

Nieuwsbrief – Juli 2026 Einde seizoen



In deze nieuwsbrief

- Heres Kamp 2026
- Eindactiviteiten
- Terugblik Algemene Leden Vergadering
- Jureren, iets voor jou?
- Seizoen 2026-2027
- Sponsoring, Rabo Club Support en Grote Clubactie
- Interview met Betty

AGENDA

31 aug: Start nieuwe seizoen

10 sep: Kaascorso Najaarsmarkt

11 sep: Najaarsmarkt – geen les

Beste (ouders/verzorgers van) leden,

Het seizoen is al weer bijna om. Veel van onze aspiranten en selectie turnsters wisten zich te plaatsen voor de rayon en districtsfinales. Zij hebben de afgelopen weken hun finales geturnd. En met resultaat, niet alleen mooie oefeningen en ervaring opgedaan, maar ze wisten ook de nodige podiumplaatsen te veroveren. Gefeliciteerd!

Ook kijken we terug op een geslaagd Heres Kamp, dit keer vertrokken we met 64 leden en leiding naar Ermelo voor het Heres Zomerfestival.

Daarnaast nog een korte terugblik op onze Algemene Ledenvergadering in verband met de besluiten daarin over contributie.

Het seizoen is afgesloten met eindactiviteiten voor alle lessen en de voorbereidingen voor het nieuwe seizoen zijn al weer in volle gang. Daarom ook aandacht voor jureren – op 3 augustus gaat de inschrijving voor de cursussen open!

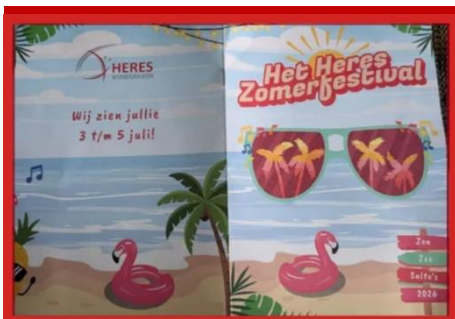
En het Heres trainingspak krijgt een nieuwe uitvoering, na de vakantie organiseren we een bestelronde met een leuke extra korting.

Heb je een eigen bedrijf en wil je Heres financieel ondersteunen via sponsoring? Verderop in de nieuwsbrief vind je meer informatie. In september gaan ook Rabo Club Support en de Grote Clubactie weer van start.

Tot slot nog een gezellig interview, dit keer met Betty, één van de enthousiaste leden uit de BBB les van Petra. We wensen je veel leesplezier!

Sportieve groeten,
Bestuur en Leiding Gymnastiekvereniging Heres

Heres Kamp: Zomerfestival in Ermelo



Vrijdag 3 juli was het dan eindelijk weer zover: we vertrokken naar Ermelo voor het Heres Kamp.

Dit jaar werd het Heres Zomerfestival gevierd. Onder leiding van de Fluffy Flamingo's ging het los.

Glitter tattoos, spelletjes, wandelen in het donker, weerwolven voor de oudste meiden. Het kamp was van start!

Op zaterdag wakker worden met ochtendgymnastiek zodat iedereen weer klaar was voor een actieve dag. Met de huifkar op pad voor een middagje aan het strand en de Bonte Avond, waarvoor veel groepen een act hadden ingestudeerd.





En toen was het alweer zondag, nog een ochtendje creatief bezig zijn, inpakken en opruimen en na de lunch weer terug naar Bodegraven. Er waren wat kleine oogjes te zien bij aankomst, dus even op tijd naar bed en bijslapen...



Op zaterdag reisde ook onze voorzitter Edmée naar Ermelo om de leiding namens het bestuur te bedanken voor al hun inzet in de voorbereiding en tijdens het kamp.

Wendy, Irene, Lisa, Fleur, Elin, Gaby, Annabelle en Mieke: jullie hebben alle deelnemers weer een top weekend bezorgd!

Meer foto's van het Heres Kamp komen op de [site](#).



Eindactiviteiten seizoen 2025 - 2026

De laatste week van het seizoen zijn er geen lessen, maar sluiten we het seizoen af met eindactiviteiten voor alle groepen. Zo was er op 8 juli het **Gymfeest** voor groep 1 t/m 8, Freerunners en de onderbouw selectie.



