

TAEKWONDO NIJVERDAL

Taekwondo's

Nieuwsblad





Inhoud

- Welkom
- Verjaardagen
- Toernooi in Diest België
- Doorgeefpen
- Bijzondere video('s)



Het 2e nieuwsblad is al weer uit en wij zijn nog bezig met ontdekken van alle mogelijkheden van dit programma.

Wij hebben alleen positieve reacties gehad op deze nieuwe manier van aanpak. Daar zijn wij heel blij mee, maar wij blijven een oor

openhouden voor opbouwende kritiek





Verjaardagen

Mark Wispels	31-1
Maarten Spikker	5-2
Michel Hiddink	22-2



Stijl wedstrijden Diest

Op 27 januari zijn 6 leden van Taekwondo Nijverdal afgereisd naar België. In het plaatsje Diest werden voor de 3 e keer de stijl kampioenschappen gehouden en wij waren van de partij. De registratie was al tussen 8 uur en 9 uur 's morgens en we moesten 3.5 uur rijden dus het was erg vroeg dat we weg moesten maar we waren ruim op tijd. Na de registratie zochten we een plekje op de tribune. Het toernooi begon mooi op tijd en de coaches werden nog even bij mekaar geroepen voor de belangrijkste punten waar op gelet word.

Als eerste was Naomi Woesthuis aan de beurt. Ze liep de Taegeuks erg strak maar moest helaas een herstart doen waardoor ze meer dan een halve punt verloor. Toen we de eindscores wisten zagen we dat ze anders bij de beste 3 zal zijn geëindigd maar nu kwam ze helaas niet verder dan een 7 e plaats.

Suemaya Ring was daarna aan de beurt. Ze liep de vormen erg netjes en is van de 15 deelnemers als 9 e geëindigd. Net geen finaleplaats bij de beste 8 maar er zit vooruitgang in en dat is mooi om te zien.

Wilma Ring deed mee in de para klasse en wist de jury te overtuigen voor de 1 e plaats.

Daarna was Fay Kelder aan zet. In een poule van 4 is ze 2 e geworden. Als tip kreeg ze mee dat de overgangen van techniek naar techniek nog vloeiender kan, Dan had ze zomaar eens eerste kunnen worden.

Roy ten Bergen zat met 5 andere spelers in een poule. Veel selectie deelnemers en een gedeelde 3 e plaats zorgt ervoor dat Roy 4 e is geworden.

Alicia Ring mocht deze mooie dag afsluiten en dat deed ze erg goed. In de finale is ze 2 e geworden.

We hebben een mooie dag gehad met een paar prijzen, maar zien ook dat we hard moeten blijven trainen om met de top mee te kunnen komen. We zitten op de goeie weg en met de juiste instelling en hard trainen kunnen we een heel eind komen.

Foto's zijn op de website te bewonderen



DE DOORGEEF PEN

Er is alweer een vervolg geschreven op ons verhaal door Youri. dit kun je lezen door op de link te klikken!

[Nouvelle van onze vereniging](#)



Bijzonder video(s)

*Na veel zoeken weer een leuke gevonden veel
kijk plezier*



<https://youtu.be/XoDmc56YwJY>



Recept Oreo-truffels

Ingrediënten

- - 2 rollen Oreo's (in totaal 28 stuks)
- - 100 gram monchou
- - 350 gram chocolade (melk, wit of puur naar smaak)
- - Eventueel sprinkles als decoratie

Maal de Oreo-koekjes fijn in de blender en meng het met de Monchou. Vorm kleine bolletjes (zo groot als een kers) en leg ze een tijdje in de vriezer. Smelt ondertussen de chocolade au bain-marie en dip de bolletjes dan in de chocolade. Decoreer ze snel met de sprinkles voordat de chocolade is gestold. Eet smakelijk

