Stichting Gym & Turnen Arnhem

10

JAAR

Een terugblik op een decenium vol ontwikkeling, verbinding, groei en betrokkenheid

Voorwoord

Wat vliegt de tijd toch! Het is inmiddels alweer zo'n 10 jaar geleden dat we onze mooie stichting hebben opgericht!

In dit jubileumboekje presenteren wij u hoe onze organisatie zich heeft ontwikkeld van een ambitieus concept tot waar we nu staan, 10 jaar later. Bij het naspeuren van onze rijke archieven zijn we de nodige pareltjes tegengekomen.

Eerlijk is eerlijk: we zijn niet helemaal "van scratch" begonnen, we hadden al ervaring opgedaan bij onze rechtsvoorganger, AAC 1899 Gymnastiek, waar ook de eerste ideeën zijn ontstaan en uitgeprobeerd, maar waar ook het "huis" steeds meer ging knellen. Het realiseren van maatschappelijke doelen paste niet goed in een vereniging, die lid was van een sportbond en waarin sport en prestaties de reden van bestaan waren. Op 1 januari 2016 gingen we daarom verder als Stichting, los van de vereniging en van de KNGU.

Het was een droomstart, los van wat opstartprobleempjes konden we voortvarend van start om nieuwe avonturen aan te gaan en mooie herinneringen te maken.

Stormen hebben we onderweg ook meegemaakt: rond de periode van ons eerste lustrum brak wereldwijd de coronapandemie uit, waarbij we te maken kregen met maandenlange lockdowns. Toch is het ons ook in die zware periode gelukt om overeind te blijven en in verbinding te blijven met onze lesgevers en deelnemers, ook al konden we vanaf 2021 geen beroep doen op de hulpkredieten vanuit de overheid. Het waren tijden, waarin we onze verbeeldingskracht, creativiteit en teamspirit tot bloei hebben kunnen laten komen.

Vandaag de dag kunnen we met trots terugkijken op onze eerste 10 jaar en met vertrouwen de toekomst verwelkomen.

Ik wens u, namens ons bestuur, management, ondersteuners en lesgevers veel leesplezier.

Miloš Bunda
Voorzitter Stichting Gym&Turnen Arnhem

Inhoudsopgave

Voorwoord 2
De Stichting vertelt 4
Hoe het allemaal begon 4
Formatie en personeelsbeleid 7
Een veilig sport- leer- en werkklimaat 8
- Bestuurlijke integriteit 8
- Verklaring omtrent het gedrag 8
- Pedagogisch beleid 8
- Privacy 9
- Beeldmateriaal 9
- Vertrouwenspersoon 9

10 jaar in vogelvlucht 10
- 2016 10
- 2017 11
- 2018 12
- 2019 13
- 2020 14
- 2021 15
- 2022 16
- 2023 18
- 2024 20
- 2025 22
- De toekomst van onze Stichting 25
- Hoe gaat dat in zijn werk? 25

Een woord van dank en erkenning 27

De Stichting vertelt

Hoe het allemaal begon

Op 29 oktober 2025 was het precies 10 jaar geleden dat onze Stichting is opgericht door drie "wijze mannen uit het Oosten" (Arnhem ligt immers in het Midden-Oosten van Nederland) met een vooruitziende blik: Miloš Bunda, Maarten de Vries en Gert Schulte, destijds de drie bestuursleden van één van de oudste clubs in Arnhem, AAC 1899 Gymnastiek, kortweg AAC.

In de 10 jaar daaraan voorafgaand, vielen een aantal ontwikkelingen samen, die uiteindelijk geleid hebben tot de oprichting van de Stichting. Zonder daar al te uitgebreid bij stil te staan volgt hier toch een kleine opsomming om meer context te geven bij onze keuzes 10 jaar geleden:

