



JAARVERSLAG 2022-2023

R.K.S.V.



ALPHEN AAN DEN RIJN
Opgericht 18 december 1918



Door weer en wind zijn onze leden op pad gegaan om te collecteren voor Jantje Beton!



Wilskracht was in oktober 2022 aanwezig op de vrijwilligersmarkt in het stadhuis. Onze enthousiaste vrijwilligers Sandor en Amy waren daarbij aanwezig om onze vereniging te presenteren, vragen te beantwoorden en om mogelijkheden te bespreken.

INHOUD

Voorwoord	3
1 Wat bracht sportseizoen 2022-2023	4
1.1 Sportgroep gymnastiek	4
Ouder en Kindgym	4
Peuter en kleutergym	5
Sportfit 50+	5
1.2 Sportgroep Turnen	6
1.3 Sportgroep Ritmische Gymnastiek	9
2 Sponsoring en promotie	13
3 Ledenadministratie	14
4 Financieel jaarverslag 2022-2023	16

VOORWOORD

Beste leden,

Seizoen 2022-2023 was een geweldig sportief en succesvol jaar voor Wilskracht. Wat een prachtig jaar hebben wij achter de rug. Wilskracht groeit, in het aantal leden, het aantal mooie prestaties en het aantal vrijwilligers. Een vereniging om trots op te zijn!!!!

We hebben weer wedstrijden mogen organiseren voor turnen en ritmische gym. Dit hebben we kunnen doen omdat we een grote groep enthousiaste vrijwilligers hebben die elke keer weer klaar staan om de vereniging te helpen. Ik wil daarom ook iedereen bedanken die zich weer heeft ingezet voor de vereniging, op welke manier dan ook. En alle hulp is hard nodig, ook het aankomende sportjaar. Ik ga er stiekem van uit dat we weer op jullie kunnen rekenen en zie jullie dus graag weer in de zaal en op de tribune. Ik hoop jullie dan ook weer te zien bij de gezellige bijeenkomst voor vrijwilligers, want dit was een zeer geslaagde middag bij de Lodge afgelopen september. Fijn dat jullie gekomen zijn om het jaar af te trappen op deze manier.

Die mooie prestaties en fijne trainingen hebben we niet alleen te danken aan onze sporters, zonder onze train(st)ers zouden deze prestaties en trainingen er niet zijn. Een hele grote DANKJEWEL voor deze toppers! Want ze verzetten veel werk en ze steken veel tijd in het geven van trainingen en alle voorbereidingen daarvan. Dit kunnen ze alleen maar doen omdat ze de sport een warm hart toedragen. Ik ben dan ook enorm trots op iedereen die elke week weer in de zaal staat om de kinderen een fijne training te geven.

Goed om te weten is dat de trainsters van Wilskracht recent hun EHBO-sport diploma hebben gehaald, weer een mooie ontwikkeling.

De wedstrijden staan weer voor de deur en iedereen is hard aan het werk met de voorbereidingen hiervan. Ik hoop weer mooie foto's te zien en leuke wedstrijdverslagen te lezen op onze sociale kanalen.

Ik wens iedereen een heel gezellig en sportief jaar. Een jaar met mooie ontwikkelingen, prestaties en veel wedstrijden. Wees trots op jezelf en geniet van jullie mooie sport, maak er een mooi jaar van!

Sportieve groet,

Monique Droog
Voorzitter



1. WAT BRACHT HET SPORTSEIZOEN 2022-2023

1.1

Sportgroep gymnastiek

Onder de noemer gymnastiek vallen een 3-tal groepen:

- Ouder en Kindgym
- Peuter en kleutergym
- De sportfit 50+

Ouder en Kindgym

Zaterdagochtend Vroonhoevelaan

Het was een turbulent jaar voor de Ouder en Kindgym. Trainster Lieke heeft eind december afscheid genomen van de zaterdaggroep. Lieke heeft, samen met Astrid, de Ouder & Kindgym en het nijntje Beweegdiploma geïntroduceerd bij Wilskracht. Voor deze groep is, ondanks de inzet van Lieke en het bestuur, niet direct een vaste vervanger gevonden. Voor het eerste kwartaal van 2023 is een tijdelijke oplossing gevonden. Gelukkig is er per 1 april een vaste trainer gevonden. Marco geeft vanaf dat moment samen met Vera en een aantal assistenten op zaterdag de Ouder & Kind Les.

De ouder & kindgym blijft een populaire les. Gemiddeld staan er zo'n 12 kinderen op de wachtlijst. We zien dat na de zomer- en kerstvakantie wat meer kinderen stoppen dan normaal. Op die momenten kunnen we de kinderen op de wachtlijst vaak weer een plekje aanbieden. Lieke verzorgt nog altijd de administratie van deze les.

Bij de Ouder & Kindgym zijn de kinderen samen met hun ouders druk bezig om zichzelf te ontwikkelen tot motorische kanjers. Samen met hun ouders gaan de kinderen rollen, klimmen, klauteren, balanceren, dansen en nog veel meer.

Met elke week bekende, maar ook weer nieuwe toestellen en onderdelen blijft dit elke les weer een leuke uitdaging. Op moment van schrijven heeft Marco ook zijn licentie voor het beweegdiploma gehaald. Hiervoor heeft hij de opleidingsdag voor het nijntje Beweegdiploma gevolgd. Zo kan er vanaf dat moment ook weer volgens dit principe lessen gegeven kunnen worden. Ze zijn alvast begonnen met een gezamenlijke start van de les met een Nijntje dans. Komende tijd zal dit uitgebouwd worden naar 1x per maand een speciale les waarbij kinderen onderdelen kunnen afsluiten voor hun Nijntje diploma. In de andere lessen wordt daar uiteraard ook mee geoefend. Hierbij wordt sport zo breed mogelijk aangeboden. Dus naast gymoefeningen worden er ook balspelen, stoeispelen en dans gedaan. Alles om de motorische, sensorische en cognitieve hersenontwikkeling zo veel mogelijk te stimuleren.

