

Gymnastiek
vereniging



C C O
Zaandam

Clubkrant maart 2015



In dit nummer o.a.

Het Grote Gymfeest Hoe is het nu met Nick?

Dames en heren conditie uit de oude doos

CCO disco Pietenfeest, en nog meer!



De Dijk (Hogendijk 81-83)

MA	16.30 - 17:30	Freerunning	Kim Vos (tijdelijk)
MA	17.30 - 18.30	Jongens turnen (Gymmie)	Kim Vos
MA	18.30 - 19.30	Jongens turnen (los)	Kim Vos
DI	17.00 - 19.00	Acrogym (selectie D/C/B/A niveau)	Map Jansen/Vera Meekes
WO	14.00 - 15.00	Kleutergym (4 t/m 6 jr)	Marina Sakharova
WO	15.00 - 16.00	Meisjes turnen (6 tot 9 jr)	Marina Sakharova
WO	16.00 - 17.30	Opbouw 1 (alleen op uitnodiging)	Map Jansen
WO	17.30 - 19.00	Opbouw turnen/ acrogym 2 (alleen op uitnodiging)	Map Jansen
WO	18.00 - 21.00	Centrale Training Acrogym individueel	Yvonne Kesselaar
DO	17.30 - 19.00	Meisjes opbouw turnen 9+ / Acrogym 3	Marina Sakharova
DO	19.00 - 20.00	Combinetics senioren (55+)	Marina Sakharova
VR	16.30 - 17.30	Acrogym recreatie/ Circus	Dania Vos
VR	17.30 - 19.00	Acrogym E/D niveau	Dania Vos
VR	19.00 - 20.30	Acrogym (selectie D/C/B/A niveau)	Map Jansen / Dania Vos
ZA	09:00 - 11:00	Acrogym selectie (alleen op uitnodiging)	Map Jansen
Westerwating (Meverstraat 7)			
DI	19.30 - 20.30	Damesconditietraining	Kim Vos
DI	20.30 - 21.30	Herenconditietraining	Kim Vos
WO	14.00 - 15.00	Turnen (4 t/m 6 jr)	Dania Vos
WO	15.00 - 16.00	Turnen (7 - 8 jr)	Dania Vos
WO	16.00 - 17.00	Turnen (9+)	Dania Vos
Speelman (Tjotterlaan 2)			
WO	19.00 - 20.00	Damesconditie	Esther van Schaik
WO	20.00 - 21.00	Damesconditie	Esther van Schaik
Vissershops (Lindenlaan 2)			
MA	20.00 - 21.00	Damesconditie	Kim Vos
Hikari (Pannenroodstraat 1)			
DI	08.45 - 09.45	Bewegingstherapie	Map Jansen
WO	09.30 - 10.30	Damesconditie	Marina Sakharova
DO	09.00 - 10.00	Damesconditie	Marina Sakharova
DO	10.15 - 11.15	Damesconditie	Marina Sakharova

Tijdens de schoolvakanties is er **geen** les.

Vakanties:

Meivakantie: 2 mei t/m 10 mei 2015

Zomervakantie: 27 juni t/m 24 augustus 2015

Van de voorzitter



Hallo iedereen,

Ik wil beginnen waar ik mijn vorige stukje ben geëindigd: freerunnen en de jongens-uren. In september was ik bang dat we deze lessen nu misschien niet meer zouden hebben. Wat dat betreft heb ik goed nieuws en slecht nieuws. Allereerst het goede nieuws: gelukkig hebben we deze uren nog! Na Ragner heeft Kim Vos deze uren overgenomen. Het slechte nieuws is dat Kim dat op z'n laatst tot de zomervakantie kan doen, dan staan we weer voor hetzelfde probleem. Dus we doen – nog steeds! – enorm ons best om voor die tijd iemand anders te vinden. Verder heeft Kim het ook heel druk met haar werk, dus een enkele keer zal er iemand voor haar invallen. Ik hoop op uw begrip, maar veel keus hebben we niet. Wel zijn we natuurlijk heel blij met Kim dat ze ondanks haar drukke werkzaamheden deze lessen wil doen!

Het is voor alle sportverenigingen moeilijk om leiding te vinden. Onder andere is van belang dat leiding voldoende is opgeleid om de lessen niet alleen leuk, maar ook veilig te laten verlopen. Maar toch verbaast het me dat er te weinig leiding is: lesgeven is hartstikke leuk! Of je nou freerunnen geeft (flitsend & stoer), of acrogym (veelzijdig en technisch heel uitdagend) of dames conditietraining (sociale aspect en verantwoord

bewegen) of een van onze andere lessen: het omgaan met “grote” en “kleine” mensen is fantastisch en zien dat ze iets geleerd hebben, geeft een enorme kick.

Als je dit leest en ineens heel enthousiast wordt: laat het me weten! Dat geldt voor “doorgewinterde gymnasten” maar bijvoorbeeld ook voor ouders die wel eens in de les aan de kant zitten en die denken ‘dat wil ik wel eens proberen’. Het is relatief eenvoudig om een opleiding te doen waarmee je bij een gediplomeerd iemand in de zaal aan een eigen groepje mag lesgeven. En als je merkt dat het echt heel leuk is, kun je de opleiding tot verenigingsleiding volgen waarmee je volledig zelfstandig mag lesgeven. We willen bij CCO er alles aan doen om je hierbij te helpen en te begeleiden. Maar pas op: de lol van lesgeven is verslavend! Mijn e-mailadres staat zowel in dit blad als op onze website, maar bellen mag ook: 0641236983

Als laatste wens ik iedereen een goed en plezierig laatste deel van het seizoen toe. En hopelijk tot ziens op een van de lessen!

CCOIé,
Guido

Mededelingen

- De jongenslessen en freerunnen worden vanaf januari tijdelijk gegeven door Kim.
- Vanaf half november heeft Map weer alle acro-lessen overgenomen.
- Met name de ochtendlessen van Marina lopen erg goed (dit zijn de groepen die we hebben overgenomen van Maartje). Als er op de woensdagochtend nog een paar leden bij komen, gaan we deze les opsplitsen naar 2 lessen.
- Dit jaar willen we een duidelijker beleid voor leiding en assistenten op gaan zetten. Dat gaat om opleiden, verantwoordelijkheid maar ook om een eerlijk vergoedingssysteem. Lijkt het je leuk om hierover mee te denken? Mail naar info@ccozaandam.nl
- Binnenkort willen we een gezamenlijke training voor alle "seniorengroepen" organiseren. Doel is allereerst er een hele leuke middag van maken, daarnaast ook kijken of we op deze wijze wat extra leden kunnen aantrekken. Meer informatie volgt binnenkort!
- Kim heeft sinds kort een baan als verenigingsmanager bij AV Zaanland, wij wensen haar heel veel succes!

Contributie 2014-2015

Jeugdleden t/m 15 jaar:

107,50 euro per jaar (per lesuur per week)

Leden vanaf 16 jaar:

127,50 euro per jaar (per lesuur per week)

Indien een lid deelneemt aan meer dan één lesuur per week, dan wordt op ieder volgend uur 25% korting gegeven t.o.v. de basiscontributie. In de contributie is het lidmaatschap van de KNGU inbegrepen.

