de Boer  
 Penningmeester Mw. I v.d. Hert tel: 0223-618691

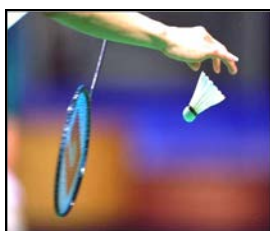


### Speeldagen en tijden in het Sport- en Zalencentrum "De Draaikolk"

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

## bestuur Badminton

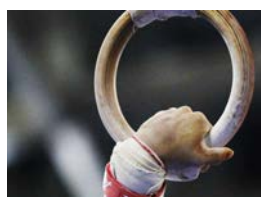
Voorzitter: Dhr. R. Notten  
 Penningmeester: Mw. M.A.E. Wildenburg tel: 0223-642239  
 Secretaris:



### 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: 0652353156  
 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+



Voorzitter Dhr. B. de Jong tel: 0223-864000  
1e Secretaris Mw. R. van der Star  
2e Secretaris Mw. D. Krijns  
Penningmeester: Mw. M.A.E. Wildenburg



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



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.

**2026 ROLLATOR LOOP**

**NEEM SUPPORTERS MEE!!**

voor iedereen met een rollator  
je loopt maximaal 30 minuten

**zaterdag 6 juni 2026**

**start 11.00 uur**  
(aanmelden 10.00 uur)

na afloop **PANNENKOEKEN**

**DRAAIKOLK**  
Dollardlaan 202

opgeven: [turnlust.rollatorloop@ziggo.nl](mailto:turnlust.rollatorloop@ziggo.nl)  
of: 0223-625751

VITAAL & FIT TURNLUST