De trainers hebben zin om deze nieuwe uitdaging met de kinderen en ouders aan te gaan op een leuke speelse manier en kijken ook uit naar het eindfeest aan het einde van het Nijntje traject!

Vrijdagochtend Lupinesingel

Op vrijdagochtend geeft Astrid een ouder en kind gymles in de Lupinesingel. Deze groep is iets kleiner dan de zaterdaggroep. De insteek is uiteraard gelijk aan de les van Marco en Vera. Met deze lesgroep in de Lupinesingel willen wij met name ouders in dit deel van Alphen bekend maken met onze vereniging.



Trainster Lieke heeft in december afscheid genomen van de zaterdaggroep. Lieke heeft, samen met Astrid, de Ouder & Kindgym en het nijntje Beweegdiploma geïntroduceerd bij Wilskracht.

Peuter en kleutergym

Zaterdagochtend Vroonhoevelaan

Iedere week staan de kleuters om 10:15 uur te trappelen om te beginnen met de gymles van trainster Annemiek en haar assistenten. Tijdens de les wordt er gezongen, gesprongen, geklommen en vooral veel lol met elkaar gemaakt. Er wordt geprobeerd om op allerlei manieren uitdagingen te creëren voor ieder kind. Elke week wordt er een feestje van de training gemaakt. Tot december gaf Lieke de lessen peuter en kleutergym. Nadien nam Annemiek de lessen over. Deze groep groeit nog gestaag.

Woensdag Vroonhoevelaan

Dit seizoen is er door Astrid gestart met een nieuw recreatie uur, kleuterturnen in de Vroonhoeve. Dit is een uur voor de allerjongsten van 4 en 5 jaar, die willen turnen. Er wordt hierbij, net als bij Ouder & Kindgym, gewerkt met principes uit het nijntje Bewegingsdiploma. Op dit uur turnen jongens en meisjes door elkaar. Vooral het springen op de trampoline en op de dikke matten is favoriet.

SportFit50+

Inmiddels geeft Daniëlle alweer meer dan een jaar les aan de groep enthousiaste dames en wat hebben zij zich verbeterd en ingezet dit jaar. Zoveel verbetering in flexibiliteit en spierkracht maar ook verstevigen van de dieperliggende spieren in de schouders en heupen. Wat zo belangrijk is, zeker naarmate je ouder wordt. Met veel trots geeft Daniëlle dan ook elke week les aan deze dames en ze maken er elke week weer een feestje van.

Daniëlle probeert elke keer een andere les met andere oefeningen te doen om zo de variatie erin te houden. Ze eindigen altijd met een kwartiertje op het matje voor een goede core workout die aanpasbaar is voor elk niveau. Hierbij worden de dieperliggende spieren getraind zodat bekken en buikspieren aan bod komen. Daarbij wordt ook de ademhaling gecontroleerd. Buikademhaling is namelijk essentieel. Je longen voorzien van schone zuurstof is één van de belangrijkste elementen voor een goede gezondheid. We ademen veel via de borst en ademen vaak meer in, dan goed uit. Een diepe uitademing is nodig om de afvalstoffen uit het lichaam te krijgen. Tijdens de training doen we dit ook om mensen bewust te maken van ademhaling. Onze hersenen moeten dit aanleren en de foute ademhaling afleren. Je wordt alleen beter in het gene wat je traint, dus ook ademhaling is daar één van.

De dames gaan dit jaar ook weer vrolijk verder met hun groep. Het zou natuurlijk geweldig zijn als we nog meer leden konden krijgen. En niet alleen voor de vereniging maar ook omdat Daniëlle weet hoe moeilijk het soms is om over die drempel te stappen en een begin te maken aan een betere zelf. Je bent nooit te oud om te leren dus waarom niet beginnen als je 50 bent in een warme groep met enthousiaste deelnemers!

Op naar een beter zelf, dan schijnt de zon ook door in de wintermaanden. Lekker in je vel met meer energie en bewegingsvrijheid! Wat wil een mens nog meer!



SportFit50+,
Verbeteren van
flexibiliteit.



SportFit50+,
Verbeteren van
spierkracht.



SportFit50+, in het
laatste kwartier van
de les oefeningen op
een matje.

*Klimmen en klauteren
tijdens de peuter en
kleutergymlessen.*



1.2 Sportgroep Turnen

Recreatiegroepen turnen

Maandag Havixhorst, 5-8 en 9 -11 jaar
Trainster Limanda en Assistent Sanne zijn in de Havixhorst het seizoen begonnen. In de lessen in de Havixhorst wordt gewerkt aan de basis van turnen. In februari deden deze gymnasten mee aan de onderlinge wedstrijd of diploma turnen. Dit was een echt feestje! Daarna zijn ze de basis gaan verbeteren volgens de methode Kleuren Turnen. Er waren een aantal drukbezochte kijklessen. Uiteraard krijgt iedereen een Kleuren Turnen diploma. Helaas kwam aan het eind van seizoen een einde aan de lessen in de Havixhorst. Trainster Limanda heeft een andere baan waarbij lesgeven op maandag niet meer te combineren is.

Ondanks diverse pogingen om een vervangende train(st)er te vinden is het helaas niet gelukt om de plek op te vullen. Dit betekent dat Wilskracht voorlopig geen lessen meer geeft op maandag in de Havixhorst. Alle leden hebben een alternatieve lesgroep/locatie aangeboden gekregen. De groepen hebben met een ijsje na de laatste les afscheid genomen.