De contributie wordt in drie termijnen afgeschreven:

1 oktober voor de maanden augustus t/m november

1 januari voor de maanden december t/m maart (inclusief bondscontributie)

1 april voor de maanden april t/m juli

Opzeggen is alleen schriftelijk (per post of e-mail) mogelijk tot uiterlijk 1 maand voor de incassodatum. Als u of uw kind aan wedstrijden, demonstraties e.d. meedoet, is het dragen van door de vereniging voorgeschreven kleding verplicht. Eventuele wedstrijdskosten worden apart in rekening gebracht. Voor meer informatie: zie onze website www.ccozaandam.nl of stuur een e-mail naar info@ccozaandam.nl



Pieter van Eendenburg

Meubelmakerij en
Scheepstimmerbedrijf

Meubels op maat.

Valkstraat 16
1506 XC Zaandam
075-6702082 / 06-21618869
vaneendenburg@hetnet.nl

19 maart: CCO Algemene ledenvergadering

Op 19 maart aanstaande is het weer zover: de jaarlijkse algemene ledenvergadering van CCO. Bij dezen willen we onze leden van harte uitnodigen hierbij aanwezig te zijn. Er staat een aantal belangrijke zaken op de agenda die we graag met jullie bespreken, zoals:

- Terugblik 2014: presentatie jaarverslag
- Financiële stand van zaken
- Lessen, leiding en betrokkenheid leden
- Hoe zien we de toekomst van CCO
- Vaststelling contributie seizoen 2015-2016

Kom, denk en praat mee!

Donderdag 19 maart 20.00, Perzikkruidweg 2B (kantine K&V – gymzaal ‘De Greep’)

Hoofdpunten jaarverslag 2014

- In 2014 heeft het bestuur van CCO 13 officiële **vergaderingen** gehad. Het bestuur bestond uit zes leden: Guido van Beuzekom (voorzitter), Anika van den Bergh (secretaris), Astrid Ullersma (penningmeester), Map Jansen (inmiddels afscheid genomen van het bestuur), Dania Vos en Shirley Huijsman. In het uitgebreide jaarverslag kunt u terugvinden wat per vergadering in grote lijnen werd besproken.
- **Financieel** stond CCO de afgelopen jaren voor een uitdaging. Met de nodige ingrepen zijn we inmiddels in rustiger vaarwater beland. CCO heeft momenteel 288 leden. Toch zijn bepaalde lesuren nog altijd niet rendabel en is de uitstroom van leden hoger dan we zouden willen. We zullen dus nog meer stappen moeten nemen om financieel weer helemaal gezond te worden. Enerzijds promotie van lesuren, anderzijds mogelijk bezuinigingen op bepaalde uren, door te schrappen of samen te voegen. We eindigen 2014 met een positief resultaat van €1594. Voor 2015 stelt het bestuur een contributieverhoging voor van €10 met als motivatie inflatiecorrectie, opzetten opleidingsplan, compensatie terugloop ledental en versterken financiële positie. Wij leggen u dit graag verder toe op de ledenvergadering.
- In 2014 heeft CCO weer een leuk en divers lesprogramma kunnen aanbieden aan haar leden. De **jeugdlessen** die we momenteel aanbieden zijn Acrogym, Turnen (recreatie), Circus/acrogym recreatie, Freerunning en Kleutergym. Met acrogym namen we met tot wel 16 teams deel aan verschillende wedstrijden door het hele land waar een groot aantal medailles in de wacht werd gesleept. Voor de recreatieve turners organiseerde CCO een onderlinge wedstrijd waar alle gymnasten op hun eigen niveau lieten zien wat ze konden. Voor de gymnasten van Westewatering organiseerde we de Gymmiedag. De kinderen hebben in hun eigen uur kunnen laten zien wat zij geïnteresseerd hebben en kregen hier een beloning voor in de vorm van Gymmies, kleine ronde schijfjes (lijkt op vroegere flippo) die ze kunnen verzamelen in een map. De **volwassenlessen** van CCO zijn Bewegingstherapie, Combinetics, Dames- en herenconditie die met veel enthousiasme worden gegeven door onze trainers en worden bezocht door een trouwe groep leden. We kijken terug op een vol programma waar weer een hoge inzet van de juryleden en trainers is geweest. Menig vrij uurtje wordt gestoken in het organiseren, ontwerpen en bijwonen van extra trainingen en wedstrijden. Het bestuur wil eenieder daar hartelijk voor bedanken!
- Wat betreft de **leiding** is er in 2014 veel dynamiek geweest. Er zijn veel wisselingen geweest, deels intern maar ook leiding die CCO heeft verlaten en juist bij ons is komen lesgeven. Een nieuw gezicht bij de club is Marina Sakharova, die verschillende lesuren geeft, van kleutergym

tot volwassenen. Hierdoor konden we de conditietrainingen voor dames overnemen van Maartje Hagenaar en in één klap ruim 35 nieuwe leden verwelkomen, een aantal dat inmiddels is opgelopen naar circa 45. Dat is natuurlijk fantastisch! Tegelijkertijd staan we voor een uitdaging. Van de leiding en assistenten valt op dat slechts de helft les gaf in zowel 2013 als 2014. Daarnaast is het waarschijnlijk iedereen bekend dat het nog steeds niet is gelukt om nieuwe leiding te vinden voor freerunnen en de jongsuren, want in 2014 hebben we helaas afscheid moeten nemen van een geweldige trainer: Nick Vos. Vanwege het niet-stabiele leidingbestand samen met de moeilijkheid om nieuwe leiding te vinden wil het bestuur in 2015 werken aan een plan om hier in de toekomst beter mee om te kunnen gaan. Leiding aantrekken is zeer, zeer moeilijk gebleken. We zullen daarom vooral inzetten op het breed opleiden vanuit de vereniging.

- In 2014 hebben we nauwelijks **materialen** aangeschaft, in lijn met de bezuinigingsafspraken van de Jaarvergadering van 2012 en Begrotingen van 2012 en 2013. Voor 2015 is het wel noodzakelijk om een bedrag te reserveren voor materialen.
- De **PR commissie** verandert van samenstelling: sinds de zomer van 2014 bestaat de PR-commissie uit Anika van den Bergh (voorzitter), Ashley Fidder, Melissa Fidder en Brenda Bastiaan. Samen zorgden zij in 2014 voor een nieuwe folder voor CCO, promotieposters, persberichten, beheer van de Facebookgroep en het clubblad. Nieuw dit jaar was de organisatie van het grote Gymfeest in oktober. Er waren veel van onze eigen gymnasten die meehielpen met de organisatie en velen die daarnaast ook nog een demo hebben gegeven o.a. een spring demo op de vloer, een demo met de minitrampoline en een demo acrogym. Verder heeft iedereen mee kunnen doen aan een van de vele battles. Een geslaagde dag met veel blije gezichten, meer dan 50 nieuwe bezoekers en verschillende nieuwe aanmeldingen.
- Ook de **Jeugdraad** heeft in 2014 niet stilgezeten. Zij hebben naast hun reguliere activiteiten als bijvoorbeeld de Dam tot Damloop en het Univé gymgala ook nieuwe plannen. Zo willen zij dit jaar het bowlen met de jeugd van CCO weer terugbrengen. Ook hebben ze dit jaar iets totaal nieuws gedaan: '24 uur Jeugdraad' waarin de jeugdraadleden samen de Amsterdam Dungeon hebben bezocht en daarna gezellig hebben vergaderd, gelunched en gekookt. Meer over de activiteiten van de jeugdraad komt naar voren in een altijd-creatieve presentatie tijdens de ledenvergadering op 19 maart!
- Meer dan ooit mocht CCO in 2014 weer rekenen op de enthousiaste inzet van vele **vrijwilligers**. Bij deze willen we alle ouders, verzorgers en leden bedanken voor alle hulp die jullie hebben gegeven bij de wedstrijden, het Grote Gymfeest, als jurylid, bij de promotie, voor de clubkrant, in de zaal en nog veel meer. We draaien volledig op vrijwilligers, dus dankjewel allemaal!

