



De Brug



G.V. Lycurgus-Hygiëa



Januari 2026

Editie 10

Nieuwsbrief

Lycurgus Hygiëa
Anno 1872

<https://www.lh-gymnastiek.nl/>

Welkom!

Beste lezer en lid,

Het nieuwe jaar is begonnen en daarmee vliegt het sportseizoen ook voorbij! Terwijl iedereen druk was met sneeuwpoppen bouwen en over de straten glijden, hebben de meisjes- en dameselectie van rhönrad en turnen alweer hun tweede wedstrijd van het seizoen gehad. 🤩

Jullie hebben allemaal de kou en het donker getrotseerd om bij de sporthallen te komen, maar gelukkig zijn de donkerste dagen al voorbij. Ga vooral zo door! 🔥

En nogmaals: **De Brug is ván en vóór alle leden**, van jong tot oud ❤️. Om deze nieuwsbrief voor iedereen interessant te houden, ontvangen we graag jullie input, ideeën en verhalen ☀️. Laat het ons weten via debrug@lh-gymnastiek.nl!

Veel leesplezier 📧

Sportieve groeten 🤝

Redactie De Brug,
Karlijn & Tess



NEWSFLASH

👉 Vrijwilligers altijd welkom! 👉

We kunnen onze club alleen draaiende houden dankzij de inzet van vrijwilligers. Soms vragen we gericht hulp via De Brug of de appgroepen. Maar heb je zelf een idee of wil je ergens bij helpen? Laat het vooral weten – alle hulp is welkom! Ook al is het eenmalig.

💡 Wist je dat... 💡

De Brug ook gedeeld wordt via de website? Daar kun je ook alle vorige edities terugvinden! Kijk op: <https://www.lh-gymnastiek.nl/nieuwsbrief-archief/>

Speel je al mee met de VriendenLoterij?

Dan kun je jouw lot eenvoudig koppelen aan Lycurgus-Hygiëa – zo steun je automatisch onze club!

☎️ Bel de Ledenservice via 088 - 020 10 20
📍 Kies optie 5

🟣 Geef onze clubcode door: **22521**

✅ Het kost jou helemaal niets extra!

💜 Hoe meer loten aan LH gekoppeld zijn, hoe meer inkomsten we als club ontvangen – bijvoorbeeld voor materialen en activiteiten.

Bedankt voor je steun!

Lid worden? Doe mee met een gratis **proefles**! Aanmelden kan via <https://www.lh-gymnastiek.nl/Lidmaatschap/ProeflesLid-woorden/>

Heeft u een **eigen bedrijf** of werkt u bij een bedrijf met budget voor lokale sportverenigingen? Wij zijn altijd opzoek naar nieuwe **sponsors** voor de vereniging! Bij interesse of vragen, **neem contact op met** niels@lh-gymnastiek.nl of kijk op <https://www.lh-gymnastiek.nl/Over-LH/Sponsor-woorden/> voor meer informatie.

Op donderdag 19 februari hebben wij weer een **Algemene Ledenvergadering (ALV)**. Kom je ook? Zie pagina 10 voor meer informatie!



@lh_gymnastiek
@lh_rhonrad



@lh.gymnastiek



Lycurgus-Hygiëa
gymnastiek

Agenda

Wanneer?	Wie?	Wat?
10 januari	Rhönrad	1e plaatsingswedstrijd
24-25 januari	Turnen selectie meisjes/dames	2e competitiewedstrijd
7 februari	Rhönrad	2e plaatsingswedstrijd
8 februari	Turnen selectie jongens/heren	2e Bram Koopman Event
19 februari	LH	Algemene ledenvergadering
7 maart	Rhönrad	3e plaatsingswedstrijd
28-29 maart	Turnen selectie meisjes/dames	3e competitiewedstrijd
11 april	Rhönrad	Nederlands Kampioenschap
18 april	LH	Onderlinge wedstrijden
30-31 mei	Turnen selectie meisjes/dames	Toestelkampioenschappen
20 juni	LH	Open dag

Indien u vragen heeft over de aanwezigheid bij specifieke activiteiten, kunt u terecht bij de trainer van uw groep, die weten het meest.

Wij zijn LH!

Contact



Meld je aan voor een GRATIS proefles via: <https://www.lh-gymnastiek.nl/Lidmaatschap/ProeflesLid-woorden/>

Lesaanbod



En dit is onze hoofdsponsor



Hypnose Instituut Nederland is dé opleider op het gebied van hypnose in Nederland en leert **jou** hoe je **ontspannen** blijft en **zelfverzekerder** wordt.

GRATIS bijdragen aan onze club? Klik op een van de logo's!



Nieuwe clubjasjes



Daar zijn ze dan eindelijk: onze **nieuwe wedstrijdjasjes**, met het logo van onze **hoofdsponsor Hypnose Instituut Nederland** erop 🎉. De selectieleden van LH hebben als eerste de jasjes kunnen bemachtigen om ze te kunnen showen bij de wedstrijden van januari.