Dinsdag Oude Wereld, 12-15 en 16+

Trainster Limanda is samen met assistenten Anouk en Ingrid het seizoen gestart met een deels nieuwe groep. Met al snel een tweetal wedstrijden in de agenda wordt hard gewerkt. Met de dames die 12 jaar of ouder zijn, zijn ze in december naar de Turn- en Fun wedstrijd in Leiden geweest. Er zijn mooie resultaten behaald maar bovenal dikke pret tijdens het vrij turnen in een echte turnhal. In februari heeft de hele groep meegedaan aan de onderlinge wedstrijd. Ook hier mooie resultaten en een trotse trainster.

Na de onderlinge wedstrijd doen wij het wat rustiger aan en gaan we nieuwe onderdelen aanleren en oude perfectioneren. Ook in deze lessen werken we met de methode Kleuren Turnen. Elk op hun eigen niveau hebben de meiden hun Kleuren Turnen diploma verdient.

Het is voor de trainster heel gaaf om de groep zo te zien groeien!



Diploma turnen tijdens de onderlinge wedstrijd.



Kleuren Turnen met als beloning een Kleuren Turnen diploma!



Recreatiegroepen Astrid

Alle lessen worden goed bezocht. Trainster Astrid heeft op maandag en woensdag hulp van een aantal assistenten.

Dit seizoen is er weer gewerkt met de methode kleurenturnen. Elke turnster krijgt een kleur uit de lesmethode die overeenkomt met haar/zijn eigen niveau. In alle lessen is er een afsluitende les geweest, waar alle kinderen hun kleuren-diploma verdienen. We zagen vele trotse gezichten als ze hun diploma mee naar huis mochten nemen.

Voor elke vakantie geven wij de ouders/verzorgers de gelegenheid te blijven kijken tijdens een training om te zien wat hun dochter/zoon kan en weer bijgeleerd heeft.

Ook zijn er lessen waar vriendjes en vriendinnetjes mee mogen doen. Buiten dat dit altijd erg gezellig is, is het een mooie gelegenheid om op een ongedwongen manier nieuwe leden te werven.

In december is Sinterklaas weer op bezoek geweest. Dit is een gezamenlijke middag met de turn- en ritmische gymnastiek afdeling. Het was weer een gezellige boel met de pieten. De aanwezige kinderen hebben laten zien wat ze konden en Sinterklaas was super trots op alles wat hij zag. Het is een groot feest als Sinterklaas langskomt met zijn pieten en hij komt volgend seizoen graag weer terug.

In februari waren de clubkampioenschappen. Voor dit evenement konden de kinderen kiezen tussen een wedstrijd turnen of diplomaturnen. Zo blijft het voor iedereen een feestje zonder te veel druk. Alle kinderen werden beloond met een diploma en een welverdiende medaille.

Zomerdemonstratie

Het seizoen is op 1 juli afgesloten met een demonstratiemiddag in de Limeshal. Alle turngroepen hebben in de lessen hard geoefend op een demo die ze deze middag hebben gegeven. Het was een mooie mix van recreatie- en selectiegroepen.

Bij deze middag is er gekozen een verhaallijn te maken waarbij door elke demonstratiegroep puzzelstukken

moesten worden verzameld. Aan het eind van de middag was de puzzel compleet en kwam het seizoen tot een goed einde.

Onze dank gaat uit aan alle vrijwilligers die dit evenement tot een groot succes hebben gemaakt. De tribunes zaten goed vol!

C-selectie zaterdag Vroonhoevelaan

Annemiek is in september begonnen met de C-selectie. Het is haar eerste zelfstandige les na het behalen van haar niveau-3 licentie. In deze training wordt er door de turnsters op niveau 6, 7, G & H hard getraind om op de wedstrijden goed voor de dag te komen. Er zijn dit seizoen mooie oefeningen laten zien en knappe medailles behaald. Gedurende het jaar vonden er vele activiteiten plaats om de band in de groep te versterken. Het blijkt toch lastig om iedereen voldoende aandacht te geven in de training om zo het maximale uit elke turnster te halen. Aan het eind van het seizoen is er in overleg met de verschillende trainsters besloten om deze groep in het nieuwe seizoen te laten doorstromen naar de A & B selectie. Alle meiden krijgen zo de kans om maximaal te presteren met vooral heel veel plezier.

Selectie-/wedstrijdgroepen

Dit seizoen hebben we deelgenomen aan de rayonwedstrijden, districts-wedstrijden en vriendschappelijke wedstrijden zoals Turn2win en de Bredacup. Het was het eerste volledige wedstrijdjaar. Dat betekent dat er dit jaar ook gestreden werd om een plek in de finales. De teams hebben mooie wedstrijden geturnd.



C-selectie.



Assistent trainsters ondersteunen de trainsters in onze lessen.



Zomerdemonstratie, bij elke demonstratie moest een puzzelstuk worden verzameld. Aan het eind van de middag was de puzzel compleet.

Vanuit de teamwedstrijden konden de turnsters zich individueel plaatsen voor de districtsfinale. De junior turnsters supplement D, konden zich plaatsen voor de landelijke halve finale.

In de eerste districtswedstrijd eindigde Valentina van den Helder op de 9e plaats en Jade de Jonge op de 10e plek als eerstejaars junior. Bij de 2e districtswedstrijd eindigde Jade de Jonge op de 8e plaats en Valentina van den Helder op de 10e plaats. Beide turnsters plaatsten zich hiermee voor de landelijke halve finale.

De onderbouw heeft deelgenomen aan de Mini City Cup. Dit is een mooie wedstrijd ervaring voor de jonge turnsters. Naast deze wedstrijd waren er meetmomenten zowel binnen als buiten de vereniging. De onderbouw turnsters volgen net als de recreatieturnsters de methode kleurenturnen waarbij zij hun kleurendiploma kunnen halen. Voor de onderbouw turnsters geboren in 2014 was er ook deelname aan de Donarcup. Uiteraard geldt voor alle

selectieturnsters dat zij ook meedoen aan andere activiteiten zoals de seizoensopening, Sinterklaas, turnkamp en de zomerdemonstratie.

