

79^e JAARGANG
N° 4 DECEMBER 2011

Fraternitas Utrecht



UTRECHTSE CHRISTELIJKE VERENIGING VOOR LICHAAMELIJKE OEFENING
OPGERICHT 6 MEI 1893

***PRETTIGE
FEESTDAGEN EN EEN
VOORSPOEDIG 2012!!***

Heeft u interesse om te adverteren?

Neem dan contact op met Fraternitas:

adverteren@fraternitas.nl

Informeer naar de diverse mogelijkheden waaronder eenmalige advertenties in het blad of op internet (www.fraternitas.nl)

Zeddeman & Zn

Schilders-en interieursbedrijf

de Liesbosch 12 X
3439 LC Nieuwegein

Telefoon 030-6060203

Telefax 030-6060036

met een ERKEND SCHILDER bent u beter af



VERENIGINGSORGAAN VAN DE UTRECHTSE CHRISTELIJKE VERENIGING
VOOR LICHAMELIJKE OEFENING FRATERNITAS
OPGERICHT 6 MEI 1893
AANGESLOTEN BIJ DE KNGU
ONDSCHIEDEN MET DE KONINKLIJKE EREPENNING



REDACTIE

Lanuariusweg 3
3453 JA De Meern

e-mail: kopij@fraternitas.nl

Kopij inleveren voor: 13-03-2012

79^e JAARGANG N^o4 DEC. 2011

VAN DE VOORZITTER...

De eerste wedstrijden van dit seizoen zijn inmiddels al weer achter de rug. De kampcommissie heeft ook dit jaar weer een geweldig ouderen weekend georganiseerd en zoals tijdens de algemene ledenvergadering in april is afgesproken, was in november een extra ledenvergadering. Gelukkig hadden de aanwezige leden, na enige uitleg, het volste vertrouwen in het huidige bestuur. Hierover kunt je meer lezen in dit blad. 26 november kwam ook dit jaar weer Sinterklaas en 6 van zijn Pieten naar Frat voor de jongste leden en 10 december zijn alle te winnen prijzen veroverd tijdens de jaarlijkse onderlinge wedstrijden.

Het bestuur gaat nu weer verder met zaken rondom de turnhal, het maken van een nieuw huishoudelijk reglement en het in kaart brengen wat de visie is van Fraternitas.

Ik wens alle leden een sportief en gezond 2012.

Ati Dijk



IN DIT NUMMER O.A.:

- # wist u dat?...
- # Onderlinge wedstrijden...
- # Springwedstrijden...
- # Van de Drumfanfare...
- # Heren wedstrijden...
- # En nog veel meer.....

VOORZITTER

Ati Dijk
06 - 44 45 03 26

SECRETARIS

Janneke Peerdeman
06 - 39 33 25 82

PENNINGMEESTER

Clasineke van Steensel van der Aa
030 - 252 25 70

GIRONUMMER : 36307

t.n.v.
Penningmeester
Fraternitas Utrecht

VAN DE REDACTIE...

Beste lezers,

Voor je het weet is het jaar al weer voorbij. Hier al weer het laatste blad voor dit jaar. Een bijzonder druk jaar voor velen en voor een aantal in het bijzonder. Alle drukte rondom de Turnhal heeft voor menig vrijwilliger de nodige tijd en energie gekost. En dan krijg je als bestuur ook nog te maken met een behoorlijk gat in de (lopende) begroting. Tja... en dan moet je als versbakken penningmeester rigoureuze maatregelen treffen om het hoofd weer boven water te krijgen. En dat binnen zeer korte tijd; complimenten!!

Maar dat is niet het enige. Natuurlijk de wekelijkse lessen, de diverse commissies, de vergaderingen, organiseren van activiteiten etc. Het wekelijkse uurtje turnen, drumfanfare, acro of volleybal is niet alles wat er speelt binnen Fraternitas.

Nu ik de aandacht heb, graag nog even het volgende; al jaren zorgen Lenny en ondergetekende er voor dat het inhoudelijke blad weer op orde is. Dat doen wij met plezier, maar graag zien wij meer inbreng van meer leden/ouders. Dus wil je ons meehelpen met foto's, schrijven van stukjes etc, neem dan contact op en wie weet kun je ons al mee helpen bij de volgende uitgave!!

Iedereen een goed uiteinde en een sportief 2012!

Veel leesplezier!
Eddy

PS: ondanks dat je denkt dat alles goed gegaan is, mis je soms iets. Zo ook tijdens de onderlinge wedstrijden van 10 december. Daar is het cijfer van vloer van Okke Siahaya niet bij de telcommissie terecht gekomen. Gelukkig heeft hij een oplettende trainer en heeft hij op les alsnog zijn verdiende bronzen plak ontvangen van Chantal. Op de voorpagina een trotse Okke met medaille en diploma!

WELKOM NIEUWE LEDEN

Ines Kalmijn
Anna Hamster
Mira van Leeuwen
Irene Rademaker
Berit van der Velden
Nori Visser
Misha Belitser
Alexandra Bloesma
Karlijn Breukels
Daniel Brouwer
Robin van Doorn
Rosalie Duthler
Jule Geleijns
Charlotte van Gent
Julie Gerritsen
Zaza Goderie

Josje Goes
Zoe van der Gouw
Rix Haberkiewicz
Anne Heeger
Ingrid Hitters
Nick Hurkmans
Syuzanna Ibragimova
Serge Jamin
Lieve Jentjens
Jelle Jochems
Eline Kalmijn
Mats Kats
Ike de Kok
Liecke Koorengel
Jente Kramers
Anouk van Leiden

Deborah Lubbers
Victor Moss
Kheireddine Moussaovi
Parel van Meekeren
Fleur Miedema
Rosanne Pierik
Sebastiaan Pos
Doetze Ruijs
Lot Rijdsijk
Mark Schuttelaars
Okke Siahaya
Emma Samplonius
Nona Schenk
Laura Schepers
Wouter Schoenmakers
Fenna Scholten

Mees ten Seldam
Belisa Simmerman
Susi Slotboom
Kirsten van der Stoep
Ahtern Synink
Wies Tonnis
Gijs Tijssen
Jet Uijland
Marc Vendrig
Lidewij Verhoeven
Pleun Veringa
Newa Vlasblom
Sophie Zomer

TOELICHTING FOTO'S OMSLAG

Trotse Okke met zijn bronzen plak en diploma (p2).

Acro blijft actief... ook tijdens de vakantie. Zie hier Lot in hoeksteun (p 7).



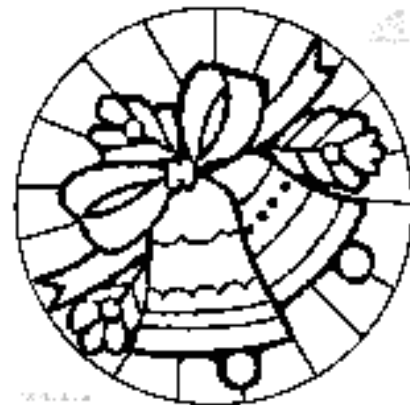
Acro demonstratie tijdens de onderlinge wedstrijden van Fraternitas op 10 december 2011.

Huh..... Twee oefeningen op 1 balk? Een bijzondere foto, genomen tijdens de onderlinge wedstrijden van Frat (p17-19)

Op 24 november was er een ingelaste ALV, om de financiële koers van Fraternitas vast te stellen. Gelukkig waren er nog een flink aantal geïnteresseerde leden aanwezig. Op die avond is de nieuwe contributieregeling aangenomen, die u verderop in dit blad aantreft. Vanaf 1 januari 2012 is dit de enige echte contributieregeling. Ook is de begroting vastgesteld voor 2012, zodat wij als een gezonde vereniging het nieuwe jaar in gaan. U snapt waarschijnlijk dat de contributieregeling is aangepast om de begroting sluitend te krijgen en een gezonde vereniging te zijn en te blijven.

Ik wens u een gelukkig, gezond en sportief 2012 toe!

