



Jaarverslag 2022

Het volledige Jaarverslag 2022 staat op de website: www.krachtenvlugheid.nl



De CGV Kracht en Vlugheid is opgericht op 24 november 1917. Gestart met 9 HBS-ers, nu 405 leden van 1½ t/m 90 jaar oud. In 1917 één lesuur, nu 31 lessen per week in 5 gymzalen, 1 sporthal en natuurlijk in onze eigen gymzaal “de Greep” met recreatieruimte “de Draai”. Kracht en Vlugheid is aangesloten bij de Koninklijk Nederlands Gymnastiek Unie.

Ereleden	Hennie Bakker-Ultee, Rina Schijf-Dekker, Wil Wiecherink, Wil van Koolwijk-Slingerland , Hendrike van den Ham-v.d. Ree, Albert Oosterbroek, Eltjo Lanting, André van den Berg, Joop de Boer.	
Leden van verdienste	Jetty Splinter-v.d. Stelt, Lia van Diemen, Monique Bleij, Gonnie Meertens, Henk Ruitenbeek, Kees Jonker, Guido Broeders, Marco Bakker, Johan Kraaij, Paulien Furfaro, Wil de Bruine, Andries Kohlberg, Ilya den Dulk-Slingerland.	
Commissie “de Greep”	René Bult, Fred Slingerland, Albert Oosterbroek, Frank Oostrum, Sandra (interieurverzorging)	
Activiteitencommissie	Monique Bleij, Dineke Lanting, Wil Wiecherink	
PR commissie	Ilya Slingerland, Eric de Kruijf (website), Paula Dam, Arno Doornebal	
Redactie Nieuwsbrief K&V	Margot van den Bor	
Wedstrijdsecretariaat	Bob Zwaal	
Vertrouwenspersonen	Wil van Koolwijk, Joop de Boer	
Ledenadministratie	André van den Berg	
Leiding per 31-12-2022		<u>sinds</u>
	Hennie Bakker-Ultee	1961
	Albert Oosterbroek	1967
	Henny Zwaal-v. Roessel	1975
	Janny van den Bor-Walst	1977
	Margot van den Bor	1987
	Yathi Hadyani	1993
	Ilya den Dulk-Slingerland	1996
	Monique Bleij	2003
	Wim Fontijn	2003
	Henny Lust	2005
	Guido van Beuzekom	2016
	Wesley Oostrum	2016
	Naomi van Velzen	2016
	Gonda Kaai	2017
	Chris Houtkooper	2018
	Nawal Asbu	2022
Bestuur	Albert Oosterbroek, penningmeester sinds 26-04-1966	
	Margot van den Bor, secretaris sinds 12-09-2020	
	Sabrina van der Graft, bestuurslid sinds 16-03-2012	



**CGV KRACHT & VLUGHEID
ZAANDAM**

Uitnodiging

Aan alle leden vanaf 13 jaar en de ouders van onze jeugdleden tot het bijwonen van de
Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering

Vrijdag 17 maart 2023, aanvang 20.00 uur
De Draai, Perzikkruidweg 2-B 1508 AW Zaandam

AGENDA

1. Opening
2. Notulen van de Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering d.d. 18-09-2022 pag. 5
3. Ingekomen stukken, toelichting tijdens vergadering
4. Jaarverslag 2022 Dagelijks Bestuur pag. 8
5. Verslag kascommissie, toelichting tijdens vergadering
6. Financieel overzicht 2022 & Begroting 2023 pag. 9
7. Benoeming Kascommissie 2023
8. Verslagen diverse commissies pag. 13 -17
9. Benoeming Continuïteitscommissie
10. Vaststelling Huishoudelijk Reglement zie bijlage
11. Mededelingen van het Bestuur
12. Bestuursverkiezingen
 - Aftredend: Margot van den Bor en Sabrina Fast-van der Graft zijn niet herkiesbaar
 - Verkiesbaar als bestuurslid: Hanneke Kiburg en Arne Doornebal

situatie januari 2023

	sinds	laatste herbenoeming	eerstvolgende herbenoeming
Voorzitter Vacature			
Penningmeester Albert Oosterbroek	26-4-1966	mrt-21	mrt-24
2e Penningmeester Vacature			
Secretaris Margot van den Bor	1-5-2020		Niet herkiesbaar
Sabrina bestuurslid	16-3-2012	mrt-21	Niet herkiesbaar

