

EK Acrogym

Zoals we in het vorige clubblad al schreven was het erg spannend of er door een team van Agios deel genomen kon worden aan de Europese Kampioenschappen Acrogym in Bulgarije. Tijdens het Nederlands Kampioenschap Acrogym 2011 hadden Pauline (11) , Mieke (15) en Selina (16) aan alle voorwaarden voldaan. Maar de turnbond (KNGU) wil natuurlijk dat Nederland door het beste en mooiste team vertegenwoordigd wordt en er waren meer teams die er vol voor gingen.

Na de zomervakantie kwam het verlossende antwoord: er mocht van 21 tot 25 oktober deelgenomen worden aan het Europees Kampioenschap. Het seizoen begon voor de meiden eerder dan hun teamgenootjes om fysiek snel weer op niveau te zijn. Kracht, conditie en lenigheid waren de eerste weken de sleutelwoorden.

Hoe fanatiek we ook begonnen, al snel kregen we te maken met blessures. Dit vroeg heel wat creatieve invulling aan de training. En vele bezoeken aan fysio's, die elk gaatje benutten om deze sporters geweldig op te vangen, en op te lappen, tot de laatste dag aan toe. *"Namens deze weg: Karen, Maaïke, Tjarve, Ronald, Mieke, therapiecentrum Veenstade en praktijk voor fysiotherapie van Ronald Moes, bedankt voor jullie inzet!"*

Tijdens het vormbehoud, een controlemoment vanuit de KNGU, werd al getoond aan publiek dat ze er klaar voor waren. Voor de sporters is dit een moment om door 'eigen' juryleden, nog verbeterpunten in te winnen. Voor Pauline was dit vooral afwerking van haar voeten. Dit betekende dus heel veel voeten rekken en strekken. Mieke en Selina kregen de opdracht hun sprongen strakker te krijgen. Want elk stapje teveel levert aftrek op en dat willen we niet. En ook Manon, Tjarve en Mascha, hadden hun kritische noten als trainers wel klaar om ze zo de laatste weken nog op scherp te houden.

De laatste week voordat het EK echt aanbrak nam de spanning toe. Er zijn veel kleine dingen die geregeld moesten worden: cd's met je muziek en oneindig veel kopieën ervan, mocht nummer 1 of 2 of zelfs 3 in gebreken blijven, want zonder muziek ben je nergens. Prestentjes om alle andere Nederlandse sporters succes te wensen. Foto's voor de media, want dit avontuur is bijzonder en uniek. Wedstrijdbladen met alles tot wat je van plan bent te gaan doen tot in de details. Geld regelen, want je gaat wel ineens naar een 'oostblokland', waar de euro nog niet echt zijn intrede heeft gedaan. De kleding moet gecheckt worden. Er moesten tenslotte wel genoeg Swarovski steentjes opzitten, als je een trainster hebt die aan steentjes op de pakjes verslaafd is 😊. Ondertussen gingen de trainingen ook gewoon door en moesten de koffers ingepakt worden.

En dit moet zeker gezegd, lees geschreven worden: in het hele stuk van voorbereiding zijn alle ouders van deze sporters heel belangrijk geweest. Ze waren onze grootste supporter. En al die extra dingen hebben ze toch maar even geregeld. Plus alle andere investeringen die er gedaan moesten worden om dit avontuur mogelijk te maken. Natuurlijk financieel, maar ook in tijd. Altijd maar weer naar de trainingen brengen en halen. Zorgen dat er thuis voldoende rust was en dealen met de scholen. Het vertrouwen dat ze gegeven hebben in de momenten dat het even allemaal niet zo zeker was, of lekker liep. Telkens stonden ze weer klaar om ons op te vangen. We kunnen jullie het niet vaak genoeg zeggen en hiervoor bedanken. Zonder jullie was er geen EK voor ons, BEDANKT!

Diep in de nacht gingen we op weg naar Schiphol. Daar sloten we ons aan bij de rest van de Nederlandse delegatie. In totaal waren we met 5 jeugdteams, 3 trainers een jury en een delegatieleider om het geheel te ondersteunen. Allen gekleed in het oranje-zwarte trainingspak waren we niet te missen. De douanemedewerkers konden soms hun nieuwsgierigheid niet bedwingen en wilden toch wel graag weten wat we gingen doen. De stewardessen hadden ineens een hele Nederlandse ploeg in het vliegtuig dat toch net iets lastiger in het gareel te houden is dan een individu. We hadden zeker niet de meest rechtstreekse vlucht. Met 18 mensen overstappen voor een vlucht waar je eigenlijk al te laat voor bent: chaos is het woord!!!