Opleidingen

Dit seizoen zijn er kandidaten geslaagd voor hun niveau 1 en niveau 2 opleiding:

Niveau 1: Sanne Achterberg, Jil Boersma, Desray te Hennepe, Naomi Schuitemaker.

Niveau 2: Valentina van den Helder, Puk Boekhout van Solinge, Jade de Jonge.



Jade, Puk en Valentina zijn in juni geslaagd voor assistent niveau 2.



Onderbouw turnsters tijdens de Donarcup.

Bij de wedstrijden zijn er mooie resultaten neergezet

Team middenbouw:

Middenbouw Team niveau 7, eerste wedstrijd 3e plek, tweede wedstrijd op de 3e plek

Middenbouw team niveau 6, eerste wedstrijd 1e plek, tweede wedstrijd op de 1e plek

Middenbouw Team niveau 4, eerste wedstrijd 1e plek, tweede wedstrijd op de 2e plek

Middenbouw Team niveau 3, eerste wedstrijd 3e plek, tweede wedstrijd op de 4e plek

Middenbouw team niveau 2, eerste wedstrijd 2e plek, tweede wedstrijd op de 1e plek

Team H, eerste wedstrijd He plek, tweede wedstrijd op de 4e plek

Team G, eerste wedstrijd 4e plek, tweede wedstrijd op de 2e plek

Team F, eerste wedstrijd 2e als team en bij de tweede wedstrijd 2e plek

Team E, eerste wedstrijd 1e en bij de tweede wedstrijd 1e plek

Districtsfinale:

De volgende teams en individuele turnsters hebben de districtsfinale gehaald:

Team E, met Aurélia Lemaire en Emily Bezuijen

Team F, met Roos de Kreek, Lauren Schansman, Puk Boekhout van Solinge en Sophie Best

Individueel:

Phileine Paling, Jasmine Heijns, Loïs van der haven, Hanna van Leeuwen, Hiske Hoekstra, Saar Vaessen, Aniek Westerveld, Noor Boersma, Sanne Achterberg, Aurélia Lemaire, Roos de Kreek, Desray te Hennepe, Danique Vuik, Joa van Kempen, Vajén van Rijn, Liv van Buuren, Floriene Futselaar

Toestelfinales

Lydia Adriaanse (sprong), Aurélia Lemair (balk en vloer), Puk Boekhout van Solinge (brug en vloer).

Alle juryleden, trainsters en vrijwilligers bedankt voor jullie enthousiasme, inzet en tijd bij deze wedstrijden!

1.3 Sportgroep Ritmische Gymnastiek

Het seizoen 2022/2023 was een jaar vol dynamiek. Een bijzonder positieve ontwikkeling was dat ons ledenaantal ritmische gymnasten elke maand bleef groeien en we in mei 2022 de grens van 100 leden ritmische gymnastiek voorbij gingen. We zijn blij dat deze tak van sport in onze vereniging kan blijven groeien.

Om de sport te promoten hebben Amy, Vera en Suzanne in de voorjaarsvakantie meerdere workshops gegeven bij Junis kinderopvang en zijn er veel flyers uitgedeeld. Regelmatig worden er berichten van onze activiteiten op onze social media accounts gezet. We hopen de stijgende lijn vol te houden.

Recreatiegroepen

De groepen op woensdag zien we dit seizoen naast het grote aantal huidige leden ook een hoop nieuwe gezichten. Hierdoor hebben we meiden kunnen laten doorstromen naar andere groepen. We hebben op dit moment 4 recreatieve groepen en een gezellige recreatie competitie groep (RCG). De recreatieve lessen zijn de basis en van hieruit kan, bij gebleken talent, doorgestroomd worden naar selectiegroepen.

Door de groei van de recreatieve groepen is het noodzakelijk om dit jaar assistenten in te zetten. Amy (2^e divisie gymnaste) is vaste assistent bij de beide recreatielessen van Melinda op zaterdag. Vera kan bij de 7+ groep op woensdag rekenen op de hulp van Fleur (gymnaste RCG). Noor (gymnaste RCG) heeft Vera

een deel van het jaar geassisteerd bij de groep 4-6 jaar. Deze meiden vinden het leuk om hun kennis en ervaring door te geven aan de volgende generatie ritmische gymnasten. Zij zullen, samen met nog een aantal meiden, volgend seizoen de opleiding tot assistent trainer volgen via de KNGU. Hiermee proberen we vanuit de eigen gelederen nieuwe trainers klaar te stomen.

Evenementen

Vlak voor de kerstvakantie konden we na twee jaar afwezigheid weer onze winterdemonstraties houden. Alle groepen hadden een mooie demo voorbereid met als thema 'winter'. Het plezier spatte ervan af en ook het publiek klapte enthousiast mee. Zelfs een aantal oud-gymnastes had een mooie demonstratie ingestudeerd.

In april organiseerden wij voor onze recreatiegroepen, de jong talenten en de competitie groep de PaasCup. Bij deze wedstrijd hebben veel meiden hun eerste wedstrijdervaring. Om die ervaring compleet te maken hebben gymnastes van de Eerste en Tweede divisie de oefeningen gejureerd. Daarmee proberen wij de huidige generatie selectie-gymnastes enthousiast te maken voor het jureren.



Amy is hulptrainer op zaterdag.



Workshops RG in de voorjaarsvakantie bij Junis Kinderopvang.

Winterdemonstraties in december met als thema 'winter'.



FOTO: RICHARD DONKERVLIET



Annika Helder, Nederlands Kampioen junioren eredivisie.

FOTO: BART TREUREN



Romy van Vliet, Bondskampioen senioren eerste divisie.

