

UPSIDE

Trampolinevereniging Triffis Alkmaar jaargang 3 - nummer 11 - juni 2007



**BOBBIE NAAR HET NK
IN HEERENVEEN**

**HET NK 2007 A, B EN C OP
2 EN 3 JUNI TE HEERENVEEN**

**NK D EN E OP 9 JUNI
IN ERMELO**

D  **DOWN**

BEEMSTER, U KRIJGT DE SMAAK SNEL TE PAKKEN!

IN DE BEEMSTER DOET DE TIJD NOG GEWOON ZIJN WERK. DE BESTE KWALITEIT MELK KOMT VAN DE KOEIEEN DIE LANGER IN DE WEI MOGEN GRAZEN. EN ALLEEN MET DIE MELK MAKEN WE IN DE BEEMSTER ONZE KAZEN, GEHEEL VOLGENS AUTHENTIEK RECEPT. GEDULDIG LATEN WE DE KAZEN RIJPEN, IN ALLE RUST EN OP EIGEN KRACHT. ONGESTOORD ONTWIKKELT ZICH DE UNIEK, FIJNE SMAAK VAN BEEMSTER.



BEEMSTER IS VERKRIJGBAAR IN VERSE UITSNIJ EN IN VERSVERPAKKING, VAN JONG TOT X-O- EN LITE.



GOED

BETER



WWW.FOTO **MOOY**.NL

VAN DE VOORZITTER,

Wat vliegt de tijd...vanaf zaterdag 7 juli straks allemaal lekker een paar weekjes vakantie vieren, en daarna gaat Triffis het vierde jaar van haar bestaan in. "Alweer" het vierde jaar, want de jaren zijn echt voorbij gevlogen. Het lijkt wel gisteren dat wij de vereniging hebben opgericht en de zaal aan het inrichten waren, terwijl Rea zich naar de finale van de Olympische Spelen in Athene sprong. Maar ook "pas" het vierde jaar, als je ziet wat de Triffis-familie in die drie jaren heeft klaargespeeld. De vereniging is enorm gegroeid, zowel in aantallen (onlangs heeft zich het 160ste actieve lid aangemeld) als in prestaties; onze wedstrijd-springers behaalden veel finaleplaatsen, bekroond met maar liefst 14 medailles op het NK 2007.

Wij hebben in deze drie jaren met elkaar een gezonde vereniging neergezet, die al haar leden, ongeacht het niveau van sportbeoefening, prima trainingsmogelijkheden kan bieden. Naast onze acht huidige trainers gaan na de zomer weer (tenminste) vijf van onze leden met de trainersopleiding beginnen. Enkele van onze trainers hebben in het afgelopen jaar een B-licentie en (met dank aan Irene) hun EHBO-diploma behaald. Met straks dus nog meer trainers zijn wij klaar voor een toekomst met dubbele invulling van de beschikbare trainingsuren.

Voor onze wedstrijd-springers is in het afgelopen jaar een medisch begeleidingstraject van start gegaan; inmiddels weten onze springers Hermineke ook buiten haar visites tijdens de training te vinden. Na de zomer maakt bovendien opnieuw een aantal van onze talenten de overstap naar de LOOT-school, waardoor zij ochtendtrainingen kunnen gaan volgen.

Inmiddels weten heel veel scholen uit Alkmaar en omgeving ons te vinden om met hun leerlingen lekker te komen springen, in het eerste half jaar van 2007 hebben wij 42 schoolklassen op bezoek gehad, en zijn er dertig feestjes in de zaal gehouden. We werken bovendien intensief samen met het Sportbureau Alkmaar bij allerlei sportpromotionele activiteiten (Sportheroes, What's Your Game, vakantie-clinics). Dat veel van de kinderen vervolgens enthousiast werden blijkt wel uit het grote aantal nieuwe leden dat op deze manier kennis heeft gemaakt met onze sport.

Een aantal hoogtepunten van het afgelopen, derde verenigingsjaar wil ik niet ongenoemd laten: Het goud van Sven en synchroonpartner Alan bij de WorldCup in Savognin, het Nederlands record saltospringen van Hjalmar (1.000 salto's achter elkaar, binnen 25 minuten) en zijn tv-optredens in de week daarna, de programma-sporterstatus van Rea, Sven en Hjalmar, de selectie van Pascal voor Jong Oranje, het kampioenschap van ons E-team in december vorig jaar, de vele gouden, zilveren en bronzen medailles tijdens de plaatsingswedstrijden en de NK's, de geboorte van de prachtige eerste "Triffis"-baby Ilian Schuitema, de behouden thuiskomst van Gerard en Riet na hun wereldreis, de besprekingen met de gemeente Alkmaar over de nieuw te bouwen trampolineshal, de toekenning van een investeringssubsidie van de gemeente waardoor wij binnenkort weer een nieuwe trampoline kunnen bijplaatsen (waarmee we op zeven trampolines uitkomen, waarvan een dan permanent kan worden gebruikt voor onder de schroef-/saltogordel...want ook al duurt het (ons ook) veel te lang, hij is in de maak, zodat onze leden na de vakantie met behulp van deze gordel weer nieuwe sprongen kunnen gaan aanleren. Het laatste hoogtepunt dat ik wil noemen is de toetreding van Rea tot de Defensie Topsport Selectie, hetgeen helaas wel tot gevolg heeft gehad dat zij voor de combinatie werk/sport is gaan trainen bij Pro Patria in Zoetermeer. Rea blijft gelukkig nog wel voor onze vereniging uitkomen op wedstrijden.

Namens het bestuur en alle vrijwilligers van Triffis wil ik jullie tot slot allemaal een heerlijke vakantie toewensen. Vanaf zaterdag 28 juli zien wij jullie graag terug in de lessen!

Alice Mooij

COLOFON

jaargang 3 - nummer 11 - juni 2007

Upside Down is het officiële orgaan van trampolinevereniging Triffis, onder redactie van het bestuur.