Clasineke van Steensel van der Aa,
penningmeester



AGENDA

24 t/m 8 jan. Kerstvakantie

Januari 2012

- 12 & 19 19.00-20.00 uur kledingverkoop in de Oranjekapel, Amsterdamsestraatweg 441a
- 14 1^e rayonvoorrunde 4^e t/m 6^e divisie keuze oefeningen, Amersfoort
- 21 Districtsfinale Midwest heren ere t/m 3^e divisie, Utrecht
- 28 2^e regio voorronde dames 1^e t/m 3^e divisie, Amersfoort

Februari 2012

- 2 & 9 19.00-20.00 uur kledingverkoop in de Oranjekapel, Amsterdamsestraatweg 441a
- 4 & 5 Landelijke 1/8 finale heren ere t/m 3^e divisie, Tilburg
- 4 1^e rayonvoorrunde 4^e t/m 6^e divisie voorgeschreven oefenstof, Utrecht Paperclip
- 13 t/m 18 Kijkweek in de turnhal

20 t/m 25 feb. Voorjaarsvakantie

Maart 2012

- 1 & 8 19.00-20.00 uur kledingverkoop in de Oranjekapel, Amsterdamsestraatweg 441a
- 3 2^e rayonvoorrunde 4^e t/m 6^e divisie keuze oefeningen, Amersfoort
- 3 & 4 Landelijke 1/4 finale heren ere t/m 3^e divisie, 's Hertogenbosch
- 13 kopij binnen Fratblad 2012-01
- 17 2^e rayonvoorrunde 4^e t/m 6^e divisie voorgeschreven oefenstof, Breukelen
- 24 dames landelijk ½ finale, Haarlemmermeer
- 1^e regio voorronde heren 4^e t/m 6^e divisie, Maarn
- 31 Regio clubteamwedstrijden dames
- 31 & 01-04 Landelijke 1/4 finale heren ere t/m 3^e divisie, Waddinxveen

April 2012

- 5 & 12 19.00-20.00 uur kledingverkoop in de Oranjekapel, Amsterdamsestraatweg 441a
- 6 Goede vrijdag, dus geen trainingen
- 9 Tweede paasdag, dus geen trainingen
- 9 Jaarbeurs Utrecht Marathon
- 14 2^e regio voorronde heren 4^e t/m 6^e divisie, Maarn

VAN DE DRUMFANFARE...

Beste Fratbladlezer,

Voor u ligt alweer het laatste Fratblad van 2011, nog even en dan zitten we alweer in het nieuwe jaar! In de laatste twee maanden van het jaar hebben wij altijd nog wat optredens in de



agenda staan. Het eerste optreden in november was op zaterdag de 12^e. Sinterklaas zette op deze dag, samen met zijn zwarte pieten én met de FraterPietenBand weer voet aan wal in Maarssen.

Het beloofde een mooie dag te worden met schitterend weer. Samen met Sinterklaas gingen wij om 12.30 uur op de Pakjesboot richting het gemeentehuis van Maarssen. Langs de Vecht was het al ontzettend druk met kinderen die als eerste een glimp wilden opvangen van de Sint. Na een boottocht van drie kwartier kwamen we bij Goudestein aan. Hier stonden de kinderen rijen dik om de Sint een handje te geven.

Tijdens het welkomswoord van de burgemeester was er voor ons even de mogelijkheid om binnen in het gemeentehuis wat te drinken en te wachten op de Sint.

Rond 14.00 uur konden we gaan beginnen aan de rondgang door Maarssen. Voorop de FraterPietenBand en daarachter de koets met Sinterklaas. Bij het winkelcentrum aan de Plesmanlaan ging Sinterklaas traditiegetrouw even uit de koets om alle kindjes een hand te schudden. Daarna vervolgden wij onze tocht richting feestcentrum 't Zand aan het Harmonieplein. Hier zaten veel kinderen te wachten in afwachting van de Sint en zijn Pieten. Voor de FraterPietenBand was dit het einde van de Sinterklaasintocht in Maarssen. Het was weer ontzettend leuk en heel gezellig!



Het weekend daarop was het wederom raak.....Voor de vierde keer alweer waren wij gevraagd om Sinterklaas te vergezellen op winkelcentrum Muntplein in Nieuwegein. Rond 11.15uur moesten wij verzamelen in buurthuis Feniks om daar de voorbereidingen te treffen voor ons optreden. Rond 13.00 uur vertrokken wij met z'n allen, alle pieten en Sinterklaas, richting het winkelcentrum. Op het winkelcentrum stond het rijen dik met kinderen die voor de Sint een mooie tekening hadden gemaakt en in ruil daarvoor een mooi cadeautje kregen. Ook dit keer was het weer super goed. We hadden zelfs een zonnetje!

VAN DE DRUMFANFARE...

Al de kinderen en het winkelend publiek reageerden positief op onze feestelijke noten endat je als zwarte piet een soort fotomodel bent, hebben velen van ons ook mogen ondervinden. Je wordt van alle kanten gefotografeerd, een rare gewaarwording maar heel erg leuk!

Na een optreden van ongeveer twee uur gingen wij weer terug naar het buurthuis. Hier hebben wij gezellig nog wat gedronken met de organisatie van deze middag. Iedereen was wederom enthousiast over ons en wij kijken terug op twee leuke Sint- optredens!

Voor de laatste maand van het jaar hebben ook nog twee optredens op de agenda staan. Allereerst gaan wij, zoals het er nu uitziet, op dinsdagavond 20 december onze medewerking verlenen aan een kerstviering op een basisschool. Tijdens deze kerstviering zullen wij op het schoolplein allemaal kerstliedjes ten gehore brengen. De bedoeling is dat het uiteindelijk een soort samenzang gaat worden. De precieze invulling van de avond is nog niet bekend, maar het wordt vast gezellig!

Ons tweede kerstoptreden is net als vorig jaar in Oud- Zuilen. In dit dorpje wordt kerstavond altijd heel leuk en uitbundig gevierd. Zo rijdt er bijvoorbeeld een koets rond met de kerstman en de kinderen uit het dorp mogen een rondje met hem meerijden. In het kleine kerkje van Oud- Zuilen zullen wij waarschijnlijk weer onze medewerking verlenen aan een kerkdienst. Vorig jaar was dit een groot succes. Met het nummer Jingle Bells hebben wij de hele kerk op zijn kop gezet. Iedereen zong en klapte mee. Als het aan ons ligt wordt het dit jaar wederom een succes!
Kortom, wij hebben nog wel wat te repeteren voor het einde van het jaar.

Zo, nu bent u allemaal weer op de hoogte over de gang van zaken bij de drumfanfare. Dan rest mij eigenlijk nog maar één ding en dat is u, namens ons allemaal, hele fijne feestdagen te wensen en een goede jaarwisseling!

Tot in 2012!

Groetjes,
Leden Drumfanfare Fraternitas

GROTE CLUBACTIE 2011

De trekking is gedaan en de uitslag is bekend. Wat hebben een heleboel leden weer ontzettend hun best gedaan voor Fraternitas!! In totaal hebben jullie 3270 loten verkocht!! Met dit geld kunnen we weer een hoop leuke dingen voor jullie doen. Als het goed is hebben jullie allemaal, als jullie dit lezen, jullie bonus gehad, als je genoeg loten verkocht hebt. Allemaal hartstikke bedankt hiervoor.

Iedereen kan zijn lotnummer checken op www.clubactie.nl. Dan weet je of je nog wat gewonnen hebt.

Maar.....Er is ook nog een echte winnaar! Bo Visser, van de donderdag les van Lenny, heeft 88 loten verkocht. Een geweldige prestatie en daarom heeft ze onze Fraternitas prijs gewonnen.

!! 4 kaarten voor een Nederlands pretpark !!

Inmiddels is die uitslag op de onderlinge wedstrijden bekend gemaakt en uitgereikt. Wij hopen dat Bo er erg veel plezier van heeft!

En volgend jaar kan iedereen weer proberen dit record te verbeteren.

VAN DE ACRO...

De traditie houdt stand!

Ook deze zomer zijn de meiden van de acro weer druk bezig geweest met hun skills bij te houden.

Isis heeft een groot geluk dat haar grote zus Lara ook aan acrogym deed, dus konden zij samen een onderdeel doen voor de foto, Isis staat bij Lara op de schouders.