De leiding (Mieke, Irene, Elin, Gaby en Lisa) en assistenten (Lynn, Anna, Fleur, Naomi, Jente, Roan, Caitlin, Jasmijn, Julia, Amber en Senja) maakten er met alle deelnemers een mooi feest van met een zaal vol toestellen.



Voor onze assistenten was er ook nog een bedankje voor hun inzet in de lessen.



De **nijntjes** zochten de buitenlucht op en gingen lekker spelen bij 't Veldhuis, de Freerunners gingen op het Raadhuisplein aan de slag.



De **BBB groep** heeft een mooie fietstocht gemaakt met een lekkere ijscoupe op het terras in Reeuwijk als tussenstop.



En ook de **FFS-groep** pakte de fiets en ging op weg naar koffie en wat lekkers.



De **Freerunners** sloten de week af met een onderlinge **wedstrijd** en gingen allemaal met een diploma en medaille naar huis.



De **Middenbouw en Bovenbouw selectie** gaan zondag 12 juli samen **creatief** het seizoen afsluiten. En de **Aspiranten** hebben ook hun eindactiviteit nog in het vooruitzicht, zijn gaan op 14 juli nog even los met **poldersporten**. Veel plezier alvast meiden!

Maak impact, leer iets nieuws en beleef turnen intenser dan ooit

Word jurylid bij Heres en beleef turnen van dichtbij!

Ben jij 16 jaar of ouder en actief als turnster of fan van turnen? Dan kun jij een belangrijke rol spelen in het mogelijk maken van wedstrijden. Zonder juryleden zijn er namelijk geen wedstrijden en is er dus geen podium voor onze turnsters.

Als jurylid zit je midden in de actie: je ziet de sport van dichtbij, leert in korte tijd hoe turnen écht werkt en draagt direct bij aan het succes en plezier van de turnsters. Ervaring is niet nodig; met een gratis opleiding via de KNGU word je stap voor stap klaargestoomd.

Waarom dit iets voor jou is

Als ouder zie je je kind al met plezier sporten. Hoe mooi is het om daar direct aan bij te dragen? En als turnster verdiep je je nog verder in je sport en begrijp je precies waar punten vandaan komen.



Wat levert het je op?

- Je beleeft wedstrijden van dichtbij
- Je leert het turnen écht begrijpen
- Je volgt een gratis opleiding via de KNGU
- Je krijgt begeleiding en kunt rustig instappen en meekijken
- Je draagt bij aan een gezellige en betrokken vereniging



Kortom: maak impact, leer iets nieuws en beleef turnen intenser dan ooit. Doe je mee?

Ervaring is niet nodig – ook zonder turnachtergrond kun je beginnen en groeien in de rol. Vanaf september starten er weer nieuwe opleidingen. Je kunt je hiervoor vanaf 3 augustus inschrijven. De planning vind je hier: [juryopleiding Turnen Dames 1 \(TD1\)](#).

Interesse of meer weten?

Nicole is inmiddels al een paar jaar jurylid. Ze kan je alles vertellen en je op weg helpen. Neem gerust contact met haar op via penningmeester@heresbodegraven.nl. Ook voor het opvragen van je KNGU relatienummer (nodig om in te schrijven) kun je bij haar terecht.

“Je hoeft geen turnervaring te hebben – alleen nieuwsgierigheid en de wil om iets voor de club te betekenen.”

Seizoen 2026 - 2027

Na de zomervakantie hopen we iedereen weer te zien! Op maandag 31 augustus starten de lessen. We hebben al een **voorlopig rooster**, maar dit kan nog wijzigen in verband met beschikbaarheid van leiding en zalen.

Zodra het rooster definitief is melden we het via de mail en publiceren we het op de website.

Voor het nieuwe wedstrijdseizoen komt er een **nieuwe versie van het Heres trainingspak**. De kleuren, logo's en leverancier blijven gelijk, en ook de maatvoering wijzigt niet. Maar hij is net iets anders. Voor de midden- en bovenbouw selectie betekent het dat er een nieuw trainingspak voor de wedstrijden moet worden aangeschaft. Na de zomervakantie organiseren we daarom een bestelronde voor de selectie. In die **bestelronde** is er ook een **extra korting**.