Fotografie: Indien niet anders vermeld:
Fotopersbureau
Martin Mooij

Vormgeving: Duo Communicatie

Redactie: Yvonne Bak en Paul Bannink

Indien u nieuws of iets interessant te vertellen heeft of anderszins kopij voor Upside Down, stuur dit dan naar info@triffis.nl

De redactie behoudt zich het recht voor artikelen te verkorten of te wijzigen al dan niet in overleg met de auteur. Voor de laatste stand van zaken zoals wedstrijddagen, openingstijden etcetera, kijk op www.triffis.nl

TRIFFIS PERSONALIA

Voorzitter

Alice Mooij

P. Schiphorststraat 25
1827 NK Alkmaar
072 5620455
voorzitter@triffis.nl

Trainingscoördinator

Gerard Bannink

Saskerstraat 94
1831 CS Koedijk
072 5610749
trainingscoordinator@triffis.nl

Secretaris

Jolanda Keijzer

Laan Eindeloos 1
1851 ZM Heiloo
072 5321484
secretaris@triffis.nl

Trampolinevereniging

Triffis Alkmaar

Pettemerstraat 33
1823 CW Alkmaar
tel: 072 5620455
info@triffis.nl
www.triffis.nl

Penningmeester

Irene Pronk

Herenweg 172 g
1822 AK Oudorp
072 5625755
penningmeester@triffis.nl

Ledenadministratie

Astrid Wiebering Vlaar

Slimpad 7
1851 LA Heiloo
072 5337272
ledenadministratie@triffis.nl

Zaalbeheer

Paul Bannink
Guldenpad 18
1827 JJ Alkmaar
06 14171864
peni.bannink@chello.nl

Upside Down wordt mogelijk gemaakt door onze sponsors.

2E PLAATSINGSWEDSTRIJD € OP 24 MAART IN GOES



Gelukkig moesten we niet zo vroeg vertrekken wat voor een keer ook wel lekker was. Helaas moesten we wel zo'n 2 uur rijden naar Goes. Individueel ging het niet slecht bij de meesten. Zelf heb ik ook een medaille gepakt met een eerste plaats erop, waar ik heel blij mee was! Ook iemand anders (ik noem geen namen) had daar zijn beloning aan overgehouden bij de Kentucky Fried Chicken. Verder was de wedstrijd super gezellig en ging het synchroon ook niet slecht, helaas geen medailles gehaald. Onder de wedstrijd hadden Olga en Bobbie niks te doen, dus gingen ze snorretjes tekenen bij mensen in de krant. En sommigen zoals Jolien maakten zich nuttig door te leren tijdens het wachten. Tot zo ver zij leerde want ik had het idee dat ze meer over het boek heen keek dan erin... Het was in ieder geval een geslaagde wedstrijd.

Patrick Warmer



FOTOWEDSTRIJD 2007

Na de uiterst succesvol verlopen fotowedstrijd van 2006, die werd gewonnen door Saskia de Vries, willen we ook dit jaar weer de fotowedstrijd organiseren. Wie maakt in de aankomende vakantie de mooiste foto die met Triffis of trampolinespringen te maken heeft? Of heb jij al een leuke, grappige foto liggen thuis? Stuur hem dan op naar de redactie van de Upside Down.

(peni.bannink@chello.nl)

Hiernaast zie je al een foto die gemaakt is dit jaar, deze doet niet mee voor de prijs en eeuwige roem. Deze foto dient alleen als voorbeeld. Hier zie je Hjalmar die de top van de hoogste berg op Corfu (eiland van Griekenland) heeft beklommen.

De uitschrijving voor de wedstrijd geldt niet alleen voor de wedstrijdsspringers maar zeker ook voor "de recreanten". De foto's kunnen tot 1 september opgestuurd worden. Heel veel plezier aankomende vakantie en denk om de fotowedstrijd!!!!

De redactie





alle producten



kleurproef



kleurcorrecties



correcties



digitaal drukken



scannen



DTP



certified PDF



lamineren



posters plakken



nabeverking



variabel drukken

Voor vakwerk op het gebied van prepress en digitaal printen bent u bij ons aan het juiste adres. Kunnen we iets voor u doen? Kom dan gerust bij ons langs.



GRAVEMAKER

maakt het zichtbaar

Vergeet niet
te kijken op
www.gravemaker.com

GRAVEMAKER FULLSERVICEBUREAU VOOR PREPRESS EN DIGITAAL PRINTEN

SCANNERSTRAAT 15 1033 RV AMSTERDAM T: 020 630 12 12 F: 020 630 12 10 E: werk@gravemaker.com

EERSTE "TRIFFISBABY" GEBOREN!

Op 12 mei is Ilian, ook wel de eerste Triffisbaby genoemd, eindelijk geboren! Bij het verschijnen van deze Upside Down is hij alweer zo'n twee maanden oud. Het gaat heel erg goed met hem, hij huilt maar weinig en is erg lief. Op de foto is Ilian te zien in de Triffisromper die hij direct na de geboorte gekregen heeft! Voor de gelegenheid is het logo van Triffis iets veranderd, de springer is met een groot babyhoofd uitgerust. Ilian komt al regelmatig naar de zaal en volgt de verrichtingen van de springers, waaronder zijn moeder, die inmiddels weer is begonnen.

Jeroen Schuitema en Yvonne Bak



2E PLAATSINGSWEDSTRIJD A EN B, 31 MAART IN HEERENVEEN



Bij deze plaatsingswedstrijd hoorde een ochtend- en een middagprogramma. Ik deed, als springster bij de dames B, mee in het middagprogramma. Ook de jeugd meisjes B, junior meisjes A en de heren A kwamen 's middags in actie

Bij de junior meisjes A had Pascal drie mooie oefeningen, die uiteindelijk werden beloond met een bronzen medaille. Nadia had een mooie verplicht en redelijke keuzes en eindigde als tiende. Daniëlle begon erg sterk maar haar tweede keuze ging ze meteen al fout, ze eindigde daardoor als 16e. Sven sprong al zijn drie oefeningen netjes uit en werd tweede.

Nadia en Pascal deden het synchroon ook erg goed en behaalden samen een zilveren medaille. Danique en Denise hadden een erg goede synchroniteit en samen met hun netheid leverde dat een gouden medaille op. Saskia en ik hadden ook hoge synchroniteitspunten en sprongen redelijk netjes. Ik had niet goed naar onze concurrenten gekeken en wist dus niet waar we zouden eindigen. Toen de tweede en derde plaats opgenoemd waren, had ik de hoop al opgegeven, maar we werden eerste! Ik vond het heel gaaf en was blij met mijn allereerste trampo medaille!