Anna en Aurora vonden de vakantie toch wel lang duren en besloten samen af te spreken om in de vakantie ook



een beetje te trainen en zie hier het resultaat; Aurora in spreidhoeksteun op het boogje van Anna en

Anna die Aurora in vliegtuigje tilt!



Maar dat is niet Alles, Anna is ook nog op vakantie geweest in de bergen en daar heeft ze dit mooie plaatje vandaan!



VAN DE ACRO...

Nicky haar krokodil is in de vakantie stukken vooruit gegaan! Mooi horizontaal en met een glimlach zoals het hoort!

Lisa is in Parijs geweest deze zomer en kreeg haar moeder (Ellie een van onze acro juryleden) zover om samen met haar op de foto te gaan.

De Eiffeltoren verbleekt erbij!!!



Toen Lot eenmaal begon met onderdelen doen kon ze niet meer stoppen!! Vooral de hoeksteun en de krokodil bij zonsondergang vind ik echte plaatjes (Zie voorblad)



En jawel Alexander en ik hebben ook niet stil gezeten deze vakantie.

Alexander is afgelopen winter al op vakantie geweest (naar Antarctica) dus was deze zomer thuis en deed daarom een handstand op zijn balkon.

Mirjam



Vandaag staat de eerste wedstrijd voor de jongens op de planning. We moesten om half 9 in Amersfoort zijn. We waren te gast bij Gym XL. Hier gaan de eerste 3 divisies en talentendivisie om een finale plaats turnen.

In wedstrijd 1 mogen Ervin, Jop, Simon, Mitchel, Morris en Mick hun kunsten laten zien. De trainers Eddy, Vincent en Chantal stonden hen terzijde. Het was buiten erg koud en de kinderen moesten daarom even goed opwarmen. Mooi om te zien hoe alle kinderen door elkaar heen allerlei oefeningen lieten zien. Om 9 uur ging de wedstrijd van start. Ik probeer een beetje uit te leggen hoe dit dan gaat. Er zijn 6 onderdelen bij de mannen, op elk toestel gaat een groep kinderen aan de slag met hun oefening. Meestal zitten de kinderen van hun eigen niveau en leeftijd bij elkaar. Als dan alle kinderen hun oefening aan de jury hebben laten zien draait een groep door naar de volgende oefening. Dus het is best rommelig op de vloer, dit is een echte uitdaging voor de trainers. Het blijft een uitdaging om alle kinderen op de juiste tijd op de juiste plek te krijgen in de juiste broek. En dan mogen ze ook nog heel even in-turnen op het toestel. Zo is er maar zo een halve dag voorbij.

Ervin mocht de spits in groep 1 afbijten. Hij deed erg netjes zijn best op de vloer. Gelukkig wist hij zijn oefening goed uit zijn hoofd. In de andere groepen gingen Jop en Simon aan de slag. Ook Mitchel, Morris, Mick gingen in hun eigen groep van start met hun onderdeel. De tribune was aan een kant van de hal en het was erg moeilijk om alle kinderen te volgen. Ervin mocht door naar voltige alwaar hij na twee flanken dacht klaar te zijn maar na een klein hintje van Eddy maakte hij zijn oefening netjes af. Hierna volgen de ringen, hierin ging hij best lekker volgens mij, maar misschien ben ik ietwat bevooroordeeld als mama van Ervin, Helaas viel hij bij de afsprong op zijn achterwerk en dat was duur.

De sprong was vanaf de tribune echt niet te volgen maar Ervin was tevreden. Toen mocht hij naar de brug, ook hier deed hij zijn oefening netjes, hoeksteun gevolgd door een paar ik geloof vier? zwaaien, en dan met de benen erover heen om weer naast de brug te komen. Het zag er goed uit. Als laatste onderdeel stond de rekstok op het programma, best hoog z'n ding hoor, maar hij deed de borstwaarts om en een buikdraai met een vlotte overgang naar een paar flinke zwaaien, bij de vierde zwaai mocht hij afkomen tot stand en ...hij staat....! zoals onze Nederlandse commentator Hans van Zetten altijd zegt. En toen waren ze klaar. We kregen te horen dat de prijsuitreiking na een kwartier zou volgen.

Toen kwamen alle kinderen in een nette outfit per vereniging binnen gemarcheerd. Allemaal vermoeide kinderen met rode hoofden. En toen werd Ervin naar voren geroepen bij de categorie Benjamin niveau 10 talentendivisie, hij had de BRONZEN medaille gewonnen! Wat was hij blij en wij natuurlijk ook! Hiermee heeft hij zich direct geplaatst voor de districtsfinale in januari. De andere kinderen van Fraternitas en Sport Vereent of eigenlijk moet ik misschien schrijven **TURN4U** hebben hun best gedaan. De uitslagen zullen snel op de site staan.

Inmiddels komen de mannen van de tweede wedstrijd binnen, Erwin en David mogen in de middag hun kunsten gaan vertonen voor de jury.

Het was superleuk om deze ervaring mee te maken. Het was een echte officiële wedstrijd voor ons. We hebben genoten. Trainers dank jullie wel! Op naar de trainingen om nog veel meer mooie dingen te leren.

Een trotse moeder en supporter.



WAT TE DOEN ALS...

...Je een perfecte knot wil maken?



Benodigheden: 2 elastieken, 1 donut van de drogist, veel speldjes en 1 of 2 wokkels.



- 1 zorg voor los gekamde haren
- 2 maak een middelhoge staart
- 3 doe de donut over de staart
- 4 verdeel het haar over de donut en zet vast met een elastiek
- 5,6,7 wikkel het los hangende haar om de donut en zet vast met speldjes of extra elastiek
- 8,9 doe de wokkels er omheen, als laatste de wokkel tegen het hoofd aan.
- 10 TADAA, een perfecte knot, zet nu de losse plukjes van de pony vast met speldjes



HET FRAT OUDERENKAMP...

Op een van de eerste lessen na de zomer vakantie werd ik overvallen met de vraag: Hé Marina, ga je ook mee op ouderen kamp?

Ouderen kamp..... nou nee, ik denk het niet hoor.

Ach joh, doe niet zo flauw.... dat is hartstikke leuk, werd er van alle kanten geroepen.

Marja deed er zelfs een schepje bovenop door te zeggen: als jij mee gaat dan ga ik ook.

Tsja..... dan kan je er eigenlijk al niet meer onderuit.

Dus op 11-11-11 (hoe kunnen ze het zo plannen) gingen we op pad naar De Schanse Hoeve in Alphen.

Zo rond de klok van 20:00 uur werden we ontvangen door Joost met een heerlijk bakkie koffie of thee en een schaalje pepernoten (het gedonder begint al, dit wordt echt zo'n vreet weekend).

Nadat iedereen aanwezig was werden de huisregels uitgelegd en mochten we onze spullen naar "een" kamer brengen en bepalen wie met wie de kamer zou delen.

Wij lagen met 6 dames, keurig op een rijtje van vier naast elkaar en twee boven elkaar, op een kamer aan het eind van de gang.

Het enige nadeel was, dat er één douche, één toilet en één spiegel (!!!) was en dat alles ook nog eens in één en dezelfde ruimte. Jaaaaaa,.....en dat met 6 vrouwen!

Ondanks dat het wat " behelpen" was levert het toch ook wel leuke situaties op want op een gegeven moment stonden we, net als de weeskinderen in de film Annie, in een rijtje onze tanden te poetsen!

Voor degene die de film niet gezien hebben.....dat ging zo:

> achter elkaar naar de kraan met in je ene hand je tandenborstel en in de andere de tandpasta.

> tandenborstel onder de kraan -> tandpasta erop doen -> weer een beetje water -> tanden borstel in je mond en doorlopen!

> in een rijtje *naast* elkaar twee minuten poetsen -> weer naar de kraan en spoelen maar.

Doe een stapje naar voren, doe een stapje opzij.....lalala

En dat allemaal in de heerlijke geur van verse koeienvlaaien.....of was het toch iets anders?

Maar goed, we dwalen af want we zijn nog bij het begin.

Nadat de spulletjes op de kamers waren gelegd werd er van ons verwacht dat we weer naar beneden zouden komen om het avond programma te volgen.