13. Rondvraag
14. Sluiting



Agendapunt 2: Concept Notulen ALV 2022

Algemene Ledenvergadering van de Christelijke Gymnastiek- en Sportvereniging Kracht & Vlugheid, gehouden op 1 april 2022

**Aanwezig: de bestuursleden Albert Oosterbroek en Margot van den Bor en ongeveer 22 leden aanwezig
Afwezig met kennisgeving: Sabrina van der Graft, Monique Bleij**

1. Opening

Het bestuur heet allen aanwezigen welkom en bedankt de ongeveer 22 leden voor hun aanwezigheid. Jammer dat de overige leden er niet zijn. Afgelopen jaar was wederom een Corona-jaar. Het heeft ook dit jaar leden gekost, maar we beginnen weer een beetje op te krabbelen. Het bestuur hoopt komend seizoen Corona-vrij te blijven en dat iedereen gezond blijft. Dit is ook goed voor de vereniging. Ook worden de ereleden, leden van verdiensten, de leiding en de gewone leden en onze gast Fred Phlippeau voor het behandelen van agendapunt 9 "Statuten" welkom geheten. We zullen waarschijnlijk niet helemaal de agenda volgen.

2. Notulen van de Jaarlijkse Algemene Ledenvergadering d.d. 17-09-2021

Er zijn geen vragen of opmerkingen over de notulen en worden vervolgens vastgesteld.

3. Ingekomen stukken, toelichting tijdens vergadering

Het ingekomen stuk van de kascommissie wordt behandeld onder agendapunt 5.

4. Jaarverslag 2021 Dagelijks Bestuur

Opmerking van aanwezige: er is weinig gegymd maar wel veel werkzaamheden verricht. Het verslag wordt goedgekeurd.

5. Verslag Kascommissie, toelichting tijdens vergadering

Het ingekomen stuk wordt voorgelezen. De Kascommissie heeft geen onregelmatigheden kunnen constateren. De vergadering verleent decharge. Opmerking van de Kascommissie: punt blijft dat er nog steeds een handmatige boekhouding wordt gevoerd. Er is in 2021 een start gemaakt met het digitaliseren van de boekhouding maar door het vertrek van de 2e Penningmeester is dat niet afgemaakt. Het bestuur zoekt iemand met kennis van zaken om de digitale boekhoudstructuur in te richten. Het werken met een digitaal programma is geen probleem.

6. Financieel overzicht 2021 & Begroting 2022

Het financieel overzicht en begroting 2021 worden behandeld door de Penningmeester. Ondanks Corona hebben wij een voordelig saldo kunnen realiseren. Dit komt o.a. door het opheffen van een aantal lesuren, Covid-subsidie, niet uitgekeerde vergoedingen, minder bondscontributie, maar ook de zaalhuurkorting van de gemeente Zaanstad heeft daaraan bijgedragen. De ontvangen Covid-subsidie moet nog definitief worden vastgesteld in 2022. Het positief saldo wordt toegevoegd aan het vermogen.



Er zijn geen vragen over het financieel overzicht of de begroting.

Exploitatie van de Greep: minder inkomsten uit verhuur. Uitgaven: post die opvalt is gas/water/licht die lager is dan vorig jaar. Reden: aanschaf zonnepanelen. Het verduurzamen heeft € 26.000,- gekost en we hebben

€ 12.965,- aan subsidie ontvangen. Daarvoor diende een BTW rekening te worden geopend, die ook nu weer wordt gesloten. De hele verduurzaming heeft slechts € 8.500,- gekost.

Vraag: hoe zit het met contact leveranciers gas/energie? We hebben nog een vast contract voor 2 jaar. Het is moeilijk om het energieverbruik en kosten nu goed in te schatten.

Balans. Bijzonderheden: fonds voor ziekteverzekering leiding wordt nu niet gevuld met premies, Kampcommissie heeft € 1.300,55. Zij hadden een eigen bankrekening en spaarrekening. Dit was eerder niet meegenomen in rekening van K&V. Het hebben van deze eigen rekening kost geld en we hebben hierop bespaard door deze (in overleg) op te heffen.