Natuurlijk mogen ook niet-selectie leden dan een trainingspak bestellen en profiteren van de extra korting. Meer informatie volgt eind augustus.

Op **donderdag 10 september** doet Heres weer mee aan het **Kaascorso**. Zet het alvast in je agenda!

Op vrijdag 18 september gaat de **Nationale Sportweek** van start. Onze kersverse Middenbouw Kampioen Lynn de Vries is uitgenodigd om samen met de sport coaches van S en W een challenge te gaan doen.



En over kampioenschappen gesproken: dit jaar komt de wereldtop naar Nederland!



ALV 18 mei 2026 - Terugblik

Op maandag 18 mei heeft onze Algemene Leden Vergadering plaatsgevonden. Bestuur en Commisies hebben teruggeblikt op het afgelopen jaar, het financieel jaarverslag 2025 is besproken en is samen met de begroting voor 2026 goedgekeurd.

Onderdeel van het vaststellen van de begroting is ook het vaststellen van de contributie voor het komende seizoen. Op basis van de begroting is besloten dat een beperkte verhoging van de contributie noodzakelijk is, door de oplopende kosten. Met deze verhoging verwachten we een verantwoorde begroting voor het komende seizoen. De nieuwe contributiebedragen staan vermeld op de website: [CONTRIBUTIE](#). De verhoging verschilt per leeftijdsgroep en hangt af van het aantal lesuren per week. Het is maximaal € 12,00 per jaar (uitgaande van 1 lesuur per week). Voor senior leden is er geen wijziging.

Sponsoring

Extra financiële middelen geven de vereniging ruimte om net wat meer te doen. Ook dit jaar doet Heres weer mee aan **Rabo Clubsupport**. Alle leden van de Rabobank kunnen gratis stemmen. Het bedrag dat Heres ontvangt hangt af van het aantal stemmen. Dus mogen wij één van jouw stemmen?

P.S.: lid worden van de Rabobank is gratis en kan al vanaf 12 jaar!

 **STEM OP HERES**
BODEGRAVENMET  **RABO**
CLUBSUPPORT!

STEM VANAF 7 SEPTEMBER
IN DE RABO APP

de coöperatieve
Rabobank 



Op 19 september start de **Grote Clubactie**.

Onze leden gaan weer aan de slag om loten te verkopen. 85% van de opbrengst van de loten gaat naar de vereniging, dus we hopen dat er weer heel veel loten worden verkocht!

grote clubactie

Heb je een **eigen bedrijf**? Dan hoef je niet te wachten tot september 😊. Voor 100 euro per jaar ben je al **vriend van Heres** en steun je de vereniging. Voor een totaal overzicht van de mogelijkheden, zie [SPONSORING](#) of neem contact op via info@heresbodegraven.nl.

Interview met Betty

In de picture...Mieke interviewt:

Aangekomen op het adres word ik uitgenodigd om buiten op het terras plaats te nemen. Wat een heerlijke plek, onder een afdak dus uit de zon al kijkend op het water, de Rijn. We drinken koffie en kletsen eerst over deze woonplek. Ik ben bij Betty Dukker, die al jarenlang lid is van onze vereniging en op de maandagavond bij de BBB- groep zit.

Waar ben je geboren en hoe ging jouw leven als jong meisje?

Ik ben geboren in Amstelveen in 1953. Ik heb een oudere broer en een jongere zus.

Waardoor ging je in Bodegraven wonen?

Ik trouwde in 1973, kregen daarna onze eerste zoon en in 1978 kwamen mijn man en ik naar Bodegraven. Ik was 25 jaar jong. Mijn man Piet had eerst werk in Leimuiden maar dat bedrijf ging failliet. Hij kreeg een baan in Bodegraven. Wij lieten ons inloten voor een koopwoning in Broekvelden.

Hoe kwam deze vereniging bij jouw in beeld?