De kamp commissie (bestaande uit Joost, Kosse, Hilde en Mariëlle) had bedacht dat het wel leuk zou zijn om het spel; 'A Minute To Win It' te spelen en hadden allerlei leuke opdrachten "verzonnen".

Nadat de groep in twee teams was verdeeld kon het spel beginnen.

Van bellen blazen tot boutjes stapelen en van bekers wisselen tot schudden met je kont. Ze hadden nu niet bepaald de makkelijkste opdrachten uit gekozen, toch Steven.....?

We hadden in ieder geval de grootste lol en daar ging het om.

Waar we ook vreselijk mee



HET FRAT OUDERENKAMP...

gelachen hebben was het spelletje: Wat Ben Ik?

Als een stel malloten zaten we met een memo briefje op ons voorhoofd waarop stond wat je was en door vragen te stellen moest je er dan achter komen *wat* dat was. (zie foto)

Nou ik kan je vertellen dat dit nog niet mee valt hoor.....ik zou zeggen probeer het uit tijdens de feestdagen (of is het Fratblad dan nog niet uit.....haha)

Zo tegen middennacht ging iedereen zo zachtjes aan zijn bed op zoeken om de volgende dag weer fris aan het ontbijt te verschijnen!

Zaterdag:

Het is misschien niet altijd handig om als een van de eerste in de ontbijtzaal te zijn!

Er zou vandaag gesport worden en dat bleek een volleybal toernooi te zijn in een gymzaal-tje even verderop.

Maar ja, wij als echte sporters van Frat weten ook wel dat er eerst een warming-up gedaan moet worden en wie mocht die geven? Juist ja, ik!

En bedankt hè Joost!! In de auto had ik gelukkig nog wat cd's liggen en na wat improvisatie hebben we met z'n allen op K3 (ja sorry) lekker lopen huppelen in de zaal om een beetje warm te worden.

Daarna kon er gestart worden met volleyballen.

Om twaalf uur waren we klaar en gingen we weer naar ons plekkie om te lunchen en vertelde Joost ons wat het middag programma was.

Ja, als je denkt dat je voor je *rust* een gezellig weekendje uit bent heb je het mis hoor!

De opdracht die we kregen was dat we met z'n allen het avond eten moesten maken en om het nog erger te maken.....we moesten ook zelf de boodschappen halen!

O, daarom moesten we een kookboek mee nemen. En ik maar hopen dat het voor een spel zou zijn.....hi hi

We werden opgesplitst in vijf groepen met de opdracht ; groep 1 maakt het koude voorgerecht, groep 2 het warme voorgerecht, groep 3 het hoofdgerecht, groep 4 het nagerecht en groep 5 zorgt voor de tafel versiering.

Denk je als huisvrouw dat je een weekend verlost bent van die huiselijke " sleur" word je nog met een enveloppe met geld op pad gestuurd!

En het ergste komt nog.....

Ik zat bij Ati in de groep en wij moesten voor het nagerecht zorgen.

Staan we met z'n zessen bij de kassa van de Lidll zegt ze met een stalen gezicht: we hebben maar een beperkt budget dus we moeten even kijken of we de slagroom wel mee kunnen nemen dus als je na de acht komkommers, zestien appels, vier blikjes ananas en twee potten paprika stukjes even het subtotaal wil zeggen dan weten we het.....



HET FRAT OUDERENKAMP...



Je zag aan de caissière (en de andere klanten die achter ons stonden) dat ze dacht; ach wat zief...maar wat moeten ze dan met deze spullen? Ze kunnen beter een brood en een pot pindakaas kopen.....
En bedankt hè Ati!!
Na thuiskomst kon het 'Koken Met Sterren' beginnen en vloog iedereen de keuken in om zijn of haar pannetje, mesje, plankje of weet ik veel te pakken want als je niet snel

genoeg was moest je wel heel creatief gaan doen om je komkommer gesneden te krijgen.

Nu heb ik wel lange nagels maar om daar nu een komkommer mee te snijden.....haha

Ik moet zeggen dat het wel een gezellige huiselijke indruk gaf om te zien hoe iedereen bezig was. Dat er flink werk van gemaakt was werd duidelijk toen we aan een sfeervol gedekte tafel konden plaats nemen.

Van een heerlijk tomaten soepje met crème fraîche tot een uitgebreide rijsttafel en als afsluiting een bakkie koffie met slagroom (ja,ja, het budget was voldoende) en een bonbon en van alles wat daar tussenin zat.

Complimenten voor het hele kook team!!

Als je denkt dat je na het eten lekker kunt gaan uitbuiken op de bank, heb je het mis!

De commissie heeft goed z'n best gedaan met het samenstellen van het programma hoor!

Om 20:30 uur moesten we klaar staan om naar Appeltern te gaan waar ze de bowlingbaan hadden gehuurd.

En werd in twee groepen gewerkt, de een kon al beginnen met bowlen en de andere mocht Oud Hollandse spelletjes gaan doen zoals: sjoelen, vier op een rij, mens erger je niet enzovoort.

Zo tegen middernacht waren we weer thuis en kon er eindelijk neer geploft worden op de bank.....hèhè.

Gelukkig kregen we van Joost te horen dat we de volgende dag mochten uit slapen en dat we om half tien aan het ontbijt verwacht werden.

Zondag;

Na een heerlijk ontbijtje met zelfs een eitje (ben al aan het oefenen voor 5 dec.) werd er verteld dat we warme kleding aan moesten doen en om half twaalf in de huiskamer klaar moesten staan.

Zo gezegd, zo gedaan.

Precies om die tijd kwam er een trekker met daar achter een soort trein-stel de dijk op rijden en werd het ons duidelijk dat we een rit door de omgeving gingen maken!

Het was wel een beetje propfen om 32 personen in de "wagon" te krijgen wat natuurlijk niet ging lukken.

Kees den Uijl mocht daarom op de "bok" bij de boer zitten en had de tijd van z'n leven!

Ondanks dat hij zat te barsten van de kou zat hij met een big smile, zo groot als een breedbekkikker, als Dik Trom te genieten en alle informatie op te zuigen die hem verteld werd.

Ik geef hem dan ook de eer om hierover een stuk(je) te schrijven voor het Frat blad. Na een uurtje hobbelen werd het weekend afgesloten met het traditioneel bakken van tosti's.

HET FRAT OUDERENKAMP...

In de tussen tijd werden er allerlei spelletjes gespeeld en werd de bar vol gezet met alle restjes die nog over waren.

In plaats van een lunch werd het dus een uitgebreide brunch maar ondanks dat er goed van gegeten werd bleef er toch een hoop over.

Gelukkig waren er "arme" studenten aanwezig die altijd van alles (?) goed kunnen gebruiken.

Zo ging de een met afwasmiddel en fruit naar huis en de ander met aluminiumfolie om d'r haar te kunnen verven!

Ja, wist je nog niet hè maar Frat doet ook aan recycelen. (het is jullie van harte gegund hoor, beter dan dat het weggegooid wordt!!)

Zoals aan alles kwam ook aan dit weekend een eind en ging iedereen zo rond de klok van vieren op weg naar huis.

Het was voor mij de eerste keer, vandaar dat ik een stukje moest (?) schrijven, en ik vond het een geslaagd, sportief en gezellig weekend.

Mijn complimenten voor Joost, Kosse, Hilde en Mariëlle!

Groetjes Marinka

Hoi allemaal,

Op speciaal verzoek van Marinka hierbij mijn verhaaltje over ons tochtje op zondagmiddag 12 november 2011.

Een half uurtje later dan gepland kwam er een oud, klein, ploffend en stinkend, maar keurig blauw geschilderd tractortje met aanhanger het erf oprollen. Wij moesten met z'n allen in die aanhanger (gelukkig overdekt, voorzien van bankjes en zelfs een kacheltje) om een rondrit door de omgeving te maken. De aanhanger was iets aan de kleine kant, dus ik besloot het aanbod van chauffeur Jan aan te nemen en plaats te nemen op het spatbord van de tractor. Dat had zo z'n voordelen, maar natuurlijk ook wat nadelen.