Binnenkort worden deze jasjes, naast nog een aantal andere LH-kledingstukken, beschikbaar gesteld op onze website. Daar horen jullie later meer over!



2e competitie Turnen meisjes/dames

Meisjes

Instap niveau 5:

3 Jahshaily Burgzorg

Pupil 1 niveau 6:

2 Team Liz Admiraal en Noa Angermann

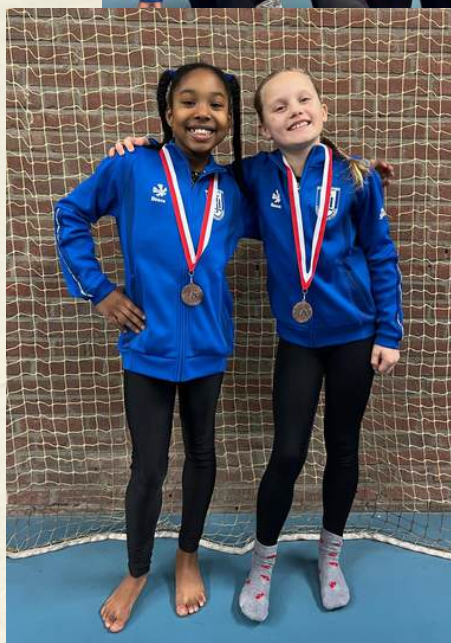
Pupil 1 niveau 5:

2 Eva Klein

2 Team Keet van Til, Eva Klein, Isa Baarda, Pip van Gestel

Pupil 2 niveau 4:

3 Team Emma Neeft en Ayana Spalburg



Dames

Jeugd divisie 5:

3 Mette Venniker

2 Team Isa Bakker, Robin Berkhout, Mette Venniker, Malou Raithel, Meis Liedorp

Junior divisie 5:

1 Jip Roth

Junior divisie 4:

3 Joy Krijnen

Senior divisie 4 en 5:

1 Isa Conijn

2 Sophia van 't Veer

3 Nuria Lorenzo Vicente

1 Team Isa Conijn, Joy Krijnen, Sophia van 't Veer en Tess Wouda

2 Team Lieke Krijnen, Karlijn Tabak en Nuria Lorenzo Vicente



**Met Edwin van HIN,
onze hoofdsponsor!**



Er wordt rekening gehouden met de privacy. Staat er een foto in het blad die u liever niet geplaatst wilt hebben? Laat het weten, dan passen wij direct de administratie aan.



1e plaatsingswedstrijd Rhönrad

Op 10 januari vond de 1e plaatsingswedstrijd van rhönrad plaats. Alle deelnemers hebben ontzettend hard hun best gedaan en mooie oefeningen neergezet!



Er werd een
mooie tekening
voor de jury
gemaakt!



Na afloop
traditiegetrouw
met z'n allen naar
de McDonalds!



Niveau 4:

3 Yfke Schoute

Niveau 5:

3 Kelsey Schaap

Niveau 6:

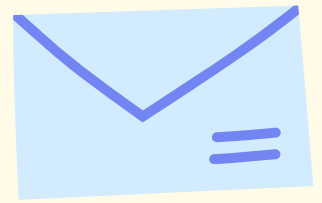
1 Demi de Hoop



Scan de QR-code
voor de Instagram
van onze rhönrad
groep!



Algemene Ledenvergadering



Op **donderdag 19 februari** om 20:00 uur vindt onze jaarlijkse **Algemene Ledenvergadering (ALV)** plaats. De ALV is een belangrijke avond waarin het reilen en zeilen van de vereniging wordt besproken en wij samen gaan kijken naar hoe afgelopen jaar verlopen is, en nog belangrijker, hoe het komende jaar eruit gaat zien.

De komst van de nieuwe bestuursleden de afgelopen jaren heeft heel wat vernieuwing en verandering met zich meegebracht, waardoor wij op weg zijn naar een financieel gezondere vereniging. Daarnaast heeft het bestuur zich de laatste tijd ingezet voor betere communicatie binnen de vereniging. Zo hebben we bij de vorige ALV in februari 2025 **De Brug** een nieuw leven in geblazen, na enkele jaren stilgelegd te hebben. Zo zie je maar dat er weldegelijk iets moois uit zo'n ALV kan ontstaan ;)

Heeft u op- of aanmerkingen, nieuwe ideeën, of bent u gewoon geïnteresseerd in hoe het eraan toe gaat binnen LH? Kom dan zeker even langs! **Iedereen is welkom**, jong en oud. Wij vinden het in ieder geval erg gezellig als u langs komt.

De ALV zal plaatsvinden op donderdag **19 februari** om **20:00 uur** in buurtcentrum **De Pelikaan**, *Kervelstraat 185-A, Krommenie*.

Hopelijk tot dan!