Het volledige jaarverslag is uiterlijk één week voor de algemene ledenvergadering te downloaden op onze website: www.ccozaandam.nl en wordt rondgemaild naar bij ons bekende e-mailadressen. Wilt u een exemplaar per post thuis ontvangen? Neem dan contact op met de secretaris, Anika van den Bergh, bereikbaar per telefoon op 06-48359621.

Benieuwd naar de plannen voor 2015? Meedenken en beslissen over de toekomst van CCO?
We zien je graag bij de Algemene Ledenvergadering!

Donderdag 19 maart 20.00, Perzikkruidweg 2B (kantine K&V – gymzaal 'De Greep')

Even voorstellen...

Welkom bij de PR-commissie; Iris Landstra!

Pas geleden heeft de PR-commissie van CCO een nieuw lid welkom mogen heten: Iris Landstra! Zoals sommigen van jullie weten (en anderen misschien ook niet) wordt dit clubblad, maar ook alle folders, flyers en posters gemaakt door de leden van de PR-commissie. Een hele belangrijke taak dus, want hoe meer leden bij de vereniging komen, hoe leuker! Iris was erg enthousiast om ons hiermee te komen helpen. Even een kort voorstelrondje met Iris...

Iris, welkom als nieuw lid van de PR-commissie! Allereerst: hoe ben jij zelf ooit bij CCO begonnen? En wat doe je nu (mag qua sport en school zijn)?

Op dit moment zit ik in 5 VWO. Een zwaar jaar, maar het gaat. Ook speel ik piano sinds ik ongeveer 10 ben. Ooit ben ik met een vriendin mee naar het circus uur gegaan, toen ik ongeveer 7 jaar was. Daar heb ik kort gezeten voordat Map mij vroeg om te gaan acroën met Femmy en Daphne (die tegenwoordig niet meer acroën). Sindsdien zit ik bij CCO en doe ik aan acrogym en de individuele training op woensdag. Dit jaar acro ik voor het eerst met Mirte. Het is heel leuk en het gaat heel goed!

Wat vind je zo leuk aan CCO?

Wat ik zo leuk vind aan CCO, is dat het een hele gezellige vereniging is. De trainingen zijn altijd gezellig en zo af en toe doen we ook andere dingen met de groep, zoals wat drinken. Ook worden er natuurlijk disco's en zwemdagen georganiseerd door de jeugdraad, wat er voor zorgt dat er een leuke band is met iedereen. Behalve alle leuke dingen, wordt er natuurlijk ook super hard getraind en werken we met zijn allen op een hoog niveau. Als er op de wedstrijden dan veel medailles worden gehaald, maakt dat het trainen nog leuker!

Toen wij jou vroegen als nieuw lid van de PR-commissie, was je direct enthousiast. Heb je al eerder al iets met promotie/organiseren/stukjes schrijven gedaan of is dit helemaal nieuw voor je?

Ik zit pas kort bij de PR-commissie, maar ik heb een tijdje geleden mijn eerste vergadering bijgewoond. Dat was heel leuk, maar ik wist natuurlijk niet, wat ik kon verwachten en hoe het allemaal zou gaan.

Dit was vorig jaar, toen Megan mijn partner was



Laatst ben ik met Ashley en Melissa bij de damesconditie wezen kijken. Ik wist absoluut niet hoe deze les verliep, maar het was leuk om te zien hoe hard en serieus de dames aan het trainen waren. Natuurlijk was het ook heel gezellig tijdens de les. Behalve dat ik bij deze les ben wezen kijken en bij een vergadering ben geweest heb ik voor de vorige clubkrant een stukje gegeven over Fantas-tic Gymnastics 2014. Ook heb ik helpen flyeren voor het Grote Gymfeest in oktober, wat uiteindelijk een groot succes is geweest! Verder is het allemaal nieuw voor me, vooral dat wat de PR-commissie doet.

Heb je al iets gedaan voor de commissie? En zo ja, wat dan?

Mee vergaderen en dat ik ben wezen kijken bij de damesconditie was echt voor de PR-commissie. De rest was vooral gewoon voor CCO.

Wat verwacht je nog allemaal te gaan doen bij de PR-commissie?

Binnenkort gaan we weer vergaderen. Ik denk dat ik dat nog wel vaker mee zal maken. Verder denk ik dat we binnen de commissie gaan werken aan de promotie van CCO en ik denk dat ik daar wel bij kan helpen. Misschien zal ik ook nog wel vaker stukjes schrijven voor de clubkrant.



Een groot gymfeest bij CCO

Op zaterdag 18 oktober was het feest bij CCO in Zaandam. Onze gymvereniging deed mee aan een landelijke open dag en organiseerde een programma met demo's en activiteiten voor iedereen die kennis wilde maken met turnen, acrogym en circus.

“Het was een geweldige dag met veel nieuwe gezichten en een aantal nieuwe leden voor CCO”

Dania en de PR-commissie namen de organisatie voor hun rekening. Dania zorgde voor een leuke dagindeling en vroeg leiding en gymnasten om mee te helpen. De PR-commissie zorgde voor de promotie. Ook hierbij hielp heel CCO mee. Er werden wel 1000 flyers uitgedeeld in de buurt en we kwamen twee keer op de voorpagina van de krant met onze aankondiging. Op de dag was de hele gymzaal en buiten versierd met slingers. En mocht iemand dan nog twifelen of er een feestje was, dan maakte het gigantische spandoek wel duidelijk dat je echt even moest komen kijken bij CCO. En dat deden de mensen. Meer dan 50 nieuwe gezichten mochten we verwelkomen. En dan hebben we het nog niet eens over de al bestaande leden die langskwamen en de vele ouders die ook een kijkje kwamen nemen. De zaal zat bomvol.

“Met name het touwhangen was erg indrukwekkend. Wat een spierballen hebben die kleintjes zeg!”

Er was een heel parcours uitgezet waar kinderen aan mee konden doen. Ringen zwaaien, trampolinespringen, door hoepels springen en nog veel meer. Tussendoor gaf de woensdaggroep een fantastische springdemo die op veel applaus kon rekenen van het publiek. Ook de acrogymdemo's werden met veel enthousiasme ontvangen. De dag werd afgesloten met een heuse battle waarmee de kids prijzen konden winnen. Met name het touwhangen was erg indrukwekkend. Wat een spierballen hebben die kleintjes zeg!

Het was een geweldige dag met veel nieuwe gezichten en een aantal nieuwe leden voor CCO. Welkom! We willen alle vrijwilligers en gymnasten hartelijk bedanken voor hun hulp bij de organisatie. En natuurlijk alle deelnemers voor hun komst. Leuk dat jullie er waren!

Benieuwd naar de foto's?
Ga naar www.ccozaandam.nl bij de foto's van het Grote Gymfeest en kijk of je ertussen staat!