- In 2005 trad een nieuw bestuur aan en daarmee een nieuwe generatie. Het toen zittende bestuur draaide op eindeloze actielijstjes en was voortdurend bezig met het blussen van brandjes. AAC was destijds een traditionele vereniging met sportieve prestaties hoog in het vaandel.
- Kort daarop ontvingen we een brief van het UWV dat er sprake zou zijn van een "verkapt dienstverband" en werd er een aanmaning gestuurd voor niet afgedragen premies. We hebben dat toen met succes aangevochten, maar het was ook een wake-up call: we moesten het werkgeverschap en de organisatie anders en professioneler gaan inrichten.
- In 2005 deden we ook mee aan het project "Meedoen Allochtone Jeugd door Sport", wat later werd omgedoopt tot "Meedoen Alle Jeugd door Sport". In ons projectvoorstel, wat we samen met ACGV hadden opgesteld, stelden we voor een betaalde kracht ("verenigingsmanager") aan te stellen om nieuw aanbod te genereren als rechterhand van de beide besturen.
- De eerste verenigingsmanager trad aan in 2007, haar opvolger anderhalf jaar later (2008), en de derde in 2010.
- In 2011 veranderde het beleid binnen het Sportbedrijf Arnhem, waardoor ze zich niet langer een uitvoerende rol wensten aan te meten en de lessen aan ouderen wilden afstoten. AAC was toen één van de drie partijen die veel lessen hebben overgenomen, inclusief de lesgevers die destijds via het Sportbedrijf de lessen verzorgden (deels op freelance basis, deels via een inleenovereenkomst). Hiertoe stelden we een extra functionaris aan om dit allemaal in goede banen te leiden.
- In 2014 werden we ook benaderd om de organisatie van ClubExtra over te nemen, een initiatief waarin vakleerkrachten in hun taaktijd lessen verzorgen aan kinderen, die niet goed mee kunnen komen in de "normale lessen". Het ging om extra gymnastieklessen (ClubExtra Gymnastiek), extra zwemlessen (ClubExtra Aqua) en extra weerbaarheidslessen via het Rots en Water concept (ClubExtra weerbaarheid).

Toen al deze activiteiten steeds prominenter werden, namen we ons voor om alle "maatschappelijke" activiteiten los te knippen van AAC. We schreven een plan met een uitwerking van Product, Plaats, Prijs en Promotie voor de volgende "Product-groepen":

- GymKids (gymlessen voor peuters met een ontwikkelingsachterstand)
- Turnen (recreatief turnen voor meisjes en volwassenen)
- GymFit (sport & spel lessen volgens het GALM[1] model en gymlessen volgens het MBvO[2] model bedoeld voor senioren)
- GymFit intramuraal (MBvO lessen als dagbesteding bij verzorgingsinstellingen)
- Special Gym (gymnastiek voor volwassenen met een verstandelijke beperking)
- ClubExtra Gymnastiek (gymlessen voor kinderen die een extra steuntje in de rug kunnen gebruiken omdat ze het, om diverse redenen, lastig vinden om aansluiting te vinden bij een reguliere sportvereniging)
- ClubExtra Aqua (zwemlessen voor kinderen, die wat minder goed meekomen op de reguliere zwemlessen)
- GymPlus (Naschoolse gymnastieklessen)

[1] GALM = Groningen Actief Leef Model, ontwikkeld eind jaren 90 van de vorige eeuw

[2] MBvO, staat voor Meer Bewegen voor Ouderen en is ontwikkeld in 1971.

Dit plan vormde ook de basis voor de akte van oprichting. Uiteindelijk hebben we de volgende maatschappelijke doelen geformuleerd:

- **Het verkleinen van achterstanden[3] bij het jonge kind** door het verzorgen van beweeglessen, gecombineerd met een taalmethode (LOGO3000). Hierbij komen alle beweeggebieden aan bod. Ook doen we onderzoek naar de motorische ontwikkeling van peuters, stellen onze lessen af op wat onze bevindingen, verzorgen we ouder-peuter workshops en signaleren we ontwikkelingsstoornissen (in overleg met kinderfysiotherapeuten). Wij noemen deze lessen **GymKids**.