Bianca Olie



TRIFFIS IN DE PERS

TRAMPOLINESPRINGEN

Wiebering zeker van Quebec

Pascal Wiebering van trampolinespringclub Triffis heeft zich reeds verzekerd van een trip naar Quebec in Canada. Tijdens de voorlaatste plaatsingswedstrijd voor het NK in Heerenveen kon zij kwalificatie afdwingen voor de WK voor junioren. Het was zaterdag toch al een goede dag voor de Alkmaarse springploeg. Pascal Wiebering greep ook de derde plaats bij de meisjes A-junioren. In de individuele wedstrijd was er bij vrouwen winst voor Andrea Lenders, Sven Mooij werd tweede bij de mannen.

TURNEN

Wiebering in jeugdinterland

Trampolinespringster Pascale Wiebering van Triffis is door de KNGU opgeroepen om deel te nemen in het Nederlands jeugdteam dat op 22, 23 en 24 juni een interland 'springt' tegen Denemarken en Duitsland. Tot het team behoren de beste vier springsters van de jeugdcategory.

TRAMPOLINESPRINGEN

Triffis met grote groep naar NK

De Alkmaarse trampolinesvereniging Triffers doet vandaag met een groot aantal springers mee aan de Nederlandse kampioenschappen in Heerenveen. In de hoogste klasse zijn er in het individuele toernooi goede kansen op medailles voor Sven Mooij, Andrea Lenders. Bij de meisjesjunioren behoren Pascal Wiebering, Nadia Keijzer en Daniëlle van Ruitenbeek tot de kanshebbers. In het synchroon toernooi zal Sven Mooij weer uitkomen met zijn vaste partner Alan Villuaferte, terwijl Pascal Wiebering en Nadia Keijzer samen springen. Morgen is in Heerenveen de tweede plaatsingswedstrijd voor het WK, eind dit jaar in Quebec (Canada).

TRAMPOLINESPRINGEN

Medailleoogst voor Triffis

De trampolinespringers van Triffis hebben een succesvol NK in Heerenveen achter de rug. De groep keerde met tien medailles terug in Alkmaar. Behalve de plakken voor Andrea Lenders (goud) en Sven Mooij zilver (synchroon) en brons (individueel) veroverde in de jeugdklasse meisjes A het Triffis-duo Nadia Keijzer/Pascal Wiebering de titel. In de jeugd meisjes B-klasse sprongen alle drie de Triffis-meisjes, Danique Keijzer, Denise Liefing en Lois Klamer naar een finaleplek. Danique Keijzer greep uiteindelijk brons, Denise Liefing werd 5e en Lois Klamer 8e. Ook in de klasse Dames B eindigden 3 dames bij de beste 8 springsters; Inge Rijnbourt behaalde zilver, Saskia de Vries eindigde als vierde en Bianca Olie werd 7e. Tim de Moor behaalde de vierde plaats bij de jongens B. In de B-klasse bereikten twee duo's het podium: Tim de Moor (Triffis) /Gerald Messchendorp (DFS Hoogezand) werden kampioen en Lois Klamer (Triffis) /Kim Swart (DFS Hoogezand) behaalden zilver bij de meisjes B. In de C-klasse was er goud voor Bobbie van der Gun bij de jeugdmeisjes. Verrassend brons was er voor Anna van der Miesen.

Rea Lenders klasse apart

Rea Lenders en Alan Villuaferte zijn gisteren in Heerenveen Nederlands kampioen trampolinespringen geworden. Lenders was een klasse apart. De Alkmaarse luchtmachtsergeant scoorde 38,00 punten en bleef met dit totaal de concurrentie ruimschoots voor. „Na de voorrondes bleek mijn oefening iets te zwaar. Daarom heb ik mijn programma wat aangepast waardoor ik ge-

makkelijk de finale won”, lichtte Lenders haar triomftocht toe. Villuaferte wist Jeroen Kaslander slechts nipt af te troeven (39,90 om 39,20 punten). Alkmaarder Sven Mij, net als Lenders lid van Triffis, kreeg het brons omhangen. De synchroontitels waren voor Mirjam Steinebach/Patricia Meijer en Kaslander/Milco Riepma.

3E PLAATSINGSWEDSTRIJD D EN E TE ZOETERMEER



Op zaterdag 14 april 2007 hadden we de derde individuele wedstrijd en de tweede synchroon wedstrijd. De dag begon erg vroeg. Toen we op de wedstrijd waren begonnen we gelijk met inspringen voor de individuele wedstrijd. Lineke sprong als derde, stond in de pauze derde, en... je raad het al, ze werd uiteindelijk derde!! Ciara moest als laatste van haar groep, ze stond in de pauze eerste, maar werd uiteindelijk ook derde. Dit was voor ons allebei onze eerste medaille met individueel (Triffis-dag niet meegeteld). Alle andere mensen die die dag met individueel in actie kwamen, hebben het ook heel erg goed gedaan.

We waren best zenuwachtig voor synchroon, want als je in onze categorie een medaille won, wilde het niet gelijk zeggen dat je door was naar het NK. Kevin en Bertold wisten voordat de wedstrijd begon al zeker dat ze van ons zouden winnen en eerste zouden worden... niet helemaal gelukt hè, want wij werden uiteindelijk eerste en zij vierde. Ook bij synchroon hebben alle andere mensen het heel goed gedaan, en Rianne en Cindy volgende keer beter!! Omdat wij uiteindelijk twee keer eerste werden, konden zijn we door naar het NK op 9 juni in Ermelo, to be continued..

Ciara van Aalst en Lineke van Drimmelen



DERDE PLAATSINGSWEDSTRIJD C 21 APRIL TE HEERENVEEN

Vandaag was het de laatste kans voor de C-springers om zich te plaatsen voor de finale individueel en synchroon. De stemming zat er goed in toen we om half negen wegreden uit Alkmaar op weg naar Heerenveen.