Eerst de nadelen; het was best een beetje koud zo buiten zonder kacheltje, en van enig comfort was geen sprake, ruim een uur met gebogen en gedraaide rug. Zo'n tractor heeft geen vering en stuitert dus over drempels en hobbels in de weg waardoor ik enkele keren fors mijn hoofd stootte aan het stalen frame van de overkapping.

Maar dat werd ruimschoots goed gemaakt door de voordelen; ik zat buiten dus ik kon zonder hinder van beslagen ramen en ondanks de mist de prachtige omgeving goed zien. Bovendien wist Jan daar veel en leuk over te vertellen, er was geen omroepinstallatie in de aanhanger dus dat hebben de anderen allemaal gemist. En tenslotte hadden Jan en ik een soort van 'klik'; we zijn allebei fanatieke liefhebbers van antieke voertuigen; hij zijn tractortje (een éencilinder tweetakt diesel uit 1955 van het merk Lanz) en ik mijn motorfiets (een tweecilinder viertakt benzine uit 1963 van het merk BMW). Kortom ik vond het een leuke tocht, terwijl de anderen in de aanhanger op elkaar gestouwd zaten en slechts na droogvegen van de ramen af en toe naar buiten konden kijken heb ik genoten van het prachtige landschap en vele soorten (soms zeldzame) vogels en een 'goed' gesprek.

Kampganger Kees den Uijl



SPRINGWEDSTRIJDEN...

De jaarlijkse regionale springwedstrijden waren op zaterdag 5 november in Woerden. Gezellig voor de trainers want daar ontmoeten we oud KNCGV leden die we in rayonwedstrijden niet meer tegen komen.

Leuk voor de leden want het is de enige wedstrijd onder de recreanten waar je niet individueel aan meedoet, maar gezellig met een groepje.

Dit jaar was Fraternitas de mede organisator van dit festijn.

Wat houdt dat dan in? Hoor ik u denken. Nou, wij zorgen voor het klaar zetten van de toestellen, er zitten twee mensen de hele dag bij de kassa, mensen bij de computer om de cijfers in te voeren en de cijferlijsten uit te printen, iemand die zorgt dat de juryleden te drinken krijgen. En natuurlijk moet er een EHBO'er in de zaal zijn. Vooraf hebben we dan al inkopen gedaan zodat er ook een koekje bij de koffie is, alle vrijwilligers een aardigheidje mee

naar huis krijgen (dit jaar was dat een hyacintebol in een vaasje, met een keykoord van Fraternitas) en voor op de dag lunchpakketten om te eten.

Omdat Frat met zoveel teams meedoet waren er ook drie juryleden en drie trainers de hele dag actief.

Langs deze weg wil ik samen met de meisjes, nogmaals alle vrijwilligers bedanken voor hun medewerking.



Bedankt



En dan de wedstrijd. Wat was het weer spannend. Omdat er de laatste jaren niet zo heel veel verenigingen meer meedoen, maken we groepen op niveau, en bij voldoende meisjes (tja, de jongens mogen wel meedoen, maar we zien ze nooit) maken we groepen per les.

SPRINGWEDSTRIJDEN...

Voor de senioren D van Annemiek betekende dat een wedstrijd van het tweede uur tegen het derde uur. Voor de meisjes jeugd D van Lenny was er ook een wedstrijd van de vrijdagles tegen de donderdagles. En voor de junioren D was er een wedstrijd van de meiden van Annemiek tegen de meiden van Lenny. Verder was er nog een groep 7-9 jarigen E, 9-11 jarigen E en junior E. Leuk om achteraf te zien dat iedere groep met een medaille naar huis is gegaan. En dat ook bij de onderlinge wedstrijden niet steeds dezelfde groep heeft gewonnen.



De uitslagen kunt u vinden op www.fraternitas.nl onder het kopje uitslagen. Ati bedankt voor het invoeren van alle namen bij de cijfers.

WIST U DAT.....

- * Sinterklaas weer bij Fraternitas is geweest?
- * De kinderen domme Piet hebben geholpen met het vinden van zijn muts?
- * Wij weer terug kijken op een zeer gezellige ochtend?
- * Op deze ochtend 45 vrijwilligers hebben geholpen?
- * Sinterklaas altijd erg blij is met deze vrijwilligers?

- * Trainers en bestuur alweer aftellen naar het volgende lustrum?
- * Dit lustrum zal worden gevierd in het voorjaar van 2013?
- * Fraternitas dan al 120 jaar oud is?
- * wij ons gelukkig nog wel piep jong voelen?

- * Desirée Bunschoten het leuk vond om een tijdje les te krijgen van een topturnster?
- * Zij leuke opdrachten van Suzanne Harmes moesten doen?
- * Suzanne veel tips heeft gegeven?
- * ze ook een uitvoering heeft gegeven?
- * die uitvoering "echt gaaf" was volgens Desirée?

ONDERLINGE WEDSTRIJDEN 10-12-2011...

Zaterdagochtend 10 december 2011, om 5.30 uur hoor ik de wekker van mijn oudste dochter. Wij moeten om 7.00 uur de deur uit en zij heeft even nodig om wakker te worden, helaas is zij niet degene die de wekker hoort.

Aankleden, ontbijten, nog gauw even de mail checken, kleding, papieren en dan om 7.10 uur rijden we thuis weg naar de Galgenwaard toe.

We zijn weer niet de eersten, er staan al trainers boven aan de trap en beneden is de toestelploeg juist begonnen met het uitladen van de vrachtwagen.

Nu nog wachten op de beheerder die klokslag 7.30 uur komt aanfietsen en de sporthal voor ons opent.

Een uur lang wordt de zaal "wedstrijd klaar" gemaakt: verende vloer neerleggen, tapijtje erover, met klittenband vast maken, drie balken opbouwen, twee spanbruggen en een gele brug neerzetten, de springtoestellen en een stuk of 60 matjes voor de veiligheid. Dan de tafels voor de juryleden, kleedje erover, tafels voor de telcommissie en de muziek, installatie erbij, kleedkamer indeling ophangen, nog gauw een bak koffie en dan kunnen de deuren open.

Wat een gezellige drukte is het direct. 92 leden van jong tot oud, ini-mini's en de club-extra staan klaar om te laten zien wat ze hebben geleerd.

Nog nooit zijn er zo weinig uitvallers geweest (meestal moeten er kinderen afzeggen ivm afzwemmen en kinderfeestjes) en dat zorgt er mede voor dat het ons net niet lukt om aan het tijdschema te voldoen.

Iets later dan gepland begint de tweede ronde, nu 72 meisjes en dames die een foutloze oefening proberen te turnen. Voor sommige kinderen was het onthouden van de oefening de grootste opgave, zeker als je 12 dagen daarvoor je laatste les had gehad.

Bij de prijsuitreiking van ronde 2 was er een extraatje in de vorm van een demo van de acrogym. Helaas had niet iedereen op de tribune een zitplaats waardoor het zicht werd ontnomen voor een aantal mensen. Maar ik kan u vertellen, het zag er super uit! Mirjam en club, bedankt.

Ook ronde 3 begon niet op de geplande tijd, maar ik heb er gelukkig niemand over horen klagen. Bedankt allemaal voor het begrip.

63 meisjes en dames deden hun uiterste best. Van dichtbij wist ik dat er een aantal super zenuwachtig waren. Sommige heb ik bij de hand moeten nemen om de zaal te betreden, maar achteraf waren ze erg blij dat ze hebben meegedaan.

Bij de prijsuitreiking, waar ik mijn twee jongste dochters een medaille mocht omhangen, werden we ook verrast door de penningmeester die Bo Visser haar wel verdiende prijs voor de GCA overhandigde.

En na ronde 3 komt dan nog ronde 4, met alle trainers en toestelploeg moesten de heren toestellen worden neergezet. (dat is de reden dat ze altijd als eerste of als laatste aan de bak mogen)

Ik denk dat ze met een record aantal hebben meegedaan: 45 jongens en heren, verdeeld over 6 toestellen. En op de verende vloer nog eens 10 acro-teams met in totaal 22 deelnemers die een wedstrijd oefening lieten zien.

Gelukkig hadden we voor deze ronde voldoende tijd genomen. Na het opruimen van de toestellen kwam de prijsuitreiking van ronde 4 en de Jan de Jager Beker. Helaas was de winnares **Pleun Veringa**, al naar huis en zal zij de beker op les uitgedeeld krijgen.