Begroting: contributie wordt nu begroot aan de hand van het ledenaantal. Het ledenaantal is dalende en daar houden we rekening mee. We houden nooit rekening met opbrengsten van 'acties'. De bondscontributie zal dalen. We komen dit jaar € 7.450,- te kort. In 2022 komt er geen contributieverhoging en het tekort komt ten laste van het eigen vermogen. Het bestuur doet een verzoek aan de ledenvergadering om per 1 januari 2023 de contributie te verhogen met € 2,50 of € 3,- per kwartaal. Van de leden komen enkele opmerkingen en bezwaren: mensen hebben het al zwaar. Wat als we meer leden krijgen dit jaar? Mensen met minimum inkomen kunnen bijdrage vragen voor jeugd aan gemeente via een fonds, maar dat is niet voor ouderen met alleen een AOW-uitkering, als het maar niet meer is dan 10% verhoging.

Er wordt gestemd. De ledenvergadering gaat akkoord onder protest van twee leden.

Toegevoegd agendapunt (jubilarissen)

Zes leden hebben een jubileum. Heel bijzonder zijn de 70- en 80-jarig jubilea. Met een applaus en bos bloemen krijgen de jubilarissen een speldje uitgereikt en worden op de foto gezet.

25 jaar lid – Wil van Koolwijk

40 jaar lid – Ellen van Amsterdam

60 jaar lid – Wil de Bruijne, Hennie Bakker

70 jaar lid – Wil Wiecherink

80 jaar lid – Hendrike v.d. Ham

7. Benoeming Kascommissie 2022

Ria Brugman blijft lid van de Kascommissie. Karin Borst vervangt Joop de Boer. Janny van den Bor is reserve.

8. Verslagen diverse Commissies:

Alle verslag zijn dit jaar kort, ook vanwege Corona. Er zijn geen vragen of opmerkingen. De verslagen worden goedgekeurd. Alle Commissieleden worden bedankt voor hun inzet.



9. Statuten

De statuten zijn aangepast aan de nieuwe wettelijke eisen. Joop de Boer en Fred Phlippeau geven een toelichting. In 2020 heeft de Kamer een nieuwe wet aangenomen en officieel in werking getreden per 1 juli 2021. Voor verenigingen betekent dit dat zij meer gelijk worden gesteld aan het besturen van B.V. 's en N.V. 's. De KNGU heeft voorbeeld-statuten geschreven en daar heeft K&V gebruik van gemaakt.

Wezenlijk anders is dat er bepalingen moeten zijn opgenomen wat als er geen bestuurders meer zijn. En dit is niet geheel ondenkbaar in geval van K&V. Een Continuïteitscommissie moet opgericht worden. Zij hebben dan alle bevoegdheden gelijk aan bestuursleden. Jaarlijks zal er een Continuïteitscommissie benoemd worden (net zoals gebeurt met de Kascommissie).

Er wordt ingegaan op belangrijke elementen in de statuten. Opmerking van de ledenvergadering: het is bijzonder dat een niet lid hieraan heeft meegewerkt. En het was zware kost om te lezen.

Er is nog aantal vragen die aan notaris gesteld moeten worden. De kosten van de notaris zijn nog niet opgenomen in de begroting 2022. We zoeken drie commissieleden voor de Continuïteitscommissie, dat komt in de Algemene Ledenvergadering 2023 aan de orde. Vraag: wie zijn de wettelijke vertegenwoordigers van jeugdleden? Antwoord: ouders of voogd en is wettelijk bepaald. Opmerking: het woordje 'club' bij het noemen van verschillende soorten leden moet eruit gehaald worden. Voor het overige geen opmerkingen over de inhoud van het voorlegde ontwerp. De ledenvergadering gaat akkoord. Bij de notaris wordt vereniging vertegenwoordigd door Albert Oosterbroek en Joop de Boer gaat als lid mee. Joop, Fred en Albert worden bedankt voor hun inzet bij dit project en ontvangen een bloemetje.

10. Mededelingen van het bestuur

Er zijn diverse vragen geweest of de onderlinge wedstrijden in april nog door gaan. Deze gaan helaas toch niet door vanwege Corona en voorbereidingstijd die er nu niet is.

Wil van Koolwijk stopt met Wedstrijdsecretariaat. Haar taak wordt overgenomen door Bob Zwaal.