In de jeugdklasse moesten Bobby, Senait, Sanne en Olga springen. Bobby had de vorige wedstrijd laten zien dat ze, ondanks een mindere verplicht, toch nog hoog kon eindigen. De verwachtingen waren gespannen. Ze voldeed daar echter ruimschoots aan. Ze sprong heel erg netjes en eindigde op de eerste plaats. Hierdoor plaatste ze zich voor het NK! Senait sprong een nette verplicht en keuze. Zij stond tiende en had dus nog kans om zich te plaatsen voor de finale. Uiteindelijk eindigde ze als elfde. Na veel rekenwerk bleek dat dit net niet genoeg was om door te gaan naar de finale. Ze werd uiteindelijk dertiende in het eindklassement, maar met een totaal van veertig deelnemers is dat toch erg goed! Sanne had iets minder geluk met haar verplichte oefening, maar haar keuzeoefeningen waren goed. Olga sprong ook een goede wedstrijd, zij eindigde als twintigste. Patrick had wat last van zijn rug, maar omdat hij al zeker was van zijn plaatsing voor het NK kon hij het iets rustiger aandoen. Hij sprong wel al zijn oefeningen uit en eindigde toch nog als derde. Bij de junioren sprongen Inge de Moor en Jolien. Inge had die ochtend haar gelukskettinkje teruggevonden. Al lachend werd gezegd dat het dit keer dan maar een medaille moest worden. En het werd een medaille. Inge sprong heel erg netjes en hoog en eindigde hierdoor op de tweede plaats. Zelf keek ze wat verbaasd, maar de medaille was zeker verdiend. Hiermee plaatste zij zich ook nog voor het NK! Jolien sprong een degelijke

wedstrijd, al had ze wel een keer een "crashlanding". Dit was bij de laatste sprong en de rest van haar oefening was zo netjes dat de score voldoende was voor een finaleplaats.

Bij de dames kwamen Leontien en ik in actie. Leontien sprong een degelijke wedstrijd, ze sprong al haar oefeningen uit. Helaas was het de vorige keren niet heel goed gegaan, dus plaatste ze zich niet voor het NK. Ik sprong redelijk en eindigde als negende, wat later goed bleek voor een finaleplaats. 's Middags waren de synchroonwedstrijden. Er waren vier synchroonparen: Bobby en Olga, Senait en Sanne, Jolien en Inge en Leontien en ik. Bobby en Olga sprongen een degelijke verplicht, maar helaas ging het mis bij de eerste keuze. Zij eindigden toch nog op een goede zevende plaats. Sanne en Senait gingen bij de laatste keuzeoefening in de fout. Hierdoor eindigden zij als tiende. Jolien en Inge sprongen een goede verplicht en een heel goede eerste keuze met hoge negens voor synchroniteit. Ze werden vijfde. Leontien en ik sprongen alle oefeningen uit. Wij eindigden als zevende. Sanne en Senait eindigden als elfde en Bobby en Olga als twaalfde in het eindklassement. Er gingen er maar tien door naar de finale en hierdoor vielen ze net buiten de finalisten. Maar voor een debuut is dit zeker niet slecht. Jolien en Inge eindigden buiten de finaleplaatsen, maar Leontien en ik eindigden als zevende in het eindklassement en haalden hiermee net de finale.

De C-springers hadden over het algemeen geslaagde wedstrijden en deze uitslagen bieden veel perspectief voor volgend jaar!

Anna van der Miesen

BOBBIE NAAR HET NK IN HEERENVEEN

Bobbie: Hoi pap, met Bobbie, waar zit je?

Pappa: Hoi Bobbie, ik ben nog in het buitenland.

Bobbie: Pap? Wat denk je?

Pappa: Nou Bob?

Bobbie: Ik heb weer geen beker !

Pappa: Ag joh, dat geeft niks, ik vind je de beste... Hoe ging je wedstrijd? Was het leuk?

Bobbie: Ja ! best wel.

Pappa: Hoeveelste ben je dan geworden?

Bobbie: Wat denk je?

Pappa: Uhh vierde of vijfde?

Bobbie: Nee joh,

Pappa: Maar je zei dat je geen beker had?!

Bobbie: Nee dat klopt. Maar wel een medaille.

Pappa: Oohh. Ben je dan derde?

Bobbie: Nee! Eerste! Ik ben Nederlands kampioen geworden! Vet he?!

Pappa: Sjonge, geweldig ! ik ben zooo trots. Was je zenuwachtig?

Bobbie: Nou, ja. Best wel. Maar het ging hartstikke goed.

Pappa: Fantastisch joh. Van harte gefeliciteerd. Ga maar lekker uit eten met mamma en opa en oma. Ik ben met twee daagjes weer thuis.

Bobbie: Oke, doe pap.

Pappa: Doe bobbie.

Bobbie: Mam?

Mamma: Ja bobbie.

Bobbie: Pappazegt dat we uiteten moeten gaan.

Mamma: Oke, doen we. Waar wil je heen?

Bobbie: Naar tapas & co.

.....die avond bij tapas & co

Kelly: Goedenavond Bobbie.

Bobbie: Goedenavond Kelly. Wij komen eten want ik ben Nederlands kampioen geworden.

Kelly: Oh ja, gefeliciteerd joh. Zoek maar een plaatsje uit. Ik denk dat je hem wel zal vinden.

Bobbie: Waaaat !! er is een stoel helemaal versierd, en er staat een bos bloemen op tafel.



Kelly: Jep, dat heb je van je vader. Goed he?.

Bobbie: Geweldig !!!

Kelly: Eet smakelijk Bobbie, en nogmaals gefeliciteerd he?

Bobbie: Dank je wel.

Groetjes Bobbie

WIST JE DAT ...

- Meerdere van onze leden zijn geslaagd voor hun eindexamen.... en dat wij hen van harte feliciteren?
- Shalina weer terug is na haar jaartje au-pairen in Spanje
- Zij ook al weer is begonnen met springen
- De firma Bosan nu 2 keer in de zaal heeft gekeken.... en wij ervan uitgaan dat kort na de zomervakantie de gordelinstallatie kan worden gebruikt
- Yvonne na de geboorte van Ilian al weer voorzichtig haar eerste sprongetjes heeft gemaakt
- De zomervakantie op zaterdag 7 juli begint, en dat de lessen weer van start gaan vanaf zaterdag 28 juli
- Na de zomervakantie weer tenminste vijf mensen gaan beginnen met de trainersopleiding
- Wij nog op zoek zijn naar sponsors van t-shirts voor de wedstrijd ploeg
- Andere vormen van sponsoring, zoals adverteren in de Upside Down ook mogelijk zijn?
- De wedstrijd ploeg een succesvol jaar feestelijk heeft afgesloten in Walibi Flevoland?
- Vlak voor de zomervakantie weer een grote-schoonmaakdag is ingepland?
- Iedereen die nog wat tijd over heeft zich mag aanmelden omdat vele handen nog altijd licht werk maken?
- Rea wel, maar Sven helaas niet op de WK zal uitkomen
- Triffis tijdens de jeugd-WK in Quebec ook rijk vertegenwoordigd zal zijn
- Jullie daarover veel meer gaan lezen in de volgende Upside Down
- Wij onze trainers, en ook Hermineke bedanken voor hun geweldige inzet, waardoor onze leden weer een heel jaar hebben kunnen sporten
- Ieder van jullie direct na aanvang van het nieuwe schooljaar (nog even niet aan denken) de nieuwe gewenste trainingsdagen moet aangeven
- Wij de bezetting in de lessen zo gelijkmatig mogelijk gaan verdelen
- Wie het eerst komt dus het eerst maalt.....dus vul snel je briefje in!
- Wij jullie willen wijzen op de nieuwe les-uren die nu op zaterdag worden gegeven
- Iedereen die wedstrijden zou willen gaan springen dat heel snel moeten gaan melden aan hun trainer
- Na de zomervakantie een nieuwe talentgroep van start gaat op de woensdagmiddag, juist voor de jongste springers die wedstrijden willen gaan springen
- Voor toelating tot de talentgroep wel eerst een test moet worden gedaan; er wordt gekeken of je over voldoende talent beschikt.