De uitslagen van de hele dag kunt u terug vinden op www.fraternitas.nl onder uitslagen.

De wisselbekers wil ik wel even vermelden in het Fratblad.

Bij de dames zijn de bekeraars:

Jeugd: **Robyn Oversier**

Junior: **Puck Janssen**

Senior: **Annika van Kouterik**

bij de heren zijn de bekeraars:

Jeugd: **David Wristers**

Junior: **Daan Moens**

Senior: **Wessel de Zwart**

ONDERLINGE WEDSTRIJDEN 10-12-2011...

Om 18.00 uur moest de zaal leeg zijn, nou dat lukte bijna. De beheerder (nee, niet dezelfde als in de ochtend) kwam de zaal al binnen op zijn dweilmachine. Om 18.45 uur kwamen wij weer thuis, daglicht heb ik die dag niet gezien. Maar het kan erger: de toestelploeg was nog onderweg om de geleende toestellen weer terug naar de gymzalen te brengen.

Na de zondag als een echte rustdag te hebben genoten, brak de maandag weer aan.

Tijd om het Fratblad in elkaar te gaan zetten. Een verhaaltje typen lukt me wel (u mag het de volgende keer gerust van mij overnemen) maar foto's heb ik nog niet gezien. (toch nog een verrassing voor mij als het Fratblad in de bus valt?!)

Qvinny Leemans is tijdens de onderlinge wedstrijden de tribune op geweest om aan kinderen en ouders te vragen wat zij van deze bijzondere dag vonden. Ik heb geprobeerd om er wat foto's bij te plaatsen van eerdere gebeurtenissen, maar ik kon niet ieder kind terug vinden. Excuses hiervoor.

Ik hoop dat jullie genieten van de interviews.

Lenny de Heus

Hoe was het?

Bij de onderlinge wedstrijden kunnen alle turn- en acroleden van Fraternitas in actie komen, van jong tot oud. Hieronder kun je van een aantal leden lezen hoe ze het vonden om aan deze wedstrijd mee te doen.

Sarah (9)

Hoe lang turn je al? 6 of 7 jaar.

Doe je aan veel wedstrijden mee? Ja, ik doe aan elke wedstrijd mee, ongeveer 1 keer per maand.

Heb je veel geoefend? Heel veel.

Hoe ging het vandaag? Goed, handstand platval was wel moeilijk, brug ging het best.

Denk je dat je gewonnen hebt? Daar gaat het niet om, ik doe alleen mee voor de leukheid.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Overslag.

Vind je het leuk op turnen? Heel leuk, ik heb er veel vriendinnen en Lenny is heel lief.



Rosanne (9)

Hoe lang turn je al? 3 jaar.

Doe je aan veel wedstrijden mee? Eerst niet, nu wel.

Heb je veel geoefend? Niet zo heel veel.

Hoe ging het vandaag? Niet zo supergoed, kan beter. Brug ging wel het best.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Overslag.

Iris (10)

Hoe lang turn je al? 3 jaar.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de 1^e keer.

Heb je veel geoefend? Een beetje, ik heb thuis ook wel een beetje geoefend.

Hoe ging het vandaag? Goed. (Iris' mama is het daarmee eens.)

Wat ging het best? Brug, dat vind ik ook het leukst.

Denk je dat je gewonnen hebt? Nee, maar het gaat ook om de lol.

Wil je nog meer wedstrijden doen? Misschien, ik zit nu al wel lang op turnen dus misschien ga ik iets anders doen.

ONDERLINGE WEDSTRIJDEN 10-12-2011...

Nora (8)

Hoe lang turn je al? 3,5 jaar.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de 3^e keer. Het had de 4^e keer kunnen zijn, maar ik heb er eentje gemist.

Heb je veel geoefend? Ja, de handstand heb ik thuis geoefend en de radslag ook wel.

Hoe ging het vandaag? Wel goed. Vloer ging het best.

Denk je dat je gewonnen hebt? Ik hoop het.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Ik vind vooral brug leuk.



Eva (13)

Turn je al lang? Ja, ongeveer 4 jaar, vanaf mijn 6^e maar tussendoor ook even niet.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? 2x per jaar, dus dit is de 6^e of 7^e keer.

Heb je veel geoefend? Op les, maar ik heb ook wel thuis geleerd.

Hoe ging het vandaag? Goed, ik ben 1^e geworden.

Wat ging het best? Balk, het ophurken ging nu helemaal goed.

Wil je nog meer wedstrijden doen? Ja, ik vind het leuk om mee te doen.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Ik vind alles heel leuk.

Joris (5) met wat hulp van mama

Hoe lang turn je al? Bijna 2 jaar.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de 1^e wedstrijd.

Heb je veel geoefend? Ja, ik heb hard geoefend.

Ging het goed vandaag? Ja, vooral ringen.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Mama vertelt dat hij de salto heeft geleerd. Joris vindt zelf de koproel het leukst.

Johan (8)

Hoe lang turn je al? 2 jaar, nu 1 jaar bij Fraternitas.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de 2^e of 3^e keer.

Hoe ging het vandaag? Goed, vooral sprong en ringen.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Arabier. (Mama roept: "Ik dacht al dat je dat ging zeggen, want die kun je ook heel goed.")

Naomi (11) & Isis (9)

Hoe lang zit je al op acro? Naomi 2 jaar, Isis iets langer.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de 6^e wedstrijd, allemaal samen.

Hoe ging het vandaag? Het ging wel goed, beter dan bij de training.

Wat ging het best? Handstand op de benen (Naomi) en staan op de schouders (Isis).

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Naomi: Handstand op de benen en staan op de schouders op 1 been. Isis: Vliegtuigje achterover.



Puck (9)

Hoe lang zit je al op acro? 2 jaar.

Heb je al veel wedstrijden gedaan? Dit is de eerste wedstrijd, ik heb wel eerder met de demo meegeedaan.

Ging het goed vandaag? Ja, alleen de toss niet.

Wat ging het best? Staan in de handen.

Denk je dat je gewonnen hebt? Nee, maar dat maakt ook niet uit.

Wat is het leukste dat je afgelopen jaar geleerd hebt? Handstand op de voeten.

Op de tribune

De tribune zat de hele dag vol met ouders die apetrots naar de oefeningen van hun kinderen zaten te kijken. We vroegen aan een paar ouders hoe het was om hun kinderen te zien turnen.

Reinder, vader van Aurora (13) zit met de vader van Lisah (ook 13) te praten over broekjes en witte bandjes en hoeveel aftrek de meiden daarvoor kunnen krijgen.

Hoe lang turnt ze al? Al heel lang, wel 5 of 6 jaar.

Hoeveel wedstrijden heeft u al gezien? Dit is de 3^e keer dat ik erbij ben.

Is ze fanatiek? Nogal, 2 keer per week trainen met de selectie, en veel wedstrijden. Ze is heel enthousiast en doet nieuwe dingen vaak ook voor in de keuken.

Hoe doet ze het vandaag? Goed, vooral vloer ging goed.

Heeft ze in het afgelopen jaar veel nieuwe dingen geleerd? Heel veel!

Voor het eerst een vloeroefening op muziek, en rollen over de balk.



Kim en Martijn, ouders van Mariposa (6)

Hoe lang turnt ze al? Sinds haar 3^e.

Hoeveel wedstrijden heeft u al gezien? Dit is de 3^e wedstrijd.

Is ze fanatiek? Dat begint te komen. In de afgelopen weken heeft ze thuis veel geoefend, en ook op school.

Hoe doet ze het vandaag? Fantastisch! Ze doet het prima, ze is de eerste van haar groepje en is heel trots dat ze alles als eerste mag doen.

Heddeke, moeder van Lila (6)

Hoe lang turnt ze al? Een paar maanden, sinds de zomer.

Hoeveel wedstrijden heeft u al gezien? Dit is haar 1^e wedstrijd.

Is ze fanatiek? Jazeker, ze vindt sommige onderdelen heel spannend maar ze heeft hard geoefend in het Griftpark. Ze is een echte doorzetter.