Groetjes, Anika



Lieve clubgenoten,

Ook dit jaar heeft een groot aantal kinderen hard ingezet voor onze vereniging. Zij hebben bij familie/vrienden/kennissen/buren zo veel mogelijk loten verkocht voor de grote clubactie. Als je een lot koopt maak je kans op mooie prijzen, maar wat nog veel fijner is, het grootste gedeelte van de opbrengst gaat naar CCO toe! Met deze opbrengst kunnen wij leuke en nuttige dingen doen, zoals nieuwe toestellen kopen. Dit jaar hebben wij met z'n allen 364 loten verkocht en daarmee een bedrag verdiend van: **€ 812,94**



Ik wil iedereen die hier aan meegeholpen heeft super bedanken! En met speciale dank aan onze top-3-verkopers:

1. Kim Vos, 60 loten
2. Maaïke Suurmeijer, 54 loten
3. Bente Koper, 35 loten

Helpen jullie allemaal volgend jaar weer mee om een nog groter bedrag te verdienen? Ik reken op jullie!

Groetjes Wietske

Hallo allemaal,

Ik ben Maaïke Suurmeijer en 16 jaar oud. Op 2 april heb ik mijn haar gedoneerd aan stichting haarwens. Ik wilde graag mijn haar doneren omdat als ik zelf geen haar had zou ik het ook fijn vinden als mensen hun haar af zouden staan om daar een pruik van te maken. Eerst gingen ze mijn haar meten, daarna 2 staartjes maken die 2 staartjes gingen ze vlechten. De 2 vlechten knipten ze af. Toen de 2 vlechten eraf waren werd het gewassen en in model geknipt. Toen mijn haar eraf was voelde het erg licht en vooral erg koud.

Groetjes Maaïke



Veel medailles voor CCO!

In het weekend van 14 en 15 februari vond in de sporthal de Walvis in Beverwijk de eerste plaatsingswedstrijd Acrogym plaats voor de E, D, C en Pupillen niveaus. Een belangrijke wedstrijd voor iedereen om door te kunnen stromen naar de halve finale en eventueel ook de landelijke finale. Het was natuurlijk extra spannend, omdat het de eerste wedstrijd van het seizoen was. De gymnasten hebben het geweldig gedaan en hebben met zijn allen maar liefst 8 medailles in wacht gesleept.

De zaterdag was gevuld met de C-damesparen, E-damesparen, E-damestrio ('s morgens) en C damestrio ('s middags). Er werden mooie oefeningen gedraaid. In de ochtendwedstrijd behaalde het C-damespaar Janneke van Bergen en Benthe Koper een derde plaats met een puntentotaal van 47.750 (totaal van twee oefeningen). In het E-niveau behaalde het E-damespaar Iris Landstra en Mirte Glas een eerste plaats met een puntentotaal van 25.000. De tweede plaats ging naar het andere damespaar van CCO, namelijk Maaïke Suurmeijer en Faye van 't Slot, met een puntentotaal van 24.750. Het E-damestrio Iris Ceulen, Robin Mevissen en Laurine van Galen behaalde eveneens een derde plaats met een puntentotaal van 25.200.

In de middag waren de C-damestrio's aan de beurt. Ook hier werden mooie oefeningen gedraaid en het minimale verschil in punten maakte de uitslag erg spannend. Uiteindelijk behaalde het C-damestrio Melissa Fidder, Evelien Hotting en Luna Mulderij hier de tweede plaats met een puntentotaal van 49.850 (totaal van twee oefeningen). De derde plaats was voor het trio van Ashley Fidder, Jamie Cornelisse en Susan Butter met een hetzelfde puntentotaal van 49.850 (totaal van twee oefeningen). Bij gelijke punten wordt het verschil gemaakt op het artistiek en technische cijfer, die dus hoger waren bij het eerste team. Zondagochtend waren de teams van het D-niveau en de Pupillen aan de beurt. In deze niveaus wordt maar een oefening uitgevoerd. Ook op de zondag werden mooie prestaties neergezet. Het D-niveau trio van Hai Yan Flier, Kyara Stam en Finette Jansen behaalde hier een derde plaats met een puntentotaal van

23.900. Het Pupillen trio van Floor Bleeker, Janelle Fernand en Liv Jansma deed het erg goed en behaalde een mooie tweede plaats met een puntentotaal van 25.300.

CCO is hartstikke trots op alle gymnasten en bereidt zich met goede moed voor op de tweede plaatsingswedstrijd, die op zaterdag 21 in Heerhugowaard en zondag 22 maart in Wormer plaatsvindt.

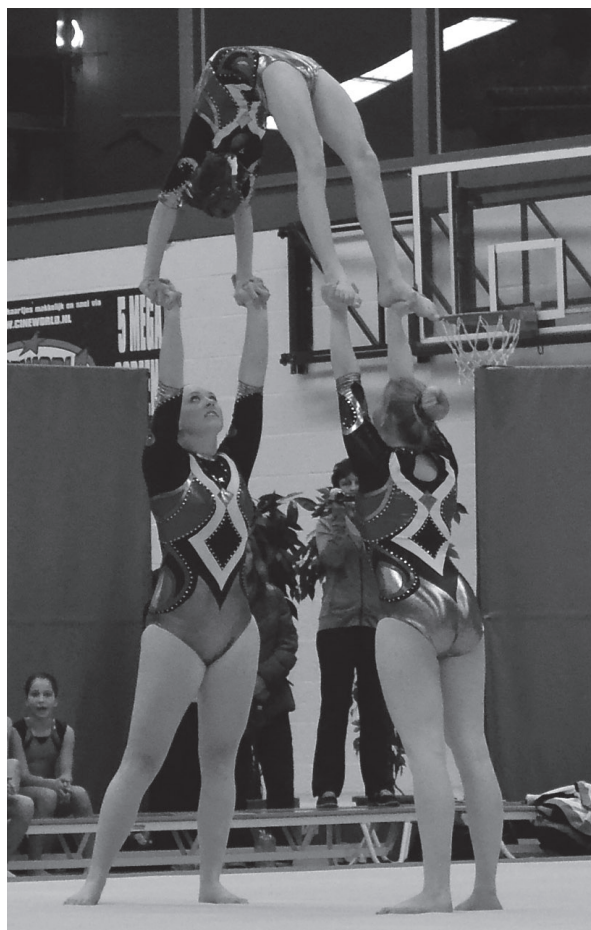


Foto: C-trio Jamie, Ashley en Susan

Hoe is het nu met.. Nick?

Voor de zomervakantie vorig jaar besloot meester Nick helaas te stoppen met lesgeven bij CCO. Hij gaf les aan de jongens bij het turnen en nam ook het initiatief voor de nieuwe les Freerunning. Wij van de clubkrant waren benieuwd hoe het nu eigenlijk met hem ging en wat hij tegenwoordig allemaal doet, dus wij gingen even bij hem langs voor een kort interview!

Hoi Nick! Leuk om je weer eens te spreken! Hoe gaat het nu met je?

Hoi Melissa, het gaat goed met mij. Utrecht is een leuke stad om te wonen en ik raak er nu al aardig gewend. Ik woon daar samen met Froukje, dat bevalt ook heel erg goed. Wij wonen daar anti-kraak en hebben inmiddels al drie keer moeten verhuizen.

Geef je nog steeds gymles? En zo ja, waar?