  [3] Denk hierbij aan achterblijvende motorische of sociaal-emotionele ontwikkeling en taalachterstanden

- **Het stimuleren van een brede motorische ontwikkeling bij kinderen** in een setting, waarin de kinderen ervaren dat sporten en bewegen leuk is door het verzorgen van kleutergymlessen op scholen (om daarmee zoveel mogelijk kinderen te bereiken en een doorgaande leerlijn te trekken na de GymKids lessen), het verzorgen van workshops op scholen (inclusief speciaal onderwijs) en het verzorgen van turnlessen, die niet gericht zijn op prestatie en competitie. De kleutergymlessen en de workshops op scholen noemen wij **GymPlus**, de turnlessen gewoon **Turnen**.
- **Het bijdragen aan een actieve leefstijl** van volwassenen door het aanbieden van Turnen voor volwassenen en gevarieerde lessen in een andere setting dan een sportschool (**GymFit Vitaal**)
- **Het bijdragen aan het op een plezierige manier ouder worden** door het aanbieden van een gevarieerd beweegaanbod met extra aandacht voor het sociale aspect en aandacht voor het wel en wee van de deelnemers (**GymFit op en rond de stoel**)
- **Het stimuleren van beweegprikkels** bij mensen met (beginnende) dementie en mensen met een lichte verstandelijke beperking (**GymFit Intramuraal**)

Na een hoop voorbereiding in het najaar van 2015, gingen we op 1 januari 2016 van start met 8 vaste krachten en een aantal freelancers. Er moest, voor het zover was, nog veel geregeld worden:

- Statuten opstellen en notarieel laten bekrachtigen
- inschrijven bij de Kamer van Koophandel
- arbeidsovereenkomsten en opdrachtovereenkomsten opstellen en een arbeidsvoorwaardenregeling opstellen
- aanmelden bij een pensioenfonds
- zorgen voor een nieuwe huisstijl en een website
- nieuwe administratiesystemen, openen van een zakelijke bankrekening
- verzekeringen afsluiten en accommodatie inhuren
- deelnemers werven en een machtiging laten tekenen
- nieuwe contracten aangaan met partijen (opdrachtgevers)

Achteraf bezien een behoorlijke prestatie in slechts twee maanden tijd!

Daar mogen we best trots op zijn!

Iedereen kent de uitdrukking “alleen ga je sneller, maar samen kom je verder”. Dat geldt ook voor ons. Al in de tijd van AAC, zo rond 2006, begon het inzicht bij ons in te dalen hoe belangrijk onze rol als werkgever is. Het is niet allemaal vrijblijvend, zoals bij veel amateur sportclubs het geval is, zeker niet als er sprake is van geschoolde en betaalde lesgevers.

Ook de steeds complexere wet- en regelgeving voor organisaties maakt het ook voor ons een prioriteit om serieus werk te maken van het besturen, het managen en het inrichten van de organisatie.

Al in 2007 begonnen we met het ontwikkelen van eigen arbeidsvoorwaarden om deze rol beter in te kunnen vullen. Ook hadden we al ervaring opgedaan met het aanstellen van een betaalde functionaris als “rechterhand” van het bestuur.

Bij de voorbereidingen voor het oprichten van de Stichting hebben we onze eigen arbeidsvoorwaarden verder geprofessionaliseerd en een oude wens in vervulling laten gaan (aansluiting bij een pensioenfonds). Na de oprichting hebben we ook een (nagenoeg fulltime) operationeel manager aangesteld.

De inleenovereenkomst stamt nog uit de tijd van AAC, toen we een aantal gymlessen voor senioren overnamen, inclusief docenten. Anno 2025 gaat het nog maar om 1 lesgever via dat contract (6 uur per week).

Alle andere lessen verzorgen we met lesgevers in vaste dienst (veruit de meerderheid van de lessen) en lesgevers met een opdrachtovereenkomst (beginnende lesgevers en lesgevers die slechts enkele uren per week lesgeven naast een andere baan).

Assistentes worden alleen ingezet bij turnlessen, indien de groepsgrootte hiertoe aanleiding geeft.

Daarnaast zijn we een erkend leerbedrijf en begeleiden we regelmatig stagiaires vanuit ROCs en middelbare scholen.

Enkele van onze ontwikkelingen uitgedrukt in grafieken

We leven in een tijd van grote maatschappelijke onrust en polarisatie. Als Stichting Gym&Turnen Arnhem vinden wij het belangrijk om in die context onze maatschappelijke doelen te realiseren in een setting, waarin iedereen zich veilig en comfortabel voelt. Dat geldt voor onze deelnemers, onze werknemers, onze assistenten en stagiaires die bij ons "het vak" komen leren.