De vereniging stopt per 1 juli 2022 met het verhuren van De Greep in de weekenden. Reden: Albert heeft dit lang genoeg voor de vereniging heeft gedaan en wil niet meer in het weekend komen controleren en het kost veel tijd. Uitzondering kan zijn een feestje georganiseerd door een lid of vereniging zelf, maar altijd in overleg. Doordeweekse activiteiten gaan gewoon door. Opmerking: heel blij want er waren altijd veel klachten over schoonmaak. Ook nu nog wel last van smerig achterlaten door huurders. Albert wordt bedankt voor zijn inzet in de afgelopen jaren.

11. Samenstelling Bestuur

Er zijn 3 bestuursleden en zij houden de vereniging draaiende en dat is niet ideaal. We hebben geen tijd over om er iets bij te doen. Het besturen kost niet veel tijd (afhankelijk van je functie), maximaal 5 uur in de maand. Oproep aan de ledenvergadering: kijk op je afdeling, pols eens wat mensen en geef namen aan ons door.



12. Rondvraag

Vraag: is er een rouwkaart ontvangen van lid van verdienste Jan van de Molen. Antwoord: nee. Er wordt in administratie gekeken naar een telefoonnummer om contact op te kunnen nemen met familie.

De ledenvergadering bedankt het bestuur met een applaus.

13. Sluiting

Het bestuur sluit vergadering om 21.35 uur.

Agendapunt 4: Verslag Dagelijks Bestuur

Het bestuur bestond in 2022 uit: Albert Oosterbroek (Peningmeester), Margot van den Bor (Secretaris), Sabrina van der Graft (Bestuurslid). De vacature van Voorzitter is niet vervuld en tijdelijk door Albert Oosterbroek waargenomen. In 2022 is het bestuur zeven keer bijeen gekomen om diverse zaken te bespreken, zoals het opstarten van de lessen in het eerste kwartaal, de werving van nieuwe leden, de financiële situatie, het plannen van activiteiten, etc. Bij die vergaderingen was meestal ook aanwezig Ilya Slingerland namens de PR Commissie.

Na diverse oproepen in de nieuwsbrief, die blijkbaar goed gelezen wordt, kregen we twee aanmeldingen van mensen die mogelijk interesse hebben in een bestuursfunctie. Arne Doornebal en Hanneke Kiburg hebben deelgenomen aan een bestuursvergadering. Hopelijk kunnen we hen als bestuursleden tijdens de Ledenvergadering 2023 gaan voorstellen.

Ook zijn er ouders gevonden die zich willen laten opleiden tot jurylid, zodat onze turnsters aan wedstrijden kunnen blijven deelnemen. Er wordt geïnvesteerd in nieuwe turnattributen om de lessen aantrekkelijk te houden.

De Activiteitencommissie is aangespoord om activiteiten te organiseren, ook voor ouderen. De jeugd reageert enthousiast op alles wat wordt georganiseerd. Echter, de volwassenen lijken niet echt bereid deel te nemen aan georganiseerde activiteiten. Hoe komt dat toch, vraagt het bestuur zich af.

Het aantal jeugdleden stijgt gestaag en de lessen voor de volwassenen kunnen nog wel leden gebruiken. De leiding heeft enkele wisselingen gekend. Het lukt ons tot op heden om leiding te vinden al wordt dat wel steeds lastiger.

De verduurzaming van De Greep is eigenlijk ieder overleg wel een onderwerp van gesprek, want er gebeurt op onderhoudsgebied veel met positief resultaat.

Margot van den Bor
Secretaris



Agendapunt 5: Financieel verslag

Financieel overzicht 2022 - Begroting 2023

	BEGROTING 2022	UITKOMST 2022	BEGROTING 2023
Ontvangsten:			
Contributie	€ 52.500	€ 54.804,02	€ 63.000
Donatie Het Westen (speeltuinv.)		pm € 2.500,00	pm
SponsorKlick		pm € 271,69	pm
Donatie 105 jaar K&V		pm € 2.500,00	pm
Grote Club Actie		pm € 1.470,15	pm
Sub Gem. Zaanstad		€ 285,00	
Nadelig Saldo	€ 7.450	€ 1.050,30	€ -
	<u>€ 59.950</u>	<u>€ 62.881,16</u>	<u>€ 63.000</u>