Ja, ik geef nog steeds gymles, dit doe ik bij twee verschillende bassischolen. Op de dinsdag en donderdag geef ik nu les in Bussum, dit doe ik nu al 1 ½ jaar. Sinds oktober geef ik gymles op een school in Utrecht; dit is een school met pittige kinderen maar ondertussen kan ik hier steeds beter mijn draai vinden.

We vingen ook iets op van een blessure aan je knie. Duurt het lang voordat het weer beter is?

Dat klopt ja, ik heb behoorlijk pech. Ik heb namelijk met akrobatiek mijn kruisband in mijn knie afgescheurd en mijn meniscus ingescheurd. Op 2 maart word ik geopereerd, dus tegen de tijd dat jullie dit lezen is het waarschijnlijk al gebeurd ;-). Als de operatie goed gaat dan moet ik eerst 6 weken op krukken lopen en in totaal 9 maanden revalideren voordat ik alles weer kan. Een behoorlijk lange tijd dus, helemaal voor iemand van wie sport zijn lust en zijn leven is.

Wat balen Nick! Wat doe je om jezelf bezig te houden?

Zo, wat een lastige vraag. Ik doe namelijk zoveel. Voor mijn knieblessure was ik vooral bezig met sportactiviteiten. Zo deed ik 2 a 3 avonden per week aan akrobatiek, ging vaak

“Ik heb jarenlang met veel plezier bij CCO lesgegeven”

skeeleren, longboarden, surfen in de zomer en snowboarden in de winter. Ik hou ook van muziekfestivals in de zomer, en veel leuke dingen doen met Froukje; eigenlijk teveel om op te noemen. Nu vind ik het ook leuk om naar circus/theatervoorstellingen te gaan en om gezellig met vrienden thuis te koken, eten, kletsen, filmpje kijken of spelletjes op de Wii te doen. Ik heb ook geprobeerd akrobatiek te doen vanuit een stoel, dat lukte best aardig!

Vind je het jammer dat je niet meer kan lesgeven bij CCO?

Ja, dat vind ik zeker jammer. Ik heb jarenlang met veel plezier bij CCO lesgegeven. Zo ligt mijn hart nog steeds bij het jongensuur. Als klein jongetje ben ik na de kleutergym al vroeg begonnen bij het jongensuur (toen nog op zaterdag door Patricia en Katinka). Toen ik wat ouder werd, ging ik Clara helpen met de jongere jongens en toen ik op het CIOS zat en de opleiding tot turnleraar deed heb ik de uren overgenomen. Kort geleden heb ik nog ingevallen, dit vond ik toch weer heel erg leuk! De kleutergym en het meisjesturnen mis ik ook wel heel erg. Misschien ga ik binnenkort in Utrecht wel op zoek naar een vereniging waar ik dit soort groepen les kan geven. Ook de Freerunning lessen mis ik, dit uur heb ik natuurlijk zelf opgebouwd. Daarom was het ook extra lastig om te stoppen

Wil je nog iets zeggen tegen de kinderen die je les hebt gegeven?

Ik wens alle kinderen en ouderen van CCO enorm veel turn/acro plezier, hopelijk blijven jullie nog lang bij CCO!

HOERA EEN MEISJE

Ja. En dan ben je ineens moeder!

Op 23 januari was het EIN-DE-LIJK zover (11 dagen over tijd) en werden Karel en ik ouders van Vera. Een prachtig meisje: 52 cm en 4165 gram schoon aan de haak. Het moment dat je zo'n kleintje in je armen mag houden is echt overweldigend. Daar leef je dan 9 maanden naar toe.



Vera Jeanne
Geboren op 23-01-2015
4165 gram

Ik heb een top zwangerschap gehad. Kon tot praktisch de laatste dag nog wandelen, fietsen en zwemmen. Natuurlijk niet meer op mijn oude tempo, maar zwemmen met bejaarden heeft zeker zo zijn charme ben ik achter. Zo weet ik inmiddels alles van stoffen luiers ("kind in mijn tijd hadden we geen pampers hoor") en dat bevallen echt wel meevalt ("schat, bij nummer 8 voel je het niet eens meer")... haha, nou de tijd zal het leren.

Vera is inmiddels ruim een maand oud en doet het super. Zij (en ik) hebben een ontzettend spannend leven dat bestaat uit eten, poepen en slapen. En vooruit. Af en toe een huiltje. Maar het is volop genieten. In een huis dat vol is van de lieve kaartjes, beschuit met muisjes en kraambezoekjes.

Drie weken na de geboorte heb ik haar meegenomen naar de plaatsingswedstrijd in Beverwijk. Ze heeft aandachtig (lees: sliep overal door heen) naar alle oefeningen gekeken en is helemaal enthousiast over CCO. Laat dat eerste turnpakje maar komen!
Groetjes, Anika

HOERA EEN JONGEN

Op kerstochtend heel vroeg kwam onze Eden tevoorschijn. Hij heet Eden Leon Borm. Hij woog bij de geboorte 3622 gram.

We zijn nu al apetrots op alles wat je kunt verzinnen.. Een harde scheet, een mooie nies, een guitige glimlach, een volle poepluier, etc. Als we even niet opletten en wanneer hij ons zit te verleiden met zijn lieve gezichtjes, dan plast hij in de lucht! We vinden dat super grappig. Qua humor zitten we helemaal op één lijn.

Eden trappelt graag met zijn benen, soms lijkt het wel alsof hij een marathon in de lucht aflegt. Als je hem aanmoedigt gaat hij nog harder trappelen. Eden kon laatst voor het eerst een speeltje vasthouden, hij was zo trots dat hij hem niet meer los liet, echt heel schattig. Eden houdt van kijken naar de planten. en Eden is dol op knuffelen, het liefst met pappa en mamma maar ook heel graag met anderen. Eden doet vaak wedstrijdje wie het langst in de ogen van de ander kan kijken. We kunnen maar niet van hem winnen. Hij doet het bijna zonder te knipperen.

Kortom, we vermaken ons! We zijn echt super blij dat Eden bij ons is en we genieten ervan te zien hoe hij groeit en bloeit. Hij is nog veel leuker dan ik me kon voorstellen (dat zal elke mamma waarschijnlijk denken..). We zijn dol op hem.

Groetjes, Roos



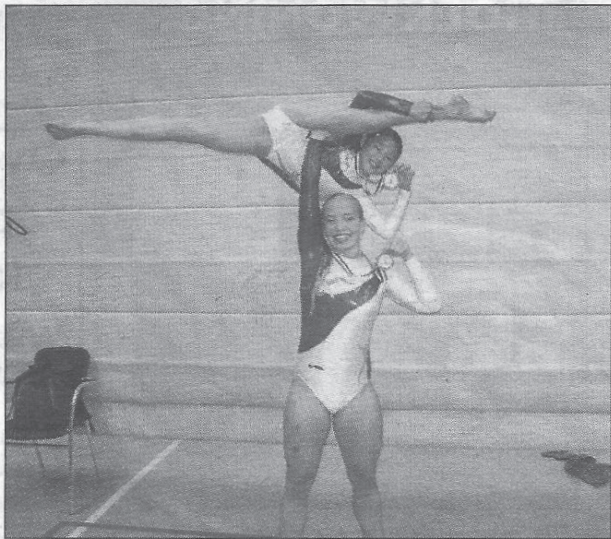
Eden Leon Borm
Geboren op 25-12-14
3622 gram



*Vit de
oude doos*



Medailles voor CCO'ers op NK Acrogym



Wietske en Clair doen de T-balans met hun behaalde medaille

ZAANDAM - Afgelopen weekend heeft het NK acrogym in Drachten plaatsgevonden. Voor CCO was dit een succesvolle wedstrijd. Er deden in totaal 4 teams aan mee, en daarvan zijn er 3 teams met een medaille naar huis gegaan.