Met de Powerjumper trampolines haalt u uw eigen pretpark in huis! Met de aanschaf van een Powerjumper trampoline beleeft uw gezin vele jaren lang ongelooflijk veel springplezier. Veiligheid en betrouwbaarheid voor een betaalbare prijs, dat is Powerjumper!

Niet voor niets heeft Powerjumper bijna alle trampolines laten certificeren volgens "Besluit Veiligheid Attractie en Speeltoestellen" wat inhoudt dat deze Powerjumper trampolines zelfs op openbare parken als speeltuinen en campings gebruikt mogen worden.

Kijk snel op www.trampoline.nl voor alle trampolines en toebehoren



Super
Mega
Fun!



De Powerjumper trampolines zijn weersbestendig en mogen zomer en winter buiten blijven staan. De rand en de springmat zijn voorzien van een duidelijk veiligheidslabel en bij de ronde trampolines is de springmat voorzien van een duidelijk oriëntatiepunt in het midden. Het op- en afbouwen van de trampolines is zeer eenvoudig en neemt zo'n 30 minuten in beslag. Elke trampoline is voorzien van een duidelijke handleiding.

Andere Powerjumper producten:

POWERPOOL
Frame Zwembaden



POWERGOALS
Voetbalgoals



Power-link
Constructiespeelgoed



Powerjumper ★ Beneluxbaan 11 ★ 5121 DC Rijen ★ Nederland ★ T +31 (0)161 29 43 33 ★ F +31 (0)161 29 40 40

INTERSPORT® MEGASTORE

ALKMAAR Winkelcentrum Noorder Arcade
072-5140600 **5500 M² Sport & Lifestyle**

GRONINGEN Winkelcentrum Westershaven
050-4023777 **3500 M² Sport & Lifestyle**

HOUTEN Winkelcentrum De Meerpaal
4200 M² Sport & Lifestyle

INTERSPORT® HINK SPORT

HEERHUGOWAARD
Winkelcentrum Middenwaard 072-5710939

BROEK OP LANGEDIJK
Winkelcentrum Broekerveiling 0226-340212

AMSTERDAM AIRPORT
Schiphol PLaza 020-4460350

WWW.MEGASPORTZONE.NL



INTERSPORT®
YOUR STORE

HET NK 2007 B EN C OP 2 JUNI TE HEERENVEEN

De wedstrijd waar bijna iedere Nederlandse trampolinespringer naar uitkijkt. Waar iedereen kei-enkeihardvoortraint. Er is superveel te vertellen over alles waterallemaal is gebeurd. Dus ik zal maar snel beginnen.



Het is 2 juni, 's ochtends om tien uur.

Jeugd Jongens B

Tim kwam helaas net iets tekort om in de finale mee te mogen springen. Synchroon had hij meer succes, samen met zijn partner Gerald Messchendorp wist hij de gouden plak voor Triffis en DFS Hoogenzand binnen te halen.

Senioren Heren C

Patrick was geblesseerd aan zijn rug en heeft niet genoeg kunnen trainen, helaas bleek dat Patrick inderdaad de nekslag te zijn. Hij viel, maar hij heeft super zijn best gedaan. Daarna wachtte hem de dankbare taak als cameraman van Sven.

Jeugd meisjes B

Danique Keijzer, Denise Liefding en Lois Klamer, vochten met z'n drieën in deze klasse om de finaleplaatsen, alle drie hebben ze de finale (dus alle drie bij de beste acht) gehaald. Super meiden!!!! Lois had naar haar mogelijkheden gesprongen en Sven en ik waren zeer tevreden over haar. Ze is uiteindelijk achtste geworden. Boven in was het super spannend, tussen de nummers een en vijf zat 0.7 punt verschil. Denise is met 29.3 vijfde geworden en Danique is met 29.6 derde geworden. De nummer een had 30.0 gescoord.

Jeugd meisjes C

Triffis had in deze klasse één meisje en dat is Bobbie van der Gun. Ze heeft tijdens de plaatsingswedstrijden voor dit NK meerdere keren laten zien dat ze tot de titelkandidaten behoort. Maar niks is zeker dus moest ze zich eerst bewijzen. Dat bleek geen probleem te zijn voor haar. Ze sprong een super voorronde, en plaatste zich voor de finale als eerste. In de finale heeft ze haar favoriete rol waar kunnen maken. Met haar laatste super oefening is Bobbie als eerste geëindigd. Proficiat Bob!!!!

Junior Meisjes C.

Twee van onze Triffis meisjes hebben zich voor dit NK geplaatst. Inge de Moor en Jolien Klamer streden in deze klasse. Ze bleken ook concurrenten voor elkaar. Beide dames haalde een finale-

plaats, daarin sprongen ze zoals Sven en ik het van ze verwachtte. Inge behaalde een zesde en Jolien een mooie achtste plaats. Gefeliciteerd dames, ga zo door.

Senior Dames B.

In deze klasse kwamen drie van onze dames in actie, die zeker niet ongevaarlijk zijn voor de prijzen. Dat heeft Inge Rijnboutt al in het verleden laten zien. Ook Saskia de Vries en Bianca Olie kwamen in deze klasse uit. Alle drie haalde ze de finale. En ook alle drie hebben in die finale laten zien wat ze waard zijn. Bianca haalde een zevende plaats, Saskia haalde de vierde plaats. Helaas dus net niet in de prijzen gevallen. In de topsport zeggen we dat dat de meest ondankbare plaats is in de sport. Inge haalde in de laatste oefening alles uit de kast om het haar aardsrivaal zo moeilijk mogelijk te maken. Helaas bleek het net niet genoeg voor de eerste plaats, maar toch een prachtige tweede plaats.