FOTO: BART TREUREN



Adelyn Yip, Bondskampioen benjamins eerste divisie.

FOTO: BART TREUREN



Lishena Battisti, Bondskampioen senioren tweede divisie.

Juniorengroep tweede divisie.

We sloten het sportseizoen af met de clubkampioenschappen. Dit is met het aantal leden een flink programma omdat iedereen hier aan mee mag doen. Onze juryleden zitten voor de laatste keer van het seizoen achter de tafel om de oefeningen te beoordelen.

Clubkampioenen zijn geworden:

*Femke Barhorst - eredivisie
Romy van Vliet - eerste divisie
Lishena Battisti - tweede divisie
Elif Noura - jong talent
Noamy Zuidam - competitie groep*

Selectiegroepen

Aan de start van het nieuwe seizoen is de eerste divisie van start gegaan met een zomerstage o.l.v. Natalia en Elza Gareeva.

Binnen het district hebben drie meisjes uit de jong talentengroep meegedaan aan de mini-wedstrijden om eerste wedstrijdervaring op te doen.

Tijdens de plaatsingswedstrijden zijn er in de tweede divisie, eerste divisie en eredivisie veel medailles behaald. Alle meisjes mochten individueel, met een duo of in een groep deelnemen aan de bondsfinales of aan de Nederlandse Kampioenschappen met resultaten waar we trots op kunnen zijn.

In de eredivisie werd Femke Barhorst Nederlands Kampioen bij de senioren en Annika Helder bij de junioren. Bondstitels in de eerste divisie gingen naar Romy van Vliet (senioren) en Adelyn Yip (benjamins). Lishena Battisti werd bondskampioen bij de senioren in de tweede divisie.



Femke Barhorst, Nederlands Kampioen senioren eredivisie.





WinterCup in Leverkusen.



Luxembourg Cup in Luxemburg.

Internationale wedstrijden

Dit seizoen namen onze gymnasten van de eerste divisie deel aan diverse internationale wedstrijden. Deze wedstrijden vonden zowel in Nederland als in het buitenland plaats en er werden meerdere podiumplaatsen behaald.

Er werd door 1 of meerdere gymnasten deelgenomen aan:

- AmsterdaMMasters (NL)
- Happy Cup (BEL)
- Brussels Cup (BEL)
- WinterCup (DUI)
- Luxembourg Cup (LUX)
- Elegance Cup (FRA)
- Eleganza Cup (NL)
- Aphrodite Cup (GRE)
- Friendship Cup (NL)
- Kyolis Cup (FRA)
- Victory Cup (NL)
- European Championships (AZE)

Femke tijdens de Europese Kampioenschappen in Baku, Azerbeidzjan.

Topsport

Begin november heeft Femke met positief resultaat deelgenomen aan de FIG kwalificatie in Alkmaar en behield ze haar licentie om Nederland te vertegenwoordigen op internationale wedstrijden.

Met de goedkeuring van het topsportplan door de de KNGU was er eind 2022 groen licht voor een kwalificatieprocedure voor de Europese Kampioenschappen 2023 in Baku, Azerbeidzjan. Na drie kwalificatiemomenten plaatste Femke zich als eerste voor het EK en mocht ze in mei samen met Natalia afreizen naar Baku. Voor het eerst in 20 jaar werd Nederland weer individueel vertegenwoordigd op een Europees Kampioenschap.



Michelle tijdens de Eleganza Cup in Utrecht.





Sponsor onze club gratis!

SPONSOR WILSKRACHT GRATIS DOOR JE ONLINE AANKOPEN TE DOEN VIA SPONSORKLIKS!

Koop je wel eens bij één van de volgende webwinkels?



Expedia

Booking.com



bol.com

Media Markt

ABOUT YOU

Het concept van SponsorKliks is heel simpel. Als je online gaat shoppen, kan je via www.sponsorkliks.nl terecht bij alle bekende webwinkels. Selecteer RKS V Wilskracht op de startpagina waarna je een overzicht krijgt van alle webwinkels. Wanneer je via deze website naar je favoriete webwinkel doorklikt en besteld, krijgt Wilskracht een commissie. En jij betaald niets extra! Kleine moeite, groot plezier!

SponsorKliks
Gratis sponsoren!

3. PROMOTIE EN SPONSORING

Sponsoring

Dankzij de sponsoring van Asbest-Assist, Lek-Sloopwerken en Johlex Bouw is onze vereniging in november 2022 voorzien van een prachtige achterwand die we kunnen opzetten tijdens onze wedstrijden ritmische gymnastiek. Deze wand werd voor het eerst getoond aan de sponsoren, gymnasten en trainsters in de vorm van een kleine sponsoravond met enkele demonstraties. Na afloop van deze demonstraties werden de gymnasten van de eerste en tweede divisie door sponsor Asbest-Assist voorzien van een nieuwe sporttas. Wij bedanken Asbest-Assist, Lek-Sloopwerken en Johlex Bouw voor deze bijdrage.



Dankzij de inzet van onze leden hadden we een geweldige opbrengst met de Grote Club Actie!

Diverse inkomsten uit sponsoring

Sponsorkliks	€ 169,65
Rabobank Clubsupport	€ 363,85
Vriendenloterij	€ 1.550,36
Jantje Beton	€ 288,85
Grote Club Actie	€ 7.394,56
Andere schenkingen/sponsoring	€ 0,00
Totaal	€ 9.767,27

JOHLEXBOUW
AANNEMERSBEDRIJF



ASBEST ASSIST

Onthulling van de RG achterwand in het bijzijn van de sponsoren.



4. LEDEN ADMINISTRATIE



De ledenaantallen zijn altijd een goede graadmeter om te zien hoe het gaat met onze vereniging. In de corona-periode hadden veel leden hun lidmaatschap hadden opgezegd. Nadat alle beperkingen waren opgeheven vonden veel leden hun weg terug waarbij we ook veel nieuwe leden konden verwelkomen.