Zaterdagochtend was het mixpaar in de C-lijn aan de beurt. Hjalmar Onrust (27) en Qian Kors (11) lieten twee mooi oefeningen zien. Met een puntentotaal van 51.967 zijn zij tweede geworden. In de middag was het de beurt aan het damespaar in de B-lijn. Het ging erg goed met Wietske van Blokland (18) en Clair Scholten (9). Ze lieten twee prachtige oefeningen zien. Met puntentotaal van 52.533 behaalden zij de derde plek op het podium, en mochten de bronzen plak mee naar huis nemen.

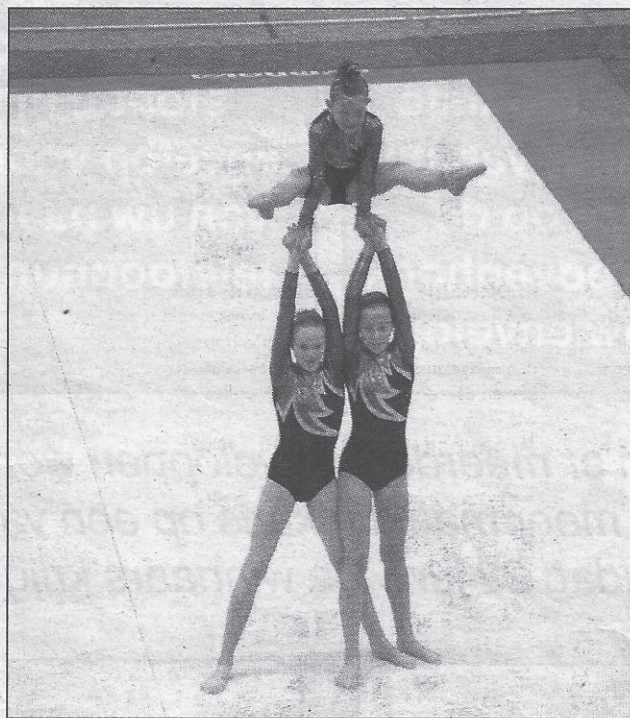
Zondagochtend waren er nog twee teams te gaan. Ashley Fidder (14), Jamie Cornelisse (12) en Fabienne Sumah (10) deden mee in de categorie A jeugd. Ze lieten twee mooie oefeningen zien. Met een puntentotaal van 50.124 vielen zij tweede. De prijs werd gewonnen door de dames van de vereniging (25) en de jeugd van de vereniging (11), dat was de eerste keer dat ze een veau, mochten de bronzen plak zien van de wedstrijd. Ze mochten de bronzen plak nemen.



Acrogym kampioenen

STREEK - Gymnastiekvereniging CCO Zaandam en GVM Mijdrecht organiseerden twee top wedstrijddagen. Afgelopen zaterdag en zondag gebeurde dit in Beverwijk en betrof de Open West Nederlandse Kampioenschappen Acrogym.

Deze wedstrijd trekt gymnasten vanuit heel Nederland. Er waren zelfs deelnemers uit België. Van CCO Zaandam deden gymnasten van alle niveau's van Acrogym die er zijn. Van A t/m E-lijn werden er medailles in de wacht gesleept door deze vereniging. In het A-Niveau Damespaar senioren zijn Mariska Blok en Celine de Weker met drie mooie oefeningen kampioen van West Nederland geworden met een totaal van 70.333 punten. Voor hun was dit de laatste



Hoogstandjes in Beverwijk

voorbereidingswedstrijd voor het NK-Acrogym wat volgende week gehouden wordt in Drachten.



Hoeraa!!! Map 30 jaar juf bij CCO

Vorig jaar was het 25-jarig bestaan van de acrogym bij CCO onder leiding van juf Map. Dit jubileum hebben wij toen ook, als verrassing van voor juf Map, gevierd met een versierde zaal, de uit mensen bestaande letters '25 jaar acro' en 'Map', en een bloemetje namens de groep. Ook dit jaar is er een jubileum waar wij even bij stil willen staan. In juni 1975, nu 40 jaar geleden, slaagde Map Jansen voor haar examen om les te mogen geven in de gymzaal. Vanaf dat moment ging zij door het leven als 'Juf Map', wat sindsdien ook een begrip is geworden. 10 jaar later (8 maart 1985, precies 30 jaar geleden) begon Map met lesgeven bij CCO en daarna is zij ook begonnen aan de opbouw van de (toen nog) nieuwe tak van sport acrogym. De meesten van ons waren nog niet eens geboren toen acrogym in Nederland haar vorm kreeg. Om toch een beeld te krijgen van het begin van de carrière van Map, hebben wij Mieke Cohen (G.V. Mijdrecht), met wie Map veel heeft samengewerkt, gevraagd om kort haar ervaringen met de start van de acrogym en met hun samenwerking te omschrijven.

'Ik leerde Map kennen als trainster op een van de eerste try out wedstrijden in Amsterdam (voorloper van het OKWN). Ze was toen reeds een aantal jaar trainster en ik kwam pas kijken. Ik heb veel van Map geleerd. Maar omdat ik me altijd overal mee bemoei werd ik door Map al snel gevraagd in de districtskommisje. We organiseerden wedstrijden en ook het OKWN kreeg hierin zijn vorm. Map was en is altijd goed in het regelen van zaken (korting bij de medailles, leuke kadootjes voor de jurymeisjes en juryleden, leuke prijsjes bij de catering en ik deed de inschrijving en financiën). Samen hebben we veel vergaderd in Breukelen. Meestal met een lekker hapje en drankje erbij.

“De leukste herinneringen heb ik aan het overnachten in de caravan van Gerda tijdens het OKWN. Wat hebben we daar gelachen!”

Map en ik zijn samen naar Polen geweest. Een van de eerste buitenlandse scholingsweken voor trainers van landen met beginnende acro. We hadden geen gymnasten mee maar we hebben onze ogen uitgekeken en we hebben daar veel geleerd.

Met name dat acro voor mensen in voormalige Oostbloklanden heel belangrijk is en sociale status en een inkomen verschaft. Weke trainer kan er in Nederland leven van het trainerschap? We begrepen toen ook hoeveel er voor de trainers vanaf hangt hoe goed hun gymnasten presteren op internationale wedstrijden. Ook verbaasden wij ons over de gymnastische vaardigheden van hele jonge kinderen. Op een middag kwam er een bus vol gymnasten van 8 tot 12 jaar en die sprongen zonder uitzondering schroefalto's vanaf de minitramp. We wisten niet wat we zagen.

Samen hebben we ook het huidige DE reglement vormgegeven en opgestart. Middagen hebben we vergaderd over alle elementjes en wat hun waarde moest zijn. En welke speciale vereisten er voor de D en E moesten komen. Uiteindelijk heeft Map het ook voor elkaar gekregen om halve en hele finales voor het DE niveau te houden. De handstand eis in het DE reglement is een idee van Map. Later ook internationaal overgenomen door de FIG. Dus Map was altijd al iemand die voorop heeft gelopen in het acrogebeuren. Met de invoering van de A jeugd hebben wij de pupillen bedacht met alle elementen en speciale vereisten afgeleid van het A jeugd niveau.