En als last but not least de Senior dames C.

Daarin had Triffis één meid die zich de afgelopen tijd super heeft ontwikkeld. Ze springt al een paar jaar wedstrijden, maar tot dit NK altijd in de schaduw van de prijswinnende. Maar na dit NK is ze er zelf ook één. Ik heb het hier over Anna van der Miesen. Ze heeft gas terug genomen van haar studie omdat ze zich wilde richten op dit NK. Anna is derde geworden, ik ben heel blij dat je het dus niet voor niks hebt gelaten. Goed gedaan An!

Dan gaan we door met het synchroon. Om te beginnen met de Jeugd meisjes B, daarin kwamen voor Triffis drie dames uit. Dan zul je denken: "He, maar hoe kan dat, om synchroon te gaan moet je toch minstens met een gelijk aantal zijn?????" De paren waren: Denise Liefding en Danique Keijzer en Lois Klamer en Kim Swart van DFS Hoogenzand. Beide paren hebben goed gesprongen en hebben daarom ook de finale gehaald van het NK. In die finale hebben Danique en Denise de vierde plaats gehaald en de DFS - Triffis combinatie Lois en Kim de tweede plaats. Dames een hele dikke duim!

Senior dames B

Helaas ging het daar wat minder goed, Saskia de Vries en Bianca Olie waren de enigen van Triffis in deze klasse. Ze hebben redelijk tot goed gesprongen toch mocht het niet zo zijn dat ze dat ze de finale haalden. Toch vind ik dat ze tevreden moeten zijn en zeker langer door moeten gaan met z'n tweeën. Toch vind ik dat ze tevreden moeten zijn en zeker langer door moeten gaan met z'n tweeën.



HET NK 2007 A OP 3 JUNI TE HEERENVEEN

Dan hebben we een dag later het NK A springers. Met als vooraf betitelde kanshebbers: onze Sven Mooij en Rea Lenders, het synchroon duo Sven Mooij met Alan Villafuerte, en Nadia Keijzer met Pascal Wiebering.

We beginnen met de Junior Jongens A

Daarin springt een jongen die bij Triffis traint maar wel uit komt voor Flik Flak, maar ik vind het wel gepast om zijn prestaties te vermelden. Het gaat om Djarley Zeilmaker. Hij heeft deze dag



super gesprongen. En is Nederlands Kampioen geworden in zijn klasse, dat betekent dat onder de 18 jaar er niemand in Nederland beter is dan hij, op dit moment.

Junior Meisjes A

Een supergroot deelnemersveld waarin Pascal Wiebering, Nadia Keijzer en aanvankelijk ook Danielle van Ruitenbeek aan deel zou nemen. Alleen kon Danielle niet mee doen door een scheenbeen blessure. Ze is ondertussen geopereerd, en wij hebben vernomen dat het goed met haar gaat en wensen haar beterschap. Gelukkig konden de andere twee dames wel gewoon mee doen aan het toernooi. Beide dames mogen meer dan tevreden zijn over hun op treden. Ze hebben helaas geen finaleplaats gehaald maar, ze hebben meer dan goed gesprongen, Pascal werd twaalfde en Nadia 16de. Ze hebben laten zien dat ze hun zenuwen goed in bedwang kunnen houden. Dat zullen de dames wel nodig hebben als ze in het najaar mee gaan naar Canada, voor het jeugd WK. Succes daar!!!

Senior Dames A

In deze klasse komt voor Triffis Rea Lenders uit. Zo als gezegd één van de grote favorieten voor de titel bij de dames. Ze heeft in de voorronde laten zien dat ze in vorm is en moeilijk te verslaan. Dat bleek ook in de finale ook te kloppen, Rea sprong een superoefening en won zeer overtuigend, met super punten en een super oefening. Ik heb weer genoten van je springen.

Senior Heren A

Ik zou samen met Sven in deze klasse uit komen, maar helaas moest Sven het alleen doen. Door een overbelast lichaam ben ik verhinderd deel te nemen aan dit NK, ik hoop dat ik aan het begin van het volgende seizoen weer deel kan nemen aan wedstrijden. Sven was niet super in vorm, maar zo zei hij tegen mij dat hij er ondanks dat veel vertrouwen had in een goede afloop vandaag. Sven had een supergoede verplicht, alleen viel zijn keuze heel erg tegen, hij moest zijn oefening aan passen en had twee sprongen die hij dubbel deed en daardoor niet meetelden. Sven verklaarde zelf dat zijn haar niet goed zat waardoor het verschil van de luchtweerstand voelbaar anders was in het hoge noorden en zijn voeten zouden ineens twee maten kleiner zijn geworden waardoor zijn sokken te los zaten... Het resultaat was dat hij derde werd.

Bij het synchroniespringen probeerden Pascal samen met Nadia in de prijzen te vallen in de categorie jeugd meisjes A. Vorig jaar wisten deze twee meiden in de B klasse de eerste prijs te halen. Bij hun eerste jaar in de A gaan ze ook gelijk voor de prijzen, dat zegt denk ik wel wat over de vorderingen van deze meiden. Vandaag waren ze in topvorm, het aanpassen van de twee ging echt supergoed. Ze waren ook ruim door naar de finale. Ook in die finale sprongen ze super en daarna was het afwachten of het genoeg was voor een medaille. Het bleek zo te zijn.... Sterker nog... het was de EERSTE plaats. Echt helemaal super. Dus na vorig jaar in de B dit jaar in de A gelijk kampioen. Als boodschap wil ik jullie meegeven dat niet altijd de trainingen super hoeven te gaan, kijk maar hoe snel jullie vooruit gaan! Dus neem je tijd om nog beter te worden!