In Bulgarije lag rondom het vliegveld sneeuw, maar al snel reden we de zon tegemoet. Omdat het hotel dicht was dat we via de organisatie hadden geboekt zijn we geüpgraded naar een beter hotel. De kamer van de sporters van Agios was net het Holland House. Versierd met vlaggetjes en natuurlijk de Nederlandse vlag. Op hun tafels in de kamers stonden al jullie 'succes wens attenties' en kaartjes, het leken wel kleine altaartjes. Maar dit heeft ze absoluut gesterkt: het medeleven van zovelen. We zaten direct aan het strand, en hadden nog het geluk dat we bij momenten tussen de trainingen en de wedstrijden door in een hemdje met trainingsbroek buiten konden zijn in de zon. En dat leverde vele, mooie, gekke, leuke, bijzondere en unieke foto's op. (zie galerij)

De missie van het EK was natuurlijk zo ver mogelijk te komen, maar deelnemen was al een enorme prestatie. Na een trainingsdag brak de dag van de wedstrijd aan. Haren netjes, make-up gereed, spullen mee, check - dubbel check, passe-partout mee, stapten we in de organisatiebus op weg naar de competitiehal.

Tijdens zo'n groot toernooi heb je de luxe van het inturnen op meerdere vloeren. Vloer 1 is vooral rekken, vloer 2 is het inwerken van de onderdelen en je sprongen inspringen en vloer 3 is je oefening doornemen met alle danspasjes die daarbij horen. Vanuit daar word je onder begeleiding naar de 'waiting zone' gebracht. Je staat achter een gordijn gereed bij de wedstrijdvloer. Als je al niet zenuwachtig was, word je het daar wel. Nog even snel de laatste magnesium pakken en de 'trio hug' en yell. Die Manon afsluit met 'kom op meiden doe je ding, jullie kunnen het, veel succes!' En vanaf dat moment was de wedstrijd ook te volgen in Nederland via de livestream op de computer. Met volle overtuiging draaiden Pauline, Mieke en Selina hun eerste oefening. Het was de beste van hun seizoen! Ze stegen hierin letterlijk en figuurlijk met de salto's boven zichzelf uit. En dan is zo'n livestream erg leuk omdat er meteen berichten na afloop vanuit Nederland komen.

Om uit de spanning van de wedstrijdhall te zijn kregen we van de delegatieleider de tijd om met zijn viereven naar buiten te gaan. We zijn maar even op onderzoek uit gegaan in de achterwijk van Bulgarije. De mevrouw in de supermarkt vond ons niet zo grappig, maar eindigde wel met een grote glimlach toen we een poging deden haar in haar eigen taal gedag te zeggen. Zulke dingen breken even de spanning.

De tweede oefening was 'balans'. Dit inwerken gaat vaak wat sneller. We konden dus wat extra tijd besteden aan details. Vooral inhoudelijk en technisch natuurlijk, maar als trio vonden ze een ander detail ook belangrijk: dat ze hun geluksparfum op deden. De focus bleef zeker wel bij de oefening,

want in volle overtuiging liepen ze met opgeheven hoofd de wedstrijdvloer op. Er waren geen wiebels te bekennen in de torens en hun uitstraling op de vloer was overtuigend.

We hebben na afloop van de hele wedstrijd met alle sporters, trainers, coaches, juryleden en UEG officials (Europese gymnastiek unie) nog een gezellig eindfeest gehad. Om de successen te vieren en te ontladen van alle trainingsinspanningen. Een heel ander plaatje als je iedereen in zijn nette kleren lekker ontspannen ziet dansen en met elkaar plezier ziet maken.

De finale bereiken was voor Pauline, Mieke en Selina net een stap te ver. Dit is slechts weggelegd voor 8 landen uit een deelnemersveld van 26 teams. Tegen landen als grootmacht Rusland, Oekraïne en Engeland is op dit moment nog niet op te turnen. Maar met een 16^e plaats als eindklassering kan ieder tevreden zijn. Deze ervaring stimuleert alle sporters en trainers enorm. Het vizier staat nu voor allen op de kwalificatie om deel te mogen nemen aan de Wereld Kampioenschappen in Orlando, Amerika. Agios blijft een missie houden!



Mieke, Selina, Pauline en Manon

Weer gouden medaille voor turner Nathan van Essen

AGIOS turner Nathan van Essen heeft het nog steeds goed in de vingers. Dat bleek afgelopen weekend tijdens een oefenwedstrijd in het KNGU (Koninklijke Gymnastiek Unie) centrum in Beekbergen. Nathan behaalde tijdens zijn eerste wedstrijd een gouden plak. “Meedoen is belangrijker dan winnen” waren de wijze woorden van de 10 jaar jonge Vaassense turner. Hoewel Nathan 's morgens wat griepiger was en niet wist of hij een goede prestatie neer kon zetten bleek tijdens de wedstrijd al snel dat het eigenlijk zenuwen waren en dat Nathan tijdens de wedstrijd opknapte en hoge scores wist neer te zetten.