Hoe doet ze het vandaag? Heel goed, ik ben heel trots op haar. En ze huppelt bij het wisselen van onderdeel, dus ze lijkt het ook wel leuk te vinden.

Heeft ze in het afgelopen jaar veel nieuwe dingen geleerd? Ze heeft alles in het afgelopen jaar geleerd. Handstand en radslag gaan heel goed.

Geert, vader van Wouter (8)

Hoe lang turnt hij al? 1 jaar.

Hoeveel wedstrijden heeft u al gezien? Dit is zijn 1^e wedstrijd.

Is hij fanatiek? Heel erg, hij oefent thuis veel met opdrukken en hij kan een hoeksteun op de vloer. Helaas mag hij die vandaag niet laten zien, want het is een verplicht oefening.

Heeft hij in het afgelopen jaar veel nieuwe dingen geleerd? Hij is veel sterker geworden, hij vindt de krachtonderdelen dan ook het leukste.

VAN HET DAMES CONDITIE UUR...

Op maandag 16 augustus begonnen onze lessen weer. Voor de turnleden betekende dit na 7 weken niets doen, de spieren weer belasten, maar voor het damesconditie uur was dit niet het geval.

Wij houden de eerste les na de zomervakantie traditioneel een bijbabbeluur bij iemand thuis.

Dit jaar opende Martine haar huis annex werkplaats.

Martine is beeldhouwer/kunstenaar en haar huiskamer staat dan ook vol met prachtige beelden.

Na een lekker bakkie koffie of thee met vers gebakken lekkers van Corine, kwam er een borrel/sapje met salades en kaasjes. Voor vertrek willen we nog wel even op de foto, tussen de beelden. Nou dat is een prachtige foto geworden, alleen staan we niet tussen, maar voor de beelden. Helaas voor u!!!!



Het dames uur wenst iedereen bij Fraternitas, prettige feestdagen en een gezond 2012!

Sjaan Marja Marie-Louise Nel Jeane Corine Anneke W Trees
Tiny Tonnie Joke Jannie
Els Margreet Mary Lenny Martine



Fotograaf: Marjatta

Niet op de foto:
Anneke H
Khouidia
Jeannine
Josje
Lida
Rita
Annemarie



FRATKLEDING

Wat wordt er voor kleding verwacht?

Voor de trainingen zijn geen speciale eisen. Het moet wel sportkleding zijn waar de leden zich goed in kunnen bewegen, zonder ritsen en knopen. Het schoeisel mag niet buiten zijn gedragen en dient een stroeve zool te hebben.

Leden die aan wedstrijden mee doen moeten de volgende kleding hebben:

Meisjes/dames:

Donkerblauw turnpakje met druppels zonder mouw*

Witte sokken (zonder enige kleur)

Witte turnschoentjes

jongens/heren:

Donkerblauwe turnhemd*

Witte sokken (zonder enige kleur)

Witte turnschoenen

Witte korte broek*/witte turnpantaloon

Doe je mee aan de rayon- en regiowedstrijden en ben je in de leeftijdsgroep jeugd, junior of senior dan is het dragen van ons trainingspak* tijdens de op- en afmars en tijdens de prijsuitreiking verplicht (dit geldt dus niet voor de onderlinge wedstrijd).

De trainingspakken zijn helaas niet meer te koop.

* deze kleding is uitsluitend te koop bij onze eigen verkoop.

Deze verkoop is (in principe) elke eerste en tweede donderdag van de maand.

Van 19.00 tot 20.00 uur in de Oranjekapel, Amsterdamsestraatweg 441a, dit is tegenover de ingang van het Julianapark. De exacte data staan in de agenda.

Er kan in de Oranjekapel niet gepind worden, alleen contante betaling is mogelijk!

Artikel	prijs Maten 116 t/m 164	Prijs Maten S t/m L
Turnpakje meisjes nieuw!!	€ 44,00	€ 47,00
Legging model A (kort)	€ 17,00	€ 18,50
Turnhemdje jongens	€ 30,50	€ 33,00
Witte korte broek	€ 12,00	€ 13,00
Rugtas		€ 11,00
Sporttas		€ 15,00

De turnleertjes van Reisport kunnen besteld worden bij Handelshuis Oost, Volendam; www.handelshuisoost.nl

Art. nr 507 3-gaats rekleertje met rolletjes en klittenbandsluiting.

Art. nr 506 2 gaats ringleertjes met klittenbandsluiting.

Art. nr 510 2-gaats brugleertjes voor dames, met klittenbandsluiting

De witte turnpantaloon en Iwa turnschoentjes zijn te bestellen bij Tematurn

Ambachtsweg 14 3542 DG Utrecht telefoon 030 247 50 20 E-mail: info@tematurn.nl

Web: www.tematurn.nl

TE KOOP AANGEBODEN - TE KOOP GEVRAAGD

Op onze site www.fraternitas.nl kan turnkleding worden aangeboden en gevraagd.

Dus heb je turnkleding te koop of ben je op zoek naar turnkleding van Frat, stuur dan een berichtje naar: info@fraternitas.nl. Zet er duidelijk bij waar het om gaat en hoe je bereikt kan worden.

Na 2 maanden word je oproep weer verwijderd. Of eerder als je dat zelf aangeeft.

CONTRIBUTIE

Dit is de enige echte contributieregeling per 01-01-2012

Per 01 januari 2012:

- De contributie bestaat uit een basisbedrag en een bedrag per kwartier dat er getraind wordt en daarnaast de bondscontributie.
- De contributie wordt per kwartaal berekend en geheven
- De basiscontributie bedraagt €13,- voor elk lid.
- Bedrag per kwartier is € 6,00 voor elk lid.

Bondscontributie:

Deze bondscontributie wordt het 1^e kwartaal van elk kalenderjaar apart in rekening gebracht en bedraagt het individuele bedrag wat per lid door de bond (KNGU) aan Fraternitas wordt berekend. Voor 2011 was dat €13,01 voor leden tot 16 jaar en €16,99 vanaf 16 jaar.

Nieuwe leden die zich aanmelden tussen 1 januari en 1 juli betalen de bondscontributie bij de eerste contributie net als het inschrijfgeld.

Nieuwe 16 + leden die lid worden tussen 1 juli en 31 december betalen de dan aan de vereniging in rekening gebrachte bondscontributie bij de eerste contributie net als het inschrijfgeld. (voor 2011 was dat voor 16+ leden € 13,01).

Inschrijfgeld:

Inschrijfgeld wordt (eenmalig) bij inschrijving als nieuw lid betaald, bij de 1^e te betalen contributie en bedraagt €7,50.

Incasso:

Indien een lid per factuur/accept wil betalen worden €2,50 administratiekosten in rekening gebracht.

U-pas:

Leden met een U-pas kunnen in aanmerking komen voor een reductie van 50 % op de totale contributie (vanaf 17 jaar). Leden onder de 17 jaar zelfs 100 % reductie.

Stuur hiervoor (elk jaar) een kopie van de U-pas naar de ledenadministratie.

Voorbeeld van een berekening:

Een lid dat 1,5 uur traint in de week:

Elk kwartaal: € 13,00 + (6 x € 6,00) € 36,00 = € 49,00.

En één maal per jaar de Bondscontributie, dit bedrag wordt bepaald door de KNGU.

Vragen m.b.t. de contributie:

Neem contact op met Miranda Klinkenberg: miranda@fraternitas.nl of 030-2735325

Lidmaatschap beëindigen: OPZEGGEN BIJ DE TRAIN(ST)ER IS NIET MOGELIJK!