Omdat er nog voldoende ruimte was in de lessen hebben ons aan het begin van seizoen 2022-2023 dan ook ten doel gesteld een ledengroei van 10%. Uit onderstaande grafiek is af te leiden dat we deze stijging hebben kunnen realiseren met gemiddeld een ledenaantal van 378 per maand.

In de grafiek hieronder is aan het eind van een seizoen een dip te zien. Oorzaak hiervan is dat in de maand juli het seizoen ten einde loopt waarbij leden opzeggen.

We zien elk jaar weer de uitdaging om de jeugd in de leeftijd 12-16 jaar te behouden. Dit is een groep die door het wisselen van basisschool naar middelbare school andere prioriteiten en interesses ontwikkelt. Echter zijn we verheugd om te zien dat wij ook deze leeftijdsgroep lessen kunnen blijven aanbieden.

Ook in de leeftijdsgroep van 12-16 jaar kunnen we lessen blijven aanbieden.

Datum	Ledenaantal
01-09-2020	332
01-09-2021	278
01-09-2022	344
01-09-2023	353

Ledenaantallen



Als we kijken naar de leden verdeeld naar sportgroepen zien we het volgende beeld:

Sportgroep	30-jun-23	1-sep-22	+/-	Toename
TU	199	181	18	10%
RG	110	87	23	26%
OK/PK	84	66	18	27%
Sportfit	12	10	2	20%
	405	344	61	18%

Legenda:

TU = turnen | RG = ritmische gymnastiek /
OK/PK = ouder & kind gymnastiek en
peuter & kleuter gymnastiek

In bovenstaande overzicht is gekozen voor een vergelijking tussen de aantallen leden aan de start van het seizoen 2022-2023 en de leden net voor het eind van het seizoen (eind juni 2023). Hieruit is af te leiden dat de doelstelling van een ledengroei van 10% ruimschoots is behaald. De sportgroep turnen is de grootste sportgroep binnen de vereniging met een ledenaantal van net geen 200. De sportgroep ritmische gymnastiek heeft in februari 2023 een mijlpaal bereikt door voor het eerst een ledenaantal van meer dan 100 te bereiken dit ook vast te houden tot aan het eind van het seizoen. Ook de Ouder-Kind en Peuter-Kleuter groepen hebben met 26% een indrukwekkende groei laten zien. Uiteraard hopen we deze kinderen zo enthousiast te krijgen voor de gymsport dat zij doorstromen naar ritmische gymnastiek of turnen.

Nieuwe ledenadministratrice

Sinds begin 2023 is het beheer van de ledenadministratie overgenomen door Francisca van Starrenburg. Na een aantal losse invallers zijn wij heel blij met een vaste vrijwilliger op deze positie. Voor de communicatie met de KNGU (bondscontributie, aanleveren juryleden en inschrijven voor wedstrijden/ opleidingen) en de facturatie van de contributie door de penningmeester is een goede ledenadministratie van wezenlijk belang. Wij danken Francisca voor haar inzet.



Sinterklaasfeest voor al onze jeugdleden.



5. FINANCIËEL JAARVERSLAG



Ingesloten in het jaarverslag is een beperkte weergave van de jaarrekening over seizoen 2022-2023. De volledige jaarrekening is na de Algemene Ledenvergadering op te vragen bij de penningmeester via penningmeester@wilskrachtalphen.nl. De financiële verantwoording is overeenkomstig de huidige statuten gelijk aan een sportseizoen, namelijk vanaf 1 september tot en met 31 augustus.

Exploitatie 2022-2023

Terugkijkend op afgelopen seizoen hebben we het boekjaar afgesloten met een positieve exploitatie. Voor het seizoen 2022-2023 hadden we ingezet op een ledenstijging van 10%. Deze stijging in leden en dus ook contributieopbrengsten hadden we nodig om de begrote kosten volledig te kunnen dekken en minimaal break-even te draaien.

Daarnaast heeft De Grote Clubactie ongeveer € 7.400 opgebracht wat € 1.900 meer was dan begroot. Niet verwacht en zeer welkom was een eenmalige bijdrage van de Vriendenloterij van € 1.250. Tenslotte hebben we een subsidie tegemoet kunnen zien van € 3.900 voor investeringen in toestellen en materialen. Deze incidentele baten hebben grotendeels bijgedragen aan het overschot van seizoen 2022-2023.

Zilver voor middenbouw niveau 4 in Rotterdam!

Staat van baten en lasten over 2022-2023

	Begroting 2022-2023	Werkelijk 2022-2023	Werkelijk 2021-2022
Baten			
Contributies	147.000	147.098	128.151
Overige opbrengsten	8.000	13.671	7.269
	<u>155.000</u>	<u>160.770</u>	<u>135.419</u>
Lasten			
<u>Directe kosten</u>			
Kosten trainsters en assistenten	71.000	62.612	66.216
Zaalhuur	62.500	66.651	44.548
Bondscontributie	11.000	11.772	9.923
	<u>144.500</u>	<u>141.035</u>	<u>120.687</u>
<u>Afsluitingen</u>			
Toestellen en materialen	4.100	6.477	4.169
<u>Indirecte kosten</u>			
Kantoorbenodigdheden	1.500	1.431	1.102
Representatie	1.000	1.346	1.291
Materialen	2.000	1.760	2.139
Algemene kosten	1.000	1.099	552
	<u>5.500</u>	<u>5.635</u>	<u>5.085</u>
<u>Financieringskosten</u>			
Bankkosten	900	1.046	847
Rente spaarrekening	-	-13	1
	<u>900</u>	<u>1.033</u>	<u>847</u>
Exploitatiesaldo	<u>-</u>	<u>6.590</u>	<u>4.632</u>
Bestemming exploitatiesaldo			
Reserve toestellen en materialen	-	6.590	2.841
Algemene reserve	-	-	1.791
	<u>-</u>	<u>6.590</u>	<u>4.632</u>

Bestemming exploitatiesaldo

Overeenkomstig het voorstel tot bestemming van het exploitatiesaldo is het overschot over dit seizoen als volgt bestemd:

- € 6.590 toevoeging aan de bestemmingsreserve toestellen.
- € 0,- toevoeging aan de algemene reserve.

