

SPORTVERENIGING HAGENDOORN

ROTTERDAM-ZUID

Judo examens

Zaterdag 6 juli waren er judo examens. We wilden die graag buiten doen, maar het weer zat niet mee dus zijn we naar binnen gegaan.

We zijn gestart met de witte en gele banden om 10 uur. Dat was een leuke grote groep, en iedereen ging meteen goed van start. We hebben mooie technieken gezien en de judoka's zijn allemaal geslaagd!

Om 12 uur kwam de wat oudere jeugd, zij hebben oranje en groene band. Ook bij hen hebben we mooie technieken gezien. We hebben alle deelnemers veel laten doen. Ook bij deze groep is iedereen geslaagd voor een nieuwe slip of band.

Twee dames zaten boven achter de naaimachine om aan iedere band die een slip had verdiend er een te naaien. Wat een geweldige service dames!



Wij feliciteren alle geslaagden van harte! Geweldig gedaan!
Kevin, Nathalia en Cas

Hierna een foto impressie van de dag.



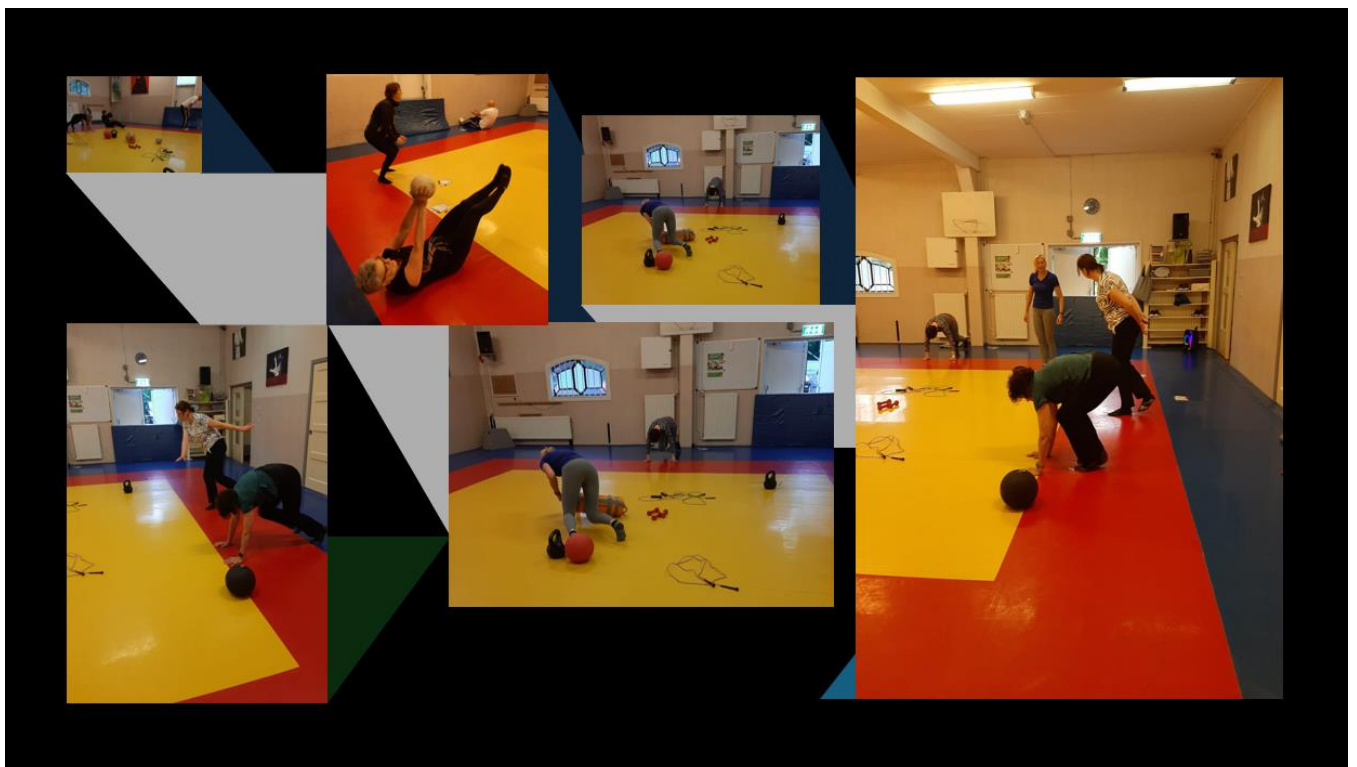


Gefeliciteerd allemaal!