- Leden die in de turnhal Welgelegen trainen kunnen per 01 januari en 01 juli opzeggen met dien verstande dat er een maand opzegtermijn geldt. (dat wil zeggen dat er voor 30 november opgezegd dient te zijn ingaande 1 januari).
- Leden die in de gymzalen trainen kunnen per 01 januari, 01 april, 01 juli en 01 oktober opzeggen met dien verstande dat er een maand opzegtermijn geldt. (dat wil zeggen dat er voor 30 november opgezegd dient te zijn ingaande 1 januari)

Bericht over het beëindigen van het lidmaatschap, verhuizing en de kopie van de U-pas kunnen gestuurd worden naar: Fraternitas, Ria van Raaij, Zijlsteraklaan 44, 3544 SV Utrecht of **via e-mail:** naar ledenadministratie@fraternitas.nl

Burgemeester Fockema Andrealaan 9 zaal 1

Maandag:			lesnummer	
17.00 - 18.00 uur	kleuters	3 - 5 jaar	22	Anne Erkelens
18.00 - 19.00 uur	meisjes	6 - 8 jaar	23	Anne Erkelens
19.00 - 20.15 uur	meisjes	12 - ... jaar	26	Hester van der Rijst

Burgemeester Fockema Andrealaan 9 zaal 2

Maandag:				
18.00 - 19.00 uur	meisjes	9 - 11 jaar	21	Elsiemiek Versteegd

Notebomenlaan 137 (school De Notenboom)

Woensdag				
14.00 - 15.00 uur	Club-Extra	4 - 6 jaar (instroom)	35	Jelle Duinsbergen
15.00 - 16.00 uur	Club-Extra	4 - 6 jaar	36	Jelle Duinsbergen
16.00 - 17.00 uur	Club-Extra	7 - 9 jaar	37	Jelle Duinsbergen

Marco Pololaan 485

Dinsdag:				
20.00 - 21.30 uur	Volleybal (heren)	25 - ... jaar	71	Cees Casteleijn

Oudekerkstraat 2A (ook: ingang Palmstraat)

Maandag				
18.00-19.00 uur	jongens	6 - 12 jaar	30	Steven Wijkmans
Dinsdag:				
17.00 - 18.15 uur	meisjes	12 - 13 jaar	40	Annemiek van der Ploeg
18.15 - 19.30 uur	meisjes	14 - 16 jaar	41	Annemiek van der Ploeg
19.30 - 20.45 uur	meisjes / dames	16 - ... jaar	42	Annemiek van der Ploeg
Woensdag:				
16.00 - 17.00 uur	kleuters	3 - 5 jaar	43	tijdelijk: Loes Berkhof
17.00 - 18.00 uur	meisjes	5 - 6 jaar	44	Loes Berkhof
18.00 - 19.00 uur	meisjes	7 - 8 jaar	45	Loes Berkhof
Donderdag:				
16.00 - 17.00 uur	meisjes	5 - 6 jaar	47	Lenny de Heus
17.00 - 18.00 uur	meisjes	7 - 8 jaar	48	Lenny de Heus
18.00 - 19.00 uur	meisjes	9 - 11 jaar	49	Lenny de Heus
Vrijdag:				
16.15 - 17.15 uur	meisjes	6 - 7 jaar	54	Bapke Roodenburg
17.15 - 18.15 uur	meisjes	8 - 9 jaar	55	Bapke Roodenburg
18.15 - 19.15 uur	meisjes	10 - 11 jaar	56	Bapke Roodenburg

Nolenslaan 33

Maandag:				
17.00 - 18.00 uur	meisjes	5 - 6 jaar	80	Lenny de Heus
18.00 - 19.00 uur	meisjes	7 - 10 jaar	81	Lenny de Heus
19.30 - 20.30 uur	Conditeles (dames)	vanaf 35 jaar	70	Lenny de Heus
Vrijdag:				
16.00 - 17.00 uur	meisjes	6 - 7 jaar	63	Lenny de Heus
17.00 - 18.00 uur	meisjes	8 - 9 jaar	60	Lenny de Heus
18.00 - 19.00 uur	meisjes	10 - 11 jaar	61	Lenny de Heus
19.00 - 20.15 uur	meisjes	12 - ... jaar	62	Lenny de Heus

Molensteyn 47. De Meern

Dinsdag:				
19.30 - 22.00 uur	Drumfanfare	12 - jaar	72	Cor Schmöhl

Willibrordusstraat 45 (ingang St. Bonifatiusstraat t/o nr. 17)

Maandag:				
18.00 - 19.00 uur	jongens	6 - 13 jaar	52	Jeroen de Groot
Dinsdag:				
16.00 - 17.00 uur	kleuters	3 - 5 jaar	10	Cisca den Uyl
17.00 - 18.00 uur	meisjes	6 - 9 jaar	11	Cisca den Uyl
18.00 - 19.00 uur	meisjes	9 - 11 jaar	12	Cisca den Uyl
19.00 - 20.15 uur	meisjes	12 - ... jaar	09	Cisca den Uyl
Woensdag:				
18.00 - 20.00 uur	acro	D-selectie	05	Mirjam den Uijl
Zaterdag:				
09.00 - 10.00 uur	acro instroomles	6 - 20 jaar	02	Mirjam den Uijl
09.00 - 11.00 uur	acro	E-selectie	03	Mirjam den Uijl
11.00 - 11.30 uur	acro	springles	04	Mirjam den Uijl
11.30 - 13.00 uur	acro	D-selectie	05	Mirjam den Uijl

Turnzaal Welgelegen- Grebbeberglaan 1

Woensdag:				
20.30 - 22.00 uur	dames	vanaf 16 jaar	15	Rien den Uyl
20.00 - 22.00 uur	heren	vanaf 14 jaar	53	Eddy van der Rijst
Vrijdag:				
20.30 - 22.00 uur	dames	vanaf 16 jaar	19	Rien den Uyl

Voor een actueel overzicht van de (pre)selectielessen verwijzen wij graag naar de website van Fraternitas: www.fraternitas.nl

ADRESSEN LIJST

BESTUUR

Voorzitter

Ati Dijk ati@fraternitas.nl

Secretaris (postadres)

Janneke Peerdeman Postbus 9742 3506 GS Utrecht
Voor digitale post secretaris@fraternitas.nl

1° Penningmeester

Clasineke van Steensel Clasineke@fraternitas.nl

2° Penningmeester

Miranda Klinkenberg miranda@fraternitas.nl

Leden

Joop van Raaij joop@fraternitas.nl
Brigyt Witteman brigyt@fraternitas.nl
Claudia de Groot claudia@fraternitas.nl

TRAINERS COMMISSIE

Mail contact: voornaam@fraternitas.nl

Voorzitter

Marja den Uijl marja@fraternitas.nl

Leden

Loes Berkhof loes@fraternitas.nl
Cees Casteleijn cees.casteleijn@fraternitas.nl
Jelle Duinsbergen jelle@fraternitas.nl
Anne Erkelens anne@fraternitas.nl
Jeroen de Groot jeroen@fraternitas.nl
Magali Harterink magali@fraternitas.nl
Lenny de Heus lenny@fraternitas.nl
Annemiek van der Ploeg annemiek@fraternitas.nl
Chantal Rietdijk chantal@fraternitas.nl
Eddy van der Rijst eddy@fraternitas.nl
Hester van der Rijst hester@fraternitas.nl
Bapke Roodenburg bapke@fraternitas.nl
Carlien den Uijl carlien@fraternitas.nl
Mirjam den Uijl mirjam@fraternitas.nl
Cisca den Uyl cisca@fraternitas.nl
Rien den Uyl rien@fraternitas.nl
Elsemiek Versteegt elsemiek@fraternitas.nl
Steven Wijkmans steven@fraternitas.nl

CONTACTPERSONEN:

Drumfanfare

Jantine Kroneman
Digitaal: drumfanfare@fraternitas.nl

Ledenadministratie

Ria van Raaij ledenadministratie@fraternitas.nl

Fratblad

Redactie Frat-blad Lanuariusweg 3 3453 JA De Meern
Digitaal: kopij@fraternitas.nl

Internet: <http://www.fraternitas.nl>



Er is weer ruimte om te adverteren....

DAT KAN GROOT

Maar ook iets kleiner....

Interesse?

Neem contact op met Fraternitas:
adverteren@fraternitas.nl

APOTHEEK D.G. BOSWIJK

C. van Steensel vd Aa Apotheker



Open:
ma t/m vrij.
08:00 - 17:30 uur

- Homeopathie
- Voor al uw vragen over geneesmiddelen
- Wij bezorgen bij u thuis

Twijnstraat 28 - Utrecht - telefoon 030 – 2310506 - fax 030 – 2311353

**Indien onbestelbaar, retour ledenadministratie:
Zijlterraklaan 44
3544 SV Utrecht**