	BEGROTING 2022	UITKOMST 2022	BEGROTING 2023
Uitgaven:			
Vergoedingen	€ 32.500	€ 31.811,50	€ 32.500
Zaalhuur Gemeente	€ 8.000	€ 6.479,85	€ 9.000
Zaalhuur De Greep	€ 8.000	€ 7.000,00	€ 7.000
Contributie Bond	€ 8.500	€ 10.042,85	€ 11.500
Bestuurskosten	€ 1.000	€ 846,47	€ 500
Wedstrijden/TD	€ 500		€ 500
Materiaal	€ 500	€ 842,56	€ 500
Attenties	€ 100	€ 90,00	€ 100
Saldo "De Brug" (Nieuwsbrief)	€ 250	€ -237,00	€ 250
Vrijwilligersavond	€ 500	€ -	€ 750
Commissies	€ 100	€ 74,96	€ 100
res. don 105 jr. K&V en GCA		pm € 3.970,15	pm
Aanschaf AED + kosten Notaris		pm € 1.847,32	pm
JAV / Diversen	€ -	€ 112,50	€ 300
	<u>€ 59.950</u>	<u>€ 62.881,16</u>	<u>€ 63.000</u>



Toelichting:

De Brug

Papier etc.

verz. nieuwsbrief	€ 56,00
Kleurendruk	€ 400,00
<i>Subtotaal</i>	<u>€ 456,00</u>
Opbrengst Advertenties	€ 693,00
Saldo 31-12-2022	<u>€ -237,00</u>

Material

Salto Stoel	€ 313,00
lusjes rekstok	€ 36,24
wielen balk	€ 203,51
Gymnastiek Rol	€ 201,96
Vriezer (koelbacks)	€ 89,53
Diversen	<u>€ 2,23</u>
Saldo 31-12-2022	<u>€ 846,47</u>

Ondanks corona in het begin van 2022 hebben wij een klein nadelig saldo moeten realiseren. Dankzij enkele meevallers hebben we dit tot een minimum kunnen beperken.



Exploitatie De Greep

	BEGROTING 2022	UITKOMST 2022	BEGROTING 2023
Ontvangsten:			
Zaalhuur K&V	8.000,00	7.000,00	7.000,00
Zaalhuur Derden	750,00	1.003,00	750,00
Verhuur "De Draai"	5.750,00	8.890,00	5.000,00
Kantine opbrengst	1.500,00	2.219,56	2.000,00
Subsidies	pm		pm
BTW	pm	2.157,00	pm
nadelig saldo	pm		pm
	<u>16.000,00</u>	<u>21.269,56</u>	<u>14.750,00</u>
Uitgaven:			
Onderhoud	2.500,00	3.534,70	3.000,00
Schoonmaak	2.000,00	1.960,85	2.000,00
Gas/Water/Licht	6.000,00	3.171,53	5.000,00
Internet/telefoon	600,00	492,35	600,00
OZB	2.100,00	1.979,17	2.100,00
Verzekeringen	1.150,00	1.190,87	1.250,00
Vernieuwen De Draai	1.000,00		800,00
Verduurzaming	-	567,95	-
Voordelig saldo	650,00	8.372,14	
	<u>16.000,00</u>	<u>21.269,56</u>	<u>14.750,00</u>

De exploitatie van "De Greep" laat een voordelig saldo zien van € 8.372,14. Het voordelig saldo is op de balans toegevoegd aan reservering "Gymzaal De Greep".

Toelichting Onderhoud:

Schilderwerk	707,70
Kachel (motor/ventilatie)	670,79
Normaal Onderhoud	1.926,62
Panieksluiting De Draai	229,59
Totaal kosten	<u>3.534,70</u>

Toelichting Verduurzamen:

Solar (zonnepaneel)	264,00
Wifi	<u>303,95</u>
Totaal kosten	567,95



BALANS

	31-12-2021	31-12-2022		31-12-2021	31-12-2022
AKTIVA:			PASSIVA:		
<i>Geldmiddelen:</i>			<i>Nog te betalen:</i>		
ING Bank RC	27.783,44	35.479,36	. Zaalhuur Gemeente	800,00	800,00
ING Bank Spaar	39.231,07	39.231,07	Sponsoractie Deen	2.500,00	807,21
Postgiro	4.228,81	5.889,09	Donatie 105 jr. K&V		2.500,00
Postgiro Spaar	11.288,91	11.288,91	. Grote Club Actie	3.502,51	4.972,66
<i>subtotaal Geldmiddelen</i>	<u>82.532,23</u>	<u>91.888,43</u>	. Wedstrijden	<u>300,00</u>	<u>599,00</u>
			Subt. Nog te betalen	<u>7.102,51</u>	<u>9.678,87</u>
Inventaris en materialen	pm	pm	<i>Reserveringen:</i>		
Accommodatie De Greep	40.000,00	40.000,00	. Ziekteverzekering Leiding	9.589,76	9.047,76
Voorraad Turnpakjes	572,50	572,50	. Gymzaal "De Greep"	50.242,70	58.614,84
			Kamp commissie	1.300,55	1.300,55
			PR Commissie	3.270,11	3.270,11
			<i>Eigen Vermogen</i>	51.599,10	50.548,80
	<u>123.104,73</u>	<u>132.460,93</u>		<u>123.104,73</u>	<u>132.460,93</u>
<i>Toelichtingen:</i>			<u>Ziektever. Leiding:</u>		
<u>Grote Club Actie:</u>			Saldo 31-12-2021	9.589,76	
Saldo 31-12-2021	3.502,51		Premie	-	
Opbrengst 2022	1.470,15		Sub.saldo	9.589,76	
Saldo 31-12-2022	<u>4.972,66</u>		AF: Uitkeringen	<u>542,00</u>	
Sponsoractie Deen			Saldo 31-12-2022	<u>9.047,76</u>	
Saldo 31-12-2021	2.500,00				
Salto Gordel	-1.692,79				
Saldo 31-12-2022	<u>807,21</u>				



Agendapunt 6: Diverse verslagen

Verslag Commissie "DE GREEP"

De commissie bestaande uit Fred Slingerland, Frank Oostrum, René Bult en Albert Oosterbroek zijn inmiddels alweer geruime tijd werkzaam. Het afgelopen jaar is er, ondanks de coronapandemie in het begin van het jaar, door de commissieleden veel werk verzet.

Dit jaar is de buitenzijde van De Greep geschilderd. Tijdens het schilderen kwamen we helaas ook stukken tegen die gerepareerd moesten worden. Dat is natuurlijk direct gedaan en ook is meteen isolatie aangebracht. Hierdoor gaan de stookkosten verder omlaag. Alleen de achterzijde van de kantine moet het komende jaar nog van verf worden voorzien. Daar hadden wij helaas geen tijd meer voor.

Ook is de WIFI verbeterd doordat wij zijn overgegaan van KPN naar Ziggo. De snelheid is toegenomen en daardoor is er de mogelijkheid om met meer apparaten gelijktijdig gebruik te maken van WIFI.

Een van de motoren die de gymzaal verwarmd liet het de afgelopen periode afweten. Door de commissie is een nieuwe motor besteld en deze is op de plaats van de oude motor geïnstalleerd. Alles liep weer als een zonnetje. Ook is een pushbar gemonteerd op de buitendeur in de draai zodat bij gevaar direct de ruimte veilig kan worden verlaten.

Is er nog iets te doen in 2023? Ja zeker wat dacht u van:

- Schilderen buitenkant van het gebouw (kantine) afmaken
- Het vervangen van de huidige gasboiler naar een elektrische boiler waardoor de gasrekening nog verder zal verlagen.

Dat er in een schone zaal wordt gesport vinden wij "gewoon" maar zonder de inspanning van Asta -La Pasta! - Schippers zou dit niet mogelijk zijn. Asta, uitstekend! Het is natuurlijk erg jammer dat Asta op 1 juli 2022 is gestopt omdat zij meer van haar 'vrije' tijd wil gaan genieten. En dat gunnen wij haar natuurlijk van harte. Asta nogmaals hartelijk dank voor de vele jaren van uitstekende samenwerking. Inmiddels worden deze wekelijkse werkzaamheden vanaf augustus 2022 uitgevoerd door Sandra . Sandra, welkom en wij hopen op een fijne samenwerking.

Ook enkele vrijwilligers doen regelmatig schoonmaakwerkzaamheden. Denk maar eens aan de grote schoonmaak in de vakanties, waardoor het daarna weer aangenaam sporten is.

Wij willen allen hartelijk bedanken die zich op wat voor manier dan ook hebben ingespannen om onze accommodatie in een topconditie te houden.