Kapitaal

Uit de balans per 31 augustus 2022 is zichtbaar dat de Vereniging een positief kapitaal heeft van € 108.000 tegenover € 117.000 vorig jaar. In het kapitaal zijn twee bestemmingsreserves opgenomen voor toekomstige uitgaven ad € 68.000;

- Reserve toestellen en materialen ad € 18.000 en een
- Continuïteitsreserve ad € 50.000.

Tegenover de reserveringen is als dekking een spaarrekening opgenomen met een saldo einde boekjaar van € 75.000.

Bestemmingsreserve toestellen en materialen ad € 18.000

Dit bedrag zal de vereniging aanwenden voor toestellen die directe vervanging of reparatie nodig hebben. Om de leden te voorzien van modern kwalitatief goede toestellen en materialen die voldoen aan de laatste veiligheidsvereisten is een bestemmingsreserve gevormd. De verwachting is dat komende jaren een groot aantal verouderde toestellen en materialen vervangen dienen te worden wat de nodige uitstroom van liquiditeit met zich mee zal brengen. Naast deze reservering zullen ook diverse fondsen benaderd worden ter bijdrage aan de financiering. Daarbij zetten wij ook in op sponsoring, al dan niet door specifieke sponsoracties van leden om bij te dragen in de aanschafkosten.

In het boekjaar zijn voor ongeveer € 16.000 investeringen gedaan in 2 balken, een damesbrug en twee trampolines. Voor het seizoen 2023-2024 bedraagt de investeringsbehoefte ongeveer €12.000. Het bestuur is momenteel bezig om de mogelijkheden na te gaan bij welke groepen de noodzaak het hoogst is. Bij een enkele leverancier zijn ook al offertes opgevraagd.

Continuïteitsreserve ad € 50.000

Deze reserve is gevormd ter dekking van directe exploitatiekosten welke een vast karakter hebben met als doel het kunnen voorzien in de continuïteit op korte termijn (één jaar) bij het wegvallen van baten.

Balans per 31 augustus 2023

	31-08-2023	31-08-2022		31-08-2023	31-08-2022
Vaste activa			Kapitaal		
<i>Materiële vaste activa</i>			Algemene reserve	40.000	40.000
Toestellen	20.204	26.680	Bestemmingsreserves	68.103	77.423
				108.103	117.423
Vlottende activa					
<i>Vorraden</i>					
Vorraad kleding	3.105	1.191			
<i>Vorderingen</i>			Kortlopende schulden		
Debiteuren	-	170	Crediteuren	5.702	3.940
Overige vorderingen	4.335	3.253	Overlopende passiva	9.416	8.231
	4.335	3.423		15.118	12.171
Liquide middelen	95.577	98.299			
	<u>123.221</u>	<u>129.594</u>		<u>123.221</u>	<u>129.594</u>

Vajén tijdens de districtsfinale in middenbouw niveau 4.

Begroting 2023-2024

	<i>Realisatie 2020-2021</i>	<i>Realisatie 2021-2022</i>	<i>Realisatie 2022-2023</i>	<i>Begroting 2022-2023</i>	<i>Begroting 2023-2024</i>
Baten					
Contributies	83.795	128.151	147.098	147.000	163.500
Overige opbrengsten	11.224	7.269	13.671	8.000	11.500
	95.019	135.419	160.769	155.000	175.000
Lasten					
<u>Directe kosten</u>					
Kosten trainers en assistenten	66.936	63.789	66.651	71.000	77.900
Zaalhuur	19.226	44.548	62.610	62.500	71.500
Bondscontributie	9.274	9.923	11.772	11.000	13.000
	95.435	118.260	141.033	144.500	162.400
<u>Afschrijvingen</u>					
Toestellen	4.169	4.169	6.477	4.100	6.500
<u>Indirecte kosten</u>					
Kantoorbenodigdheden	1.764	1.102	1.432	1.500	2.000
Materialen	927	2.139	1.346	2.000	2.750
Representatie	1.040	1.291	1.760	1.000	2.000
Algemene kosten	1.964	2.979	1.156	1.000	1.000
	5.695	7.512	5.694	5.500	7.750
<u>Financieringskosten</u>					
Bankkosten	646	847	1.046	900	1.175
Rente spaarrekening	-0	1	-13	-	-25
	646	847	1.033	900	1.150
Exploitatiesaldo	-10.926	4.632	6.532	-	-2.800



Ook jongens kunnen
turnen bij Wilskracht.

De begroting is met maximale inspanning gemaakt die beschikbaar is geweest in de vrijwillige en onbezoldigde functie van penningmeester. Een begroting kan nooit een weergave zijn van de realiteit en is opgesteld voor sturing tijdens het financiële boekjaar 2023-2024. Het bestuur heeft kennis genomen van de begroting en input gegeven waar bijsturing gewenst was om te komen tot huidige weergave. Tijdens de maandelijkse bestuursvergaderingen worden de gerealiseerde resultaten van de Vereniging door het bestuur gemonitord, besproken en vergeleken met de begroting. Indien noodzakelijk zal tijdig worden bijgestuurd.