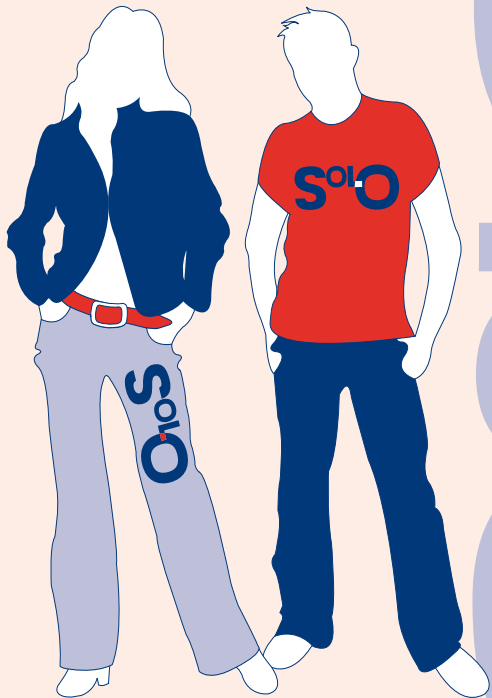
Dan als laatste kwamen Sven en Alan in actie, al jaren horen deze twee springers tot de Nederlandse top en zelfs ook de van de wereld. Ze hebben vandaag wel laten zien dat ze echt supergoed zijn. Ze hebben ook makkelijk de finale gehaald, in de finale konden ze toch het paar Milco Riepma en Jeroen Kaslander niet achter zich houden. Ze zijn dus tweede geworden. Toch weer een prima resultaat.

Al met al kan het een geslaagd weekend genoemd worden, het waren twee leuke maar vermoeiende dagen. Ben benieuwd wat volgend jaar brengt. En weet zeker dat heel Triffis trots op jullie is.

Hjalmar Bannink



SOLO[®]
jeans & casuals



SPONSOR VAN TRIFFIS

Met beide benen
op de grond
er toch bovenuit
springen



www.duocommunicatie.nl

**Onze boodschap?
Gewoon doen
die triffis!**

Openingstijden: C1000 Daalmeer J. Naberstraat 51 Alkmaar
Maandag tot en met zaterdag van 8.00 tot 22.00 uur.
Iedere laatste zondag van de maand koopzondag van 10.00 tot 18.00 uur.

www.C1000.nl

C1000

Geen fratsen. Dat scheelt.

VERJAARDAGEN

Juli

05	Amber Molenaar.
05	Mark Driessse
05	Marit Potma
05	Danique Keijzer
09	Lisa Blauw
09	Astrid Croljee
13	Cindy Van Straaten
13	Pascal Fouraschen
13	Maurice Fouraschen
19	Denise Liefting
21	Rianne van Drimmelen
23	Nikki Reinders
25	Daniëlle van Ruitenbeek
28	Bjarne Bannink
28	Eline Wierdeman-Molendijk
31	Boris Beets

Augustus

02	Gaby Broersma
02	Simone van Straaten
08	Lara Schut
09	Laressa Entius
10	Patrick Warmer
10	Monique van Schie
12	Kim v/d Ploeg
13	Melissa v/d Kuyl
13	Astrid Wiebering
14	Sanne Kruse
14	Pascal Wiebering
15	Lianne van Drimmelen
15	Bram Schouten
16	Thirza Luijt
16	Danny Ribbink
17	Hjalmar Bannink
19	Inge de Moor
20	Denise Muis
22	Shalina Groenveld
23	Jan Berkhout
25	Sven Mooij
26	Arjan Laas
29	Louis de Wit

September

03	Angela Broersma
04	Pim Spoor
05	Irene Pronk
06	Ralia El Bouazzati
06	Joke van Ruitenbeek- Schonewille
07	Yvonne Bak
08	Puck Groen
09	Ghislaine Pieter
11	Lisette Koppes
16	Maartje Stins
17	Lois Klamer
17	Elmer Krom
18	Kevin Kloek
18	Amber Schouwvliieger
20	Raoul Wanningen
21	Bas Eriks
22	Nienke Vennink
23	Sanne Schut
24	Willemijn Ubels
26	Jelle Imping
26	Jelle Zandbergen
28	Tim Geel

VAN HARTE!

VAN HARTE WELKOM

- Wouter van der Leest
- Michael Meijer
- Britta Meijers
- Boris Beets
- Danny Ribbink
- Esmee Schotten
- Gaby Broersma
- Angela Broersma
- Amber Eikelenboom
- Imy Day Bendt
- Wonita Bendt
- Reka Loczi
- Bianca Pisu
- Stef Lengers
- Monique van Schie
- Eveline Gerritsen
- Roisin Van Velsen
- Lisa Provence

OPROEP!

Wij lopen er vaak tegenaan dat mensen een ander mobiel telefoonnummer, email-adres of zelfs postadres hebben dan ooit aan ons is opgegeven. Het is voor iedereen van belang dat ons adresbestand actueel blijft, dus graag nu en in de toekomst wijzigingen aan ons doorgeven:

ledenadministratie@triffis.nl

OPROEP AAN RECREANTEN

In de Upside Down zijn altijd veel verhalen te lezen over de belevenissen van de wedstrijd ploeg. We zouden echter ook graag meer willen weten over wat zich afspeelt tijdens (en naast?) de recreatie-uren. Daarom staat er in elke Upside Down altijd iemand die gewoon voor het plezier op trampolinespringen zit. Door het 'zwangerschapsverlof' van Yvonne is dat deze uitgave helaas niet gelukt. We willen dit na de zomervakantie wel weer gaan oppakken!



Dus, vind je het leuk om een stukje over jezelf of over het groepje waarmee je traint te schrijven, dan kun je dat sturen aan peni.bannink@chello.nl of yvonne_bak@yahoo.de. Je kunt bijvoorbeeld laten weten hoe je bij Triffis gekomen bent en wat je verder nog leuk vindt om te doen. Je leeftijd maakt niet uit, iedereen mag meedoen. Laat even weten op welk uur je traint, dan komt er ook een foto bij. Ook dingen die je buiten de training met elkaar onderneemt zijn misschien het vermelden waard!

Wie is recreant? Iedereen die niet aan wedstrijden mee doet! We hopen je snel beter te leren kennen!