Namens de commissie De Greep
Albert Oosterbroek





Verslag Redactie Nieuwsbrief K&V

In 2022 heeft de vereniging vijf nieuwsbrieven gepubliceerd en per mail verzonden naar alle leden, vrijwilligers en sponsoren van onze vereniging die op het moment van publiceren in onze ledenadministratie stonden geregistreerd.

Gebleken is dat bij verzending per e-mail dat niet bij iedereen de nieuwsbrief ook daadwerkelijk aankomt. De redactie ontvangt van per keer een twintigtal foutmeldingen. Bijvoorbeeld de mailbox van de ontvanger niet toegankelijk is of dat het e-mailadres niet juist is. En het niet ontvangen van de nieuwsbrief is natuurlijk erg jammer, want er staan leuke artikelen en foto's in en iedereen wordt tijdig voorzien van – soms ook belangrijke - informatie.

Schrijf je ook graag leuke verhaaltjes of heb je leuke foto's om te delen? Schroom niet en stuur een mail naar: secretariaat@krachtenvlugheid.nl.

De K&V Nieuwsbrief wordt al ruim twee jaar per mail verzonden. Heeft u een e-mailadres opgegeven maar geen Nieuwsbrieven ontvangen? Check dan uw spammail of stuur het juiste e-mailadres naar: ledenadministratie@krachtenvlugheid.nl.

De redactie
Margot van den Bor

Verslag PR-Commissie

Afgelopen jaar bestond de PR-commissie uit Arne Doornebal, Paula Dam en Ilya den Dulk – Slingerland. Arne is freelance journalist en heeft twee kinderen die bij K&V turnen. De dochters van Paula turnen ook bij K&V, net als Paula zelf vroeger.

Dit is wat er het afgelopen jaar door de PR-Commissie gedaan is:

- Arne heeft een artikel geschreven: "Ruimte voor nieuwe leden bij K&V". Dit is geplaatst in het Zaans Stadsblad, op lokale nieuwswebsite De Orkaan en natuurlijk op onze Facebookpagina en de website.
- Hij heeft professionele foto's gemaakt bij de volgende lessen:
 - Workout op muziek
 - Turnen dames en heren 14+
 - Jongens turnen
 - en bij K&V evenementen, zoals de disco, jeugdbingo en de grote clubactie middag
- Bij de foto's van de evenementen heeft Arne een gezellig verslag geschreven. Dit is op de website, de Facebookpagina en in de nieuwsbrief geplaatst.
- Er is een ledenwerfactie opgezet: "Word nu lid en sport tot de zomervakantie gratis!"
- In de nieuwe wijk naast het ZMC (Gouwpark) zijn folders verspreid en posters opgehangen.



- In de week van 14 november is er bij de jeugduren van Kracht & Vlugheid een vriendjes en vriendinnetjes lesweek georganiseerd.

In 2023 willen we weer een “Kijk eens wat ik kan!” -lesweek organiseren. Door Covid-19 is dit twee jaar op rij niet mogelijk geweest. Ongeveer de 3e week na de zomervakantie staat de jaarlijkse vriendjes en vriendinnetjes lesweek weer op het programma. Facebook gaan we ook in 2023 zoveel mogelijk gebruiken. Eind januari/begin februari proberen we leden te trekken voor de lesuren voor volwassenen.

Namens PR-commissie

Ilya Slingerland

Verslag Wedstrijdsecretariaat

Vlak voor de jaarvergadering van 2022 werd door Albert aan mij gevraagd of ik het wedstrijdsecretariaat op mij wilde nemen. Ik heb dat gedaan omdat het voor mij redelijk makkelijk was daar ik ook namens K&V al jaren in de Rayoncommissie Zaanstreek Waterland zit en medeverantwoordelijk ben voor de wedstrijdorganisatie.