Toelichting begroting 2023-2024

Baten

De contributie is gebaseerd op het aantal leden begin september 2023; 353. In de afgelopen 2 jaren zagen we aan het begin van het seizoen een sterke stijging in leden welke vanaf januari stabiliseerde tot een lichte groei. Tenslotte nemen aan het eind van een seizoen veel leden afscheid van de sport door allerlei redenen. Meest voor de hand ligt de leeftijd waarbij wordt gestart op de middelbare school. Voor seizoen 2023-2024 is momenteel weinig ruimte voor groei tenzij trainsters meer lessen willen en kunnen verzorgen of op korte termijn trainsters van buiten aantrekken. Met dit laatste zijn we al meerdere jaren intensief bezig en is een bijna onmogelijke opgave gebleken. Momenteel hebben we ingezet op opleiding en training van leden met de hoop dat een enkeling doorzet naar trainster.

Evenals voorgaande jaren zijn de economische verwachtingen voor komend seizoen weer uitdagend te noemen. De energiecrisis en de oorlog in Oekraïne is nog niet voorbij wat onzekerheid met zich meebrengt in ons (lees; de leden) uitgavenpatroon. Daarnaast zijn voor het gros van de bevolking de kosten voor primaire levensbehoeften het afgelopen jaar sterker gestegen dan het inkomen. Het is dus goed denkbaar dat een keus gemaakt moet gaan worden op welke uitgaven bespaard moet gaan worden waardoor we wellicht leden gaan verliezen en/of minder mogen verwelkomen. Ook onze Vereniging is niet ongeschonden gebleven en heeft de kosten zien stijgen. Hiervan drukt de huurstijging van de Gemeente met 10% zwaar op de begroting. De contributieopbrengsten dienen voldoende te zijn om de lopende uitgaven te dekken. In deze begroting zijn de contributie-opbrengsten onvoldoende en leunen we zwaar op de overige baten zoals de Grote Club Actie en overige incidentele opbrengsten. Om de gestegen kosten te dekken en minimaal het seizoen break-even af te sluiten ontkomen we er niet aan om een contributieverhoging door te voeren. De nieuwe tarieven dienen in de ALV goedgekeurd te worden. Vooruitlopende op deze goedkeuring is in deze begroting rekening gehouden met een verhoging per 1 januari 2024. In de ALV zal worden voorgesteld de basiscontributie te verhogen met het consumentenprijs-indexcijfers (cpi van juli 2023) van 4,6% wat ongeveer € 4.000 meer baten zal opleveren.

Lasten

Kosten trainsters en assistenten

De trainsters ontvangen een vrijwilligersvergoeding gebaseerd op hun opleidingsniveau en ervaring. In de huidige begroting is de totale vergoeding gebaseerd op het aantal trainsters inclusief assistenten. Vorig seizoen hebben we vol ingezet op het actief stimuleren van meiden om hulpje te worden en door te groeien tot trainster. Dit beleid wordt continu geëvalueerd en zo nodig bijgesteld. Aan de start van seizoen 2023-2024 hebben we ongeveer 10 meiden die minimaal niveau 1 hebben behaald en een vergoeding ontvangen.

Naar verwachting zal dit aantal in seizoen 2023-2024 stijgen naar 18. Hierdoor laten de begrote kosten ten opzichte van vorig seizoen een significante stijging zien. Doorgroei van assistenten is zeer wenselijk omdat door gebrek aan trainsters enkele huidige trainsters meer lessen op zich nemen dan gewenst. Voor seizoen 2023-2024 zetten we deze lijn door en is een opleidingsbudget opgenomen van € 5.500. Sporten is niet alleen leuk en gezond maar moet natuurlijk ook veilig zijn. Naast een opleiding en aanvullende trainingen in de sport zien we graag dat onze trainers voldoende kennis hebben van EHBO. Een ongelukje zit namelijk in een klein hoekje. De kosten hiervoor zijn eveneens opgenomen in het opleidingsbudget.

Zaalhuur

De kosten zaalhuur bestaat voor het grootste gedeelte uit huur van gymzalen van de Gemeente Alphen aan den Rijn. De Gemeente heeft de tarieven met ingang 1 januari 2024 geïndexeerd met 10% wat zwaar drukt op onze totale begroting. Ook bij Scope worden zalen gehuurd wat ongeveer 10% bedraagt van de totale huurlasten. Scope heeft haar tarieven met ingang van het seizoen verhoogd met 5,2%. Daarnaast worden in deze post ook de zaalhuur verantwoord van turnhaltrainingen te Leiden en Zoetermeer evenals huur zalen in de Oude Wereld voor vergaderingen en meetings.

Afschrijvingen

Voor de investering in toestellen en materialen wordt een verwachte gebruiksduur aangehouden 5 tot 10 jaar. Jaarlijks wordt naar tijdsgelag afgeschreven. De afschrijvingslasten voor komend seizoen liggen in lijn met de realisatie van vorig seizoen.

Indirecte kosten

De merendeel van de kosten welke hieronder zijn opgenomen liggen in lijn met de realisatie van afgelopen seizoen waarbij rekening is gehouden met een opslag voor inflatie. Uitzondering betreft de stijging van de kosten voor representatie. Voor seizoen 2023-2024 zijn hieronder hogere kosten begroot voor een vrijwilligersbijeenkomst om naast verbinding ook onze dankbaarheid te tonen voor hun inzet.



Vorig seizoen hebben we vol ingezet op het actief stimuleren van meiden om hulpje te worden en door te groeien tot trainster.



FOTO: BART TREUREN



FOTO: RICHARD DONKERVLIET

Postadres:

Zuiderkeerkring 310,
2408 TJ Alphen aan den Rijn

E-mail:

secretaris@wilskrachtalphen.nl



ALPHEN AAN DEN RIJN
Opgericht 18 december 1918

wilskrachtalphen.nl

RKSVWilskracht

wilskrachtalphen

wilskrachtrg

wilskrachtRG