De leukste herinneringen heb ik aan het overnachten in de caravan van Gerda tijdens het OKWN. Wat hebben we daar gelachen! Vooral om van alles wat er overdag was gebeurd. Verder heeft Map ook de gala-avond met demo's op het OKWN bedacht. Iets wat toch ook altijd door de gymnasten als heel leuk wordt ervaren.

Kortom Map is een hele belangrijke pijler in het Nederlandse acrogebeuren geweest. Ze heeft altijd met veel verstand van zaken lesgegeven, lessen ontwikkeld, wedstrijden vormgegeven en reglementen ontwikkeld en bijgeschaafd. Ik ben nog altijd heel blij met haar input en wijze woorden.'

Groet, Mieke Cohen

Wij willen juf Map bedanken voor deze 30 jaar trouwe dienst bij CCO, voor haar bijzondere toewijding en inzet, en voor alle activiteiten die zij tot nu toe georganiseerd heeft. Uw lange ervaring in de gymwereld en uw visie op de sport is iets waar velen veel van hebben geleerd, en waar wij nog steeds van kunnen leren.

Pietenfeest 2014

Dit jaar was ik samen met mijn kindjes Milan van 2 jaar en Fleur van 10 maanden op het pietenfeest.

Het was weer erg gezellig. De pieten waren eerst één van de pieten kwijt toen ze aankwamen op de Hogendijk. Maar na een tijdje zoeken bleek dat de piet in het toestellenhok lag te slapen.



Vooral Milan was gek van de grote piet. Hij wilde de grote piet graag laten zien welke kunstjes hij allemaal al kon. Maar soms was hij ook een beetje verlegen wanneer grote piet hem wat vroeg. Je kon allerlei kunstjes doen; op de balk lopen, zwaaien aan de rekstok, klimmen en pakjes door de schoorsteen gooien en op de trampoline springen om op de kast te komen.

Na een tijdje gymmen wilden de pieten met de kinderen dansen. Milan danste met een ander klein meisje en daarna kregen ze van de pieten een pietendiploma en een lekker zakje pepernootjes en een mandarijn.

Inmiddels is het alweer maart, maar Milan heeft het nog steeds over de leuke gympieten en het leuke pietenfeest!

Groetjes Mariska Onrust-Blok



Woensdag 3 december is het weer zover. Na een mail wisseling met Spanje heeft CCO weer een afspraak gemaakt met Sinterklaas. Hij vindt het erg leuk dat een aantal van zijn zwarte Pieten weer naar de gymzaal aan de Hogendijk in Zaandam mogen komen.

Daar zijn heel veel kinderen, die zijn Pieten kunnen voordoen hoe zij moeten klimmen om op de daken te komen en hoe zij het evenwicht moeten bewaren als zij daar hoog op de daken de zak met cadeautjes moeten sjouwen en zo veilig de pakjes kunnen bezorgen.

Meestal zijn er ook de nieuwe kleine Pietjes bij die het geweldig vinden om mee te doen. Dit jaar is er ook een nieuwe juf bij gekomen, juf Marina en samen met juf Map wordt de zaal weer omgetoverd tot een Pieten oefen paradijs.

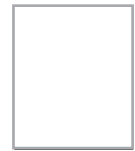
De kinderen hebben al een aantal weken geoefend en zien er naar uit om de Pieten te helpen. En ja hoor er wordt hard gebonsd op de deuren want dat hoort natuurlijk bij de Pieten. Dan gauw aan de slag, je kunt wel zien dat het nog een beetje leerpieten zijn, soms durven ze niet zo goed de hindernissen te doen, dan komen de CCO kinderen ze even voordoen en worden vooral de kleine Pietjes een handje geholpen, en ja hoor het gaat steeds beter. Ook hebben de Pieten weer een spannend verhaal mee genomen uit Spanje waar iedereen graag naar luistert.

Wat ook altijd in het programma gebeurd is liedjes zingen door de kinderen, en ja hoor de Pieten zingen en dansen mee, het is weer super gezellig.

Na een uur trainen en oefenen zijn de Pieten behoorlijk moe geworden, tijd om naar huis te gaan maar eerst nog een welverdiende traktatie, een lekker mandarijntje en een zakje pepernoten, het ene zoet het andere gezond.

De Pieten hebben al gevraagd of zij volgend jaar weer mogen komen want zij hebben heel veel geleerd.
Wie weet?????

Juf Marina
juf Map



Spanje - Zaandam

Juf Marina

Juf Map

CCO Zaandam



Een kijkje nemen bij... dames en heren conditietraining!



Dinsdag 17 februari besloten Iris, Ashley en ik (Melissa) een kijkje te nemen bij de conditietraining van de heren en vrouwen. Velen van ons zijn bekend met de lesuren die op de Hogendijk worden gegeven, waaronder kleutergym van Marina, jongensturnen van Kim, het circusuur van Dania en acrogym van Map en Dania. Vooral de acrogym is een begrip bij CCO; niet gek ook als je de langst lopende acrogym-divisie van Nederland hebt! Maar CCO biedt nog véél meer dan dit, ook lessen voor 40+ sporters bijvoorbeeld.

Voor diegene die graag nog hun conditie op pijl willen houden, spieren en gewrichten soepeler willen maken of willen werken aan hun lichaamshouding en/of lichamelijke klacht, kunnen prima terecht bij een van onze volwassenuren. Zo hebben wij Combinetics, gegeven door Marina Sakharova, waarbij het onderhouden van het lichaam door middel van training (op muziek) van specifieke spiergroepen en gewrichten centraal staat. Daarnaast bieden wij ook de lessen van Bewegingstherapie: groepslessen onder leiding van Map Jansen waarbij speciale aandacht is voor het ontwikkelen van een beter houding en het versterken van rug- en buikspieren, waar vooral mensen met lichamelijke klachten veel baat bij hebben. Tot slot hebben wij dus de conditietraining voor heren en dames, de les waar wij even kwamen kijken. Deze lessen worden gegeven door Kim Vos, die met veel enthousiasme de heren en dames welkom heet en onderwerpt aan een

afwisselend parcours. De damesgroep heeft een hecht groepje vrouwen dat al jaren naar deze lessen komt; grotendeels vanwege het behoud van de conditie, maar ook deels voor de gezelligheid. Ook de heren hebben het erg naar hun zin bij deze training. Deze mannen trainen ook al enige tijd met elkaar, en doen dit ook iedere week. En een aantal vindt het zelfs zo gezellig, dat ze vanuit Amsterdam en zelfs Breukelen komen voor deze les!

Na een rondje warmlopen, volgen de mannen een parcours af met oefeningen voor verschillend spiergroepen. Van de Superman tot aan 'het hondje' voor de bilspieren: het komt allemaal voorbij. Deze training besloten Iris en ik een rondje mee te doen, wat erg leuk was. Ter afsluiting een potje volleybal, om even te laten zien wie het sterkst was met smashes ;-).