Op 19 juni 2022 werd er een meetmoment georganiseerd voor de jongste groep van de selectie. Er zijn 5 deelnemers met ouders naar Volendam gekomen om daar te laten zien welke onderdelen ze allemaal beheersen en daarna onderstaand diploma kregen overhandigd (voorbeeld):





Op 22 en 28 mei heeft de Rayoncommissie nog zalen kunnen huren om de laatste wedstrijden te kunnen houden. Op 22 mei was dat in de Beuk en Purmerend waar 2 deelnemers hebben deelgenomen en op 28 mei was dat in de sporthal de Walvis in Beverwijk waar 7 deelnemers hebben deelgenomen. Deze wedstrijden werden, als gevolg van de rare tijd door corona, met veel gejuich ontvangen. Op 26 en 27 november hebben de eerste wedstrijden van het seizoen 22-23 plaats gevonden in Wormer waar 21 deelnemers voor ingeschreven hebben. De teams hebben 2 x een 3e plaats en 1 x een 4e plaats behaald. Bij de individuele deelname heeft Sanne Mouwen een 5e plaats behaald en de overige meiden hebben het ook allemaal fantastisch gedaan.

Wedstrijdsecretariaat
Bob Zwaal

Verslag (Hemelvaart) Kampcommissie

Helaas valt er over 2022 niet veel te vertellen. Het afgelopen jaar is er namelijk geen kamp georganiseerd. In 2023 wordt er grotendeels een nieuwe kamp-commissie gevormd, zodat we weer een leuk kamp kunnen organiseren. We bedanken de mensen van de voormalige voor alle leuke kampen die zij hebben georganiseerd.

Namens de Kampcommissie
Ilya Slingerland

Jaarverslag Activiteiten Commissie

De A.C. bestond in 2022 uit de volgende leden: Wil Wiecherink (voorzitter en penningmeester), Dineke Lanting en Monique Bleij. Dit jaar hebben we als activiteiten commissie 4 activiteiten georganiseerd, namelijk:

Disco 12 maart

De 70 deelnemers in de leeftijd van 4 t/m 12 jaar hebben zich vermaakt op de muziek die werd verzorgd door DJ Menno Müller.

Jumping pannenkoek 25 juni

Weer een mooie opkomst dit keer waren er 66 deelnemers die zich heerlijk hebben vermaakt tijdens het springen op de tumblingbaan, de trampoline en de pegasus.

Na deze heerlijke inspanning was het tijd voor de pannenkoeken die weer heerlijk verzorgd waren en er gingen als koek.

Disco 1 november

Wederom hadden we een leuke groep van 57 deelnemers die heerlijk hebben gedanst op de muziek verzorgd door onze DJ Menno Müller.

Bingo jeugd 29 november



Een nieuwe activiteit die eerst wat opstart probleempjes had, maar uiteindelijk waren er 26 aanmeldingen. Tijdens de 3 bingo rondes was het spannend wie zal de eerste bingo hebben en ging er met een leuke prijs naar huis. Aan het eind nog het rad van fortuin en ging iedereen uiteindelijk tevreden en allemaal met meerdere prijsjes naar huis. Dus voor herhaling vatbaar!!!

Helaas hebben we ook 2 activiteiten moeten af lasten te weten het film en slaapweekend en de bingo voor de ouderen. Hopelijk kunnen we deze het komende jaar wel weer doorgang laten vinden. Verder willen we iedereen bedanken die heeft bijgedragen aan de activiteit om deze tot een succes te laten zijn en hopen dat we volgende jaar weer op hen kunnen rekenen.

Activiteiten planning 2023

Voor het komende jaar hopen we deze activiteiten weer te organiseren en misschien zien we jullie dan wel tijdens 1 of meerdere activiteiten.

Namens de AC
Monique Bleij

Verslag vertrouwenscommissie

Ondergetekenden, vertrouwenscontactpersonen van CGV Kracht en Vlugheid te Zaandam, verklaren dat zij in het verenigingsjaar 2022 geen meldingen hebben ontvangen van ongewenste intimiteiten, seksuele intimidatie, agressie, pestering of enige andere vorm van ongewenst gedrag.

Na een paar hectische Corona jaren is de vereniging begin 2022 weer soepel opgestart. Wij hopen dat 2023 voor de vertrouwenscommissie, eigenlijk voor iedereen, rustig zal verlopen. Maar als je ergens mee zit waarover je met iemand vertrouwelijk wilt praten... wij zijn er voor je!
Wil je echter liever met een onafhankelijk persoon van buiten de vereniging in contact komen, stuur dan een mail naar veiligheidsportklimaatzaanstad@ggdzw.nl.

Wil van Koolwijk – Slingerland 06 4963 4929
Joop de Boer 06 1428 7752