Ook hersengymnastiek bij Hagendoorn..



Circuittraining in de dojo, voor elk wat wils





Huishoudelijke mededelingen

De zomervakantie breekt weer aan.
Deze is van 15 juli tot en met 25 augustus.
In die periode is er alleen op donderdag judo, de vereniging blijft open.



Zie hieronder het actuele lesrooster

ZOMER LESROOSTER	
MAANDAG	Lestijd
Fitness	08.00 tot 11.30 uur
Fysiogym	09.30 tot 10.15 uur
Fitness	18.00 tot 21.00 uur
Groepsles (wisselend programma)	19.30 tot 20.15 uur
DINSDAG	Lestijd
Fitness	08.00 tot 11.30 uur
Fysiogym	10.00 tot 10.45 uur
Fitness	19.00 tot 21.00 uur
WOENSDAG	Lestijd
Schudbuis	09.00 tot 09.45 uur
Fitness	19.00 tot 20.30 uur
Do-In Yoga	19.30 tot 20.30 uur
DONDERDAG	Lestijd
Fitness	08.00 tot 11.30 uur
Do-In Yoga	09.45 tot 10.45 uur
Judo (4-10 jaar)	18.00 tot 19.00 uur
Judo (10-18 jaar)	19.00 tot 19.50 uur
Fitness	18.00 tot 21.30 uur
Judo (> 18 jaar)	20.00 tot 21.30 uur
VRIJDAG	Lestijd
Fitness	08.00 tot 11.30 uur
ZATERDAG	Lestijd
Judo / KATA	08.30 tot 09.45 uur
Conditiegym	09.45 tot 10.30 uur
Fitness	08.00 tot 11.30 uur



Uw contributie zijn onze inkomsten waarmee wij de docenten, de huur, elektra enz. kunnen betalen.

Betaal op tijd!



Dringend verzoek om deze lijst in te vullen als je komt sporten. Dit is belangrijk voor onze administratie en maar ook voor de veiligheid van de sporters.



Bert Mulder heeft een kastje gemaakt waarmee de ventilator in de dojo is af te sluiten.

Een superoplossing. Dank je wel daarvoor!

Een winderige, maar gezellige barbecue

6 juli : Het was al een spannende dag voor de judoka's die hun judo examens gingen doen, maar het was ook de dag van de barbecue voor de vrijwilligers, die zich het hele jaar zo geweldig hebben ingezet voor onze vereniging, waarbij we hier toch even stil willen staan!

Voor onze vrijwilligers: Bedankt lieve mensen!



Het was erg gezellig, dat begon al bij de voorbereidingen waarbij iedereen een handje meehielp. Nathalia had een heerlijke aardappelsalade gemaakt (daar was op het eind niks van over!), en Cas had lekkere kippenpoten vooraf gekruid en gegaard, daar is ook niks van over gebleven. Verder natuurlijk de hamburgers, de saté en de speklappen. De regen kreeg geen vat op ons, we zaten onder de partytent gezellig aan de lange tafels. We hadden kartonnen bordjes, en telkens woeien de bordjes en de servetjes weg, dus het glas op je servetje laten staan, en je bord goed vasthouden! Het is iedereen toch gelukt alles op te eten ondanks de wind, want het was allemaal erg lekker.

Van het bestuur

Graag geven wij jullie een korte update over huidige situatie van onze club. Begin van dit jaar hebben wij hulp gevraagd aan Sport Support om mee te denken over de toekomst van SV Hagendoorn r-z. Karianne en Danny van Sport Support hebben een plan van aanpak gemaakt waar het bestuur achter staat. Inmiddels zijn er gesprekken geweest met onze instructeurs, een aantal leden en mensen die ons al langer ondersteunen binnen de vereniging. Hieruit zijn goede geluiden gekomen om verdere gesprekken aan te gaan. Wij hopen jullie binnenkort meer te kunnen vertellen.

Voor nu rest ons jullie allemaal een fijne zomervakantie te wensen.
Elise, Joke, Dick, Marian en Liz