Bij voltige wist Nathan de beste score van de wedstrijd neer te zetten. Bijna foutloos flankte hij viermaal rond de paddenstoel en wist met een grote glimlach na een perfecte landing de jury te begroeten.

Wil jij ook turnen net als Nathan? Iedere vrijdag van 18.00 – 19.00 uur traint de jongens groep onder leiding van Arno Pleiter in gymzaal de Kouwenaar en iedere dinsdag traint de selectie onder leiding van Dennis Jolink van 17.00 – 18.30 uur in gymzaal de Violier.



Turnsters AGIOS klaar voor wedstrijdseizoen

Zaterdag 5 november hadden de turnsters van AGIOS hun eerste turnwedstrijd in Beekbergen. Samen met vijf andere verenigingen uit de omgeving konden de turnsters uit de 2^e t/m 5^e divisie kijken of ze startklaar zijn voor het wedstrijdseizoen dat volgende week begint.

Larissa Huiskamp en **Amarins Boerkamp** (beiden jeugd niveau 8) lieten zien al goed op weg te zijn met de voorbereidingen op het wedstrijdseizoen. Met maar liefst 4 en 2 punten verschil met de nummer drie, eindigden Larissa als eerste en Amarins als tweede in hun categorie. **Paula Speckmann** (jeugd 6) en **Erline Kooistra** (junior 6) lieten verschillende nieuwe elementen op balk zien. Paula liet als enige turnster van de hele wedstrijd een mooie streksalto zien wat veel gejuich te weeg bracht. **Amber Voolstra** en **Daphne Smit** (beiden instap 9) turnden hun eerste wedstrijd in de categorie voor het landelijke wedstrijdssysteem. Voor het eerst op de grote verende vloer was toch wel erg spannend, maar de meiden lieten hier vol trots hun oefening zien. Ook **Marit Roelofsen** turnde in niveau 9 in de categorie pupil 1. Deze meisjes eindigde als eerste (Amber), zesde (Daphne) en zevende (Marit).

AGIOS was weer present met veel jonge turnsters, wat onze toekomst is. In de categorie pupil 1 niveau 10 turnden maar liefst vier turnsters van AGIOS.

Vera Hagen eindigde als tweede, **Isa Huybers** werd derde, **Jaël van Drie** werd vierde en **Britt Schutte** eindigde als zesde.

Esmee Hagen mocht op 5 november voor het eerst haar oefening op muziek laten zien aan het publiek. Esmee behaalde met een 11,75 op vloer een negende plek in het eindklassement.

Denice Jonker turnt op het hoogste niveau binnen AGIOS, namelijk niveau 5. Met een mooie hoge overslag salto op vloer is Denice weer boven haarzelf uitgestegen en kijkt ze vol tevredenheid terug op deze wedstrijd.

Fleur Steneker turnde deze wedstrijd voor het eerste in de keuze oefenstof in de categorie jeugd niveau 7. Dit betekent dat je zelf je oefening kan samenstellen, als je

aan bepaalde eisen voldoet. De VTT is een mooi testvent om te kijken of de oefeningen daadwerkelijk kloppen en waar de puntjes nog even op de 'i' moeten.

Binnen de categorie pupil 2 niveau 7 was het volledige erepodium voor AGIOS. **Anne Mosterd** werd eerste, **Romee de Weerd** kreeg de zilveren medaille omgehangen en **Marije Huiskamp** de bronzen medaille. **Ilse Klomps** eindigde net naast het podium, maar met een helemaal alleen uitgevoerde overslag over de hoge pegasus kan Ilse ook met tevredenheid terug kijken op deze eerste wedstrijd van het seizoen.

Carlijn Zweekhorst, **Maaïke Jonker** en **Saskia Boerkamp** turnden in de categorie pupil 1 niveau 8. Saskia turnde vorig jaar nog in de 4^e divisie en is dit seizoen gepromoveerd naar de 3^e divisie. Saskia heeft zo veel geleerd dat ze met volle tevredenheid terug mag kijken op de wedstrijd en een mooie vierde plaats binnen heeft. Carlijn mocht het hoogste podium betreden en Maaïke mocht naast haar komen staan op de 3^e plaats.

Met nog een aantal trainingen aan voorbereiding turnen zaterdag 26 november de turnsters van de 3^e divisie hun eerste plaatsingswedstrijd in Beekbergen.