In januari van 1980 ging de Sporthoeve in Zuid open. Ik was 27 jaar. Ria Rietveld van toen nog Hercules ging daar op de donderdagochtend jazzdans geven. Ik heb vroeger in Amstelveen ook op turnen gezeten en ben sportief aangelegd en deze les beviel mij prima. Later ging Ria ook in de avond dansles geven en dat uur nam ik erbij. Dat was ook gericht op billen, benen en buik. Net als nu de BBB.



De vereniging ging naar de Dronenplein in Zuid, later weer naar de zaal Laan van Turkenburg in Noord en ik heb ook nog een tijd in de Spoorstraat les gehad. Ria ging stoppen en Carla de Lange nam het over. Saskia van de Akker van de dans afdeling viel wel eens in. Hercules was al een poos Heres en na de dansstudio in het Evertshuis kreeg Heres het pand op de Doortocht voor alle dansgroepen. Ook daar bleef ik 2x in de week lessen. Carla gaf ook veel les op de steps. Uitvoeringen waren ook aan de orde. Na Carla kwam Nicoline. De andere dansdocenten gingen zelfstandig verder en Nicoline bleef bij Heres en we verhuisde nwe naar de Optisport locatie. Het werd voor mij toen 1 uur in de week les. Nicoline verhuisde na een aantal jaren en nu krijg ik al een tijd de BBB les van Petra van de Ploeg.

Je bent sportief zeg je, heb je nog meer sportieve bezigheden misschien ?

Ik hou van wandelen. In 1995 en 1996 heb ik de vierdaagse van Nijmegen gelopen. Ik was bijna na de eerste dag gestopt maar toch doorgezet want ik liep ook met een maatje en je hebt ook lang van te voren getraind, dat wil je ook niet zo maar laten gaan. Carla had trouwens ingebracht om elke zondag van 10 tot 11 uur te wandelen i.p.v. binnen te zitten. We begonnen met een groep van 10. Nu doe ik dat nog steeds met Margo de Ruiter die op de Fit Fier en Soepel (FFS) groep zit en met Carla van Wageningen uit de BBB groep, heerlijk !

Vertel eens... heb je gewerkt of was je een thuis blijvende moeder of....?

We hebben 2 zonen en nu 2 kleinzonen en 3 kleindochters waarvan er 1 op Heres Gym zit. Ze is mee geweest voor de eerste keer op kamp van Heres. Het was haar allermooiste weekend ooit zei ze. Mijn zoon zat op de basisschool Het vogelnest en ik werd daar op mijn 25e een actieve vrijwilliger. Assisteerde bij de kleuterklassen en werd ook overblijfouder. Dit heb ik 8 jaar gedaan. Dus op mijn 33 ste ging ik werken als verkoopster bij tuincentrum 'Floraland' wat later 'Welkoop' werd. Tussendoor werd onze 2^e zoon geboren. Half jaar een kantoorbaan en daarna gewerkt bij ISPC Horeca Groothandel als receptioniste.

Je hebt natuurlijk ook hobby's want je bent niet een echte "huismus" begrijp ik.

Ik heb veel kleding zelf gemaakt en 18 jaar lang meegedaan als EHBO'er hier in Bodegraven met allerlei diploma's.

Ik haak hierop in.....*O ja, jij zat heel vaak bij onze wedstrijden.*

Klopt.....in begin 2020 ben ik gestopt. Er kwamen heel veel nieuwe en jonge aanwas en ik was wel klaar met al die cursussen die je moet doorlopen.

Ben je tevreden over Heres of heb je nog een tip?

Ik ben heel blij met deze vereniging en dan vooral met de BBB groep waar ik op zit. Ik voel mij thuis. We kennen elkaar al heel lang en zitten ook heel lang met elkaar op deze les. Elke maandag avond voordat we beginnen nemen we alles even door over de dagelijkse dingen en ieders gezondheid. Niemand wil weg want we zijn heel hecht. We zijn er voor elkaar ook in privé en dat geeft ook steun.

Ik prijs haar dat ze zo sociaal is en wens haar veel plezier voor straks met elkaar. Op de fiets naar huis telde ik..... ze is nu 46 jaar lid!!!

Heres, altijd in beweging