**Interesse in een van onze volwassenuren?
Of wilt u meer informatie?
Stuur een e-mail naar info@cchozaandam.nl**

OPROEP

Cursus Gymnastiek Assistent Leider 2

Zoals blijkt uit het stukje “Van de Voorzitter” willen wij stimuleren dat mensen gaan assisteren of zelfstandig lesgeven. Dit geldt zowel voor “doorgewinterde gymnasten” maar bijvoorbeeld ook voor ouders die wel eens in de les aan de kant zitten en die denken ‘dat wil ik wel eens proberen’.

Een heel toegankelijke opleiding is Gymnastiek Assistent Leider 2: mensen met beperkte of geen kennis maken zich in korte tijd de basiskennis en -vaardigheden eigen om als assistent te mogen lesgeven. Denk daarbij aan dingen als

- Lesgeven zelf: hoe sta je voor een groep, hoe weet je de aandacht te houden
- Techniek: hoe leer je eenvoudige onderdelen aan
- Veiligheid: hoe zorg je ervoor dat de omgeving en de les zelf veilig zijn
- Enzovoorts

Lijkt het je wat of wil je het op zijn minst proberen: laat het ons weten! CCO betaalt de opleiding – uiteraard willen we dan wel graag dat je een bepaalde periode assisteert in een van de lessen. Drukke agenda? Hoe meer mensen kunnen lesgeven, hoe meer er kan worden gespreid en samengewerkt!

Bel of mail ons voor meer informatie. Zie de e-mailadressen in het clubblad of op de website, of bel naar 0641236983 (Guido van Beuzekom)

badgepoint®

kijk op onze site voor de mooiste naambadges

www.badgepoint.nl

C.C.O. DISCO!

Ook dit jaar was het weer zover. Op 7-02-2015 was de cco disco er weer! Met dit jaar als thema: `Op de boerderij`. Iedereen was leuk verkleed als boer/boerin of als een boerderij dier.

Om 7 uur begon het feest en er werd meteen al vol op gedanst. Rond een uur of acht was het tijd voor de playbackshow. Dit jaar waren ze allemaal echt steen goed. Daardoor maakte ze het de jury niet gemakkelijk. Uiteindelijk was de jury toch tot een beslissing gekomen. Dit jaar waren de prijzen voor Luna en Kelsey. Zoals ieder jaar deed de jeugdraad ook nog een leuk dansje gebaseerd op het thema van dit jaar. Ze deden daarom nu ook de hoedown throwdown van Miley Cyrus.

Nadat de playbackshow was afgelopen konden ze bijna weer gaan dansen maar eerst werd er nog een prijs uitgereikt aan best geklede meisje en best geklede jongen. Dit jaar won Faye het best geklede meisje en Neo best geklede jongen. Nadat alle prijzen waren uitgereikt kon iedereen nog even lekker feesten. Wij als jeugdraad hebben het als een geweldige avond ervaren en wij hopen jullie ook. Wij kijken nu al uit naar de komende disco!



Groetjes,
De Jeugdraad

Jaarkalender CCO – Seizoen 2014 / 2015

MAR

- 2 mar Start lessen
- 7 mar Turnen Finale Noord D1 + 4^e div Heerhugowaard
- 9 mar Clubblad gereed
- 14/15 mar 1^e en 2^e plaatsingswedstrijd A/B en leeftijdsgroepen Acrogym - Zwolle
- 14 mar Turnen 3^e competitie dames Wormer
- 15 mar Turnen 3^e competitie + recreatie dames Wormer
- 19 mar Jaarvergadering CCO
- 21/22 mar Acrogym 1ste en 2de plaatsingswedstrijd A-B en leeftijdsgroepen Heerhugowaard
- 28 mar Turnen Regiokamp 4^e en 5^e div Beverwijk
- 28 mar Onderlinge wedstrijden CCO

APR

- 3 apr Goede vrijdag
- 5/6 apr Pasen
- 12 apr Turnen Regiokamp D1 + D2 Amsterdam
- 18 apr Turnen Regiokamp D3 + 6^e div Wervershoof
- 18/19 apr Acrogym 3de en 4de plaatsingswedstrijd A-B en leeftijdsgroepen
- 19 apr Turnen 3^e competitie + recreatie heren Beverwijk
- 25 apr 1/2 finale C niveau Acrogym - Zwolle
- 26 apr 1/2 finale E-D en pupillen Acrogym – Zwolle
- 25/26 apr 3de en 4de plaatsingswedstrijd A-B en leeftijdsgroepen Acrogym - Zwolle
- 26 apr Turnen Toestelkampioenschappen / pré instap regio Wormer

MEI

- 2 mei Start meivakantie (tot 11 mei)
- 11 mei Start lessen
- 16 mei Acrogym 1/2 finale E-D-pup Zwolle
- 17 mei Acrogym 1/2 finale C-niveau Zwolle
- 14-17 mei Hemelvaart
- 23-24 mei Pinksteren
- 24-25 mei Halve finale Acrogym EDC lijn
- 30 mei Turnen Districtkampioenschappen D1 + D2 Amsterdam
- 30/31 mei Acrogym PW 5 6 A/B-niveau Zwolle

JUN

- 6 jun Acrogym Landelijke finale D-E-Pup Zwolle
- 6 jun Turnen Districtkampioenschap 4^e + 5^e div Amsterdam
- 13/14 jun Acrogym OKWN Beverwijk
- 21 jun Acrogym Finale B/C-niveau Rotterdam (Ahoy)
- 22 jun Acrogym NK A-niveau Rotterdam (Ahoy)
- 21/22 jun Fantastic Gymnastics Gymsport congres
- ... jun Springwedstrijden
- 27 jun Turnen Regiokamp Rayonteam D1 + 4^e div Beverwijk
- Eind jun Zwemdag
- 27 jun Start zomervakantie (tot 24 aug)
- Barbecue voor CCO staf

JUL

- 4 jul Start zomervakantie
- 5-11 jul ZOKA Zomerkamp

AUG

- 24 aug Start nieuwe seizoen

Contact

Bestuur:

Guido van Beuzekom | voorzitter | voorzitter@ccozaandam.nl
Anika van den Bergh | secretaris | secretaris@ccozaandam.nl
Astrid Ullersma | penningmeester | penningmeester@ccozaandam.nl
Shirley Huijsman
Dania Vos

Jeugdraad:

Lois Rink | voorzitter | jeugdraad@ccozaandam.nl
Maaïke Suurmeijer | penningmeester
Shivanie Chotoe | secretaris
Evelien Hotting
Kyara Stam
Lotte van Blokland

Leiding:

Map jansen
Yvonne Kesselaar
Kim Vos
Dania Vos
Esther van Schaik
Marina Sakharova

Ledenadministratie:

Oscar van Blokland
Anna Blamanstraat 23
1507 XK Zaandam

Contact (bij voorkeur via e-mail):

E-mail: ledenadministratie@ccozaandam.nl

Tel: 075- 6702082

PR-commissie:

Anika van den Bergh | voorzitter | communicatie@ccozaandam.nl | 06-48359621
Melissa Fidder | redactie clubkrant
Ashley Fidder | vormgeving clubkrant, promotiemateriaal en social media
Iris Landstra

Voor meer informatie over de lessen: Mail info@ccozaandam.nl.

Voor de meeste actuele informatie, check onze website www.ccozaandam.nl

En hou onze Facebookgroep CCO Zaandam (besloten) in de gaten voor alle leuke weetjes en activiteiten binnen de vereniging!