NEDERLANDSE KAMPIOENSCHAPPEN D EN E OP 9 JUNI IN ERMELO

Ik (Sanne) ging mee met mijn zusje Lara die die dag moest springen. Wij gingen rond een uur of acht weg en kwamen rond een uur of half tien aan bij de sporthal Calluna in Ermelo. Toen wij aankwamen was Ciara al aan het inspringen. Een tijdje daarna moesten Lara en Jessica inspringen en weer daarna Birgit en Pascal. Iedereen was erg zenuwachtig maar iedereen sprong zijn oefening helemaal uit! Na twee oefeningen werd bekend gemaakt wie door waren naar de finale. Birgit en Pascal waren helaas niet door, zij werden elfde en twaalfde. Evengoed heel knap dat jullie zo ver zijn gekomen! Jessica moest het eerst en sprong een prachtige oefening! Daarna moest Lara die ook een heel goede oefening sprong (helaas vond de jury dat niet). En als laatste moest Ciara. Zij heeft een super oefening laten zien! Na de finale kwam er een opmars, en de prijsuitreiking. Ciara werd eerste en had terecht gewonnen! Jessica en Lara werden zesde en achtste, super! Zij kregen allemaal een bal die van kleuren kon verwisselen die die dag veel werd gebruikt.

Alles liep erg vlot dus er werd aangekondigd dat er een half uur eerder werd ingesprongen voor de synchroonwedstrijd. Lineke was er toen nog niet, maar ze kwam gelukkig voor het inspringen net binnen. Na een tijd had iedereen ingesprongen toen was het wachten want ze zaten allemaal in de laatste groep. Dit keer gingen ze met een synchroonmeter de synchrooniteit meten. Met dat apparaat was wat mis dus moesten de juryleden de film bekijken (die wordt opgenomen zodat ze alle oefeningen kunnen terugkijken) om alsnog de synchrooniteit te beoordelen. In de tussentijd was er een filmploeg aangekomen van Zappsport, zij volgden een synchroonpaar uit Ermelo van de ploeg Sparta en dat wordt 23 en 24 juni uitgezonden op Nederland 3. Ook was iedereen druk bezig om het balletje (wat ze die ochtend hadden gekregen) uit te proberen, niet iedereen zijn balletje bleef heel, maar ja. Uiteindelijk kon iedereen weer beginnen en ging alles weer goed. Ciara en Lineke hadden een super mooie verplicht (de beste van de deelnemers in hun poule) helaas hadden ze bij hun keuze allebei een andere sprong gedaan en waren ze niet

door naar de finale. Lara en Pascal en Jessica en Birgit hadden een mooie verplicht en keuze laten zien en allebei deze synchroonparen waren door naar de finale (Jessica en Birgit gingen als tweede de finale in en Lara en Pascal als eerste). Zij lieten in de finale weer een super mooie oefening zien. Ook werd trainer Hjalmar nog geïnterviewd (door veluweFM) hoe het ging op deze wedstrijd en wat trampolinespringen precies inhoudt. Bij de uitslag zat iedereen in spanning te wachten, want zouden ze nog op plaats 1 en 2 staan? Ze hadden er een goed gevoel over. En dat werd bevestigd: Birgit en Jessica werden tweede en Lara en Pascal eerste. Jullie hebben verdiend gewonnen! Zo eindigde een gezellige geslaagde dag.

Sanne Schut



9 Juni, eindelijk was het zover, het NK! Wij hoefden lekker niet zo vroeg op, want wij waren 8 juni al naar Ermelo vertrokken. Ik was wel héél zenuwachtig, maar alles ging goed. Ik ben zesde geworden met individueel en met Birgit synchroon tweede !!!!! Hjalmar werd ook nog geïnterviewd, voor de radio. In de kleedkamer voor de opmars was het echt veel te warm. Ik vond het heel leuk, en hopelijk lukt het me volgend jaar weer!

Jessica Sam

MIJN NK 2007 TE HEERENVEEN

Het was de eerste keer dat ik me voor het NK had geplaatst en aangezien ik me als één na laatste had geplaatst, ging ik voor de niet-laatste plaats. Met een beetje geluk hoopte ik op een plaats bij de beste acht. Ik had hard getraind om mijn benen eindelijk eens recht te houden en dat was aardig gelukt. Ik moest als negende springen. Mijn verplicht ging redelijk netjes (22.30). Daarna was het tijd voor de eerste keuze en gelukkig hield ik mijn benen recht en sprong ik een nieuw persoonlijk record van 26.60. Ik had niet verwacht dat ik zo



goed zou springen, dus ik was erg tevreden. Toen de lijst van finalisten opgehangen werd, was ik erg benieuwd of mijn goede keuze tot een finaleplaats geleid had. Dit was het geval en ik ging als vierde naar de finale. Het was nogal een verrassing omdat mijn beste klassering tot nu toe negende was en dan sta je toch zomaar als vierde in de finale. Omdat de score in de finale vanaf nul is, wist ik dat het er echt om ging. Ik sprong een redelijke keuze, iets minder dan de vorige, met een beoordeling van 26.40. Nu was het afwachten wat degene na mij zouden springen. Ik had door de zenuwen niet echt gekeken wat iedereen had gesprongen, dus ik was erg benieuwd hoeveelste ik was geworden. Tijdens de prijsuitreiking bleek dat ik genoeg punten had voor de derde plaats! Zo zie je maar weer dat, ook al heb je je als laatste geplaatst, je altijd met hard trainen mee kunt doen voor het podium.

Anna van der Miesen

ZO	09.00-11.30 13.00-15.00 15.00-17.30	TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT KINDERFEESTJES (OPTIONEEL) TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT
MA	07.30-10.00 15.00-17.30 18.00-19.00 19.00-20.00 20.00-21.00	TOPSPORT TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN 18+ GROEP
DI	07.30-10.00 15.00-17.30 18.00-19.00 19.00-20.00 20.00-21.00	TOPSPORT TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN 18+ GROEP
WO	07.30-10.00 13.30-15.00 15.00-17.30 18.00-19.00 19.00-20.00	TOPSPORT TALENTENGROEP TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN
DO	07.30-10.00 15.00-17.30 18.00-19.00 19.00-20.00	TOPSPORT TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN
VR	07.30-10.00 15.00-17.30 18.00-19.00 19.00-20.00 20.00-21.00	TOPSPORT TOPSPORT / WEDSTRIJDSPORT RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN 18+ GROEP
ZA	11.00-12.00 12.00-13.00 13.00-14.00 14.00-15.00 15.00-16.00 16.00-17.30	INSTAPPERS-GROEP (6+) RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN RECREATIEF TRAMPOLINESPRINGEN (VERJAARDAGS)FEESTJES / INCIDENTELE GROEPEN) TALENTGROEP



TRAMPOLINEVERENIGING TRIFFIS ALKMAAR
 PETTEMERSTRAAT 33 1823 CW ALKMAAR
 TEL: 072 5620455
 INFO@TRIFFIS.NL WWW.TRIFFIS.NL