WIJ LEIDEN VAKMENSEN OP
Erkend leerbedrijf

Bestuurlijke integriteit

In 2021 is de Wet Bestuur en Toezicht Rechtspersonen (WBTR) van kracht geworden. Deze wet stelt nieuwe regels om bestuurlijke integriteit beter te waarborgen. De belangrijkste aspecten hierin stellen dat bestuurders niet aan besluitvorming mogen deelnemen als zij omtrent het betreffende besluit een tegenstrijdig belang hebben met de Stichting en dat er altijd sprake moet zijn van een vier-ogen principe bij belangrijke boekhoudkundige handelingen en dat de administratie transparant dient te zijn (boekhoudplicht). De Stichting had deze principes al sinds haar oprichting geïmplementeerd.

Verklaring omtrent het gedrag

Iedereen, die bij onze Stichting werkt (bestuur, managers, lesgevers en ondersteund personeel) is in het bezit van een Verklaring omtrent het gedrag (VOG). Afhankelijk van de rol en functie die zij vervullen, is er op specifieke aandachtsgebieden gescreend.

Pedagogisch beleid

Al voor de oprichting van onze Stichting, toen wij nog opereerden onder de vlag van AAC 1899 Gymnastiek, hadden wij al een pedagogisch beleid opgesteld (in 2013). Alle medewerkers binnen onze Stichting tekenen bij hun aanstelling dat zij zich hieraan houden. Het volledige beleid is terug te lezen op onze site: https://gymenturnenarnhem.nl/beleidsverklaring-pedagogisch-beleid/.

De speerpunten uit dit beleid zijn:

- We erkennen dat onze lesgevers en assistenten bij het verzorgen van hun lessen ook een pedagogische verantwoordelijkheid hebben.
- We blijven ons inspannen om alle vormen van discriminatie uit te bannen.
- We blijven ons inspannen om alle vormen van ongewenst en negatief gedrag uit te bannen.
- We erkennen en aanvaarden dat er bij de beoefening van sport ongelukken en blessures kunnen optreden en dat er preventieve en curatieve maatregelen nodig zijn om de kinderen te beschermen.

We blijven ons ook inspannen om het volgende klimaat te creëren en te handhaven:

- Bestuur, lesgevers en coördinatoren zijn zich bewust van hun voorbeeldfunctie.
- De lesgevers hebben hart en begrip voor de kinderen.
- De sportomgeving is veilig en stabiel.
- De kinderen hebben een goede relatie met de lesgevers.
- De kinderen krijgen voldoende ruimte in combinatie met de juiste mate van begrenzing.
- De lesgevers nemen alle kinderen serieus en behandelen ze fatsoenlijk en met respect.
- Er is structuur in de les.
- De kinderen hebben het gevoel iets te leren en ontvangen positieve feedback over hun ontwikkeling.
- De onderlinge relatie tussen kinderen is goed.
- De kinderen worden aangemoedigd elkaar te helpen bij het aanleren van vaardigheden.
- De kinderen worden aangemoedigd om hun verantwoordelijkheid te nemen als het gaat om orde in de les.
- De kinderen worden aangemoedigd om mee te helpen met het opruimen van toestellen en materialen en om de zaal netjes te houden.
- Er is sprake van een warme en een ondersteunende aanwezigheid van de lesgevers.
- Het bestuur is beschikbaar als aanspreekpunt voor de lesgevers en onderhoudt regelmatig contact met de lesgevers ter ondersteuning van het beleid en om kennis te nemen van onregelmatigheden en ongewenste situaties.

Privacy

In 2016 is de Algemene Verordening Gegevensbescherming aangenomen in het Europese Parlement, sinds 2018 is deze van kracht geworden in Nederland. Wij hebben in 2018 ons beleid daarmee in overeenstemming gebracht en onze werkwijze en systemen erop aangepast. Meer informatie staat op onze website (https://gymenturnenarnhem.nl/privacy-statement-stichting-gymturnen-arnhem/).

Beeldmateriaal

Als Stichting hebben we regelmatig behoefte aan nieuw beeldmateriaal voor promotionele doeleinden: voor onze website, flyers, jaarverslagen en wervingsacties. In het verlengde van de AVG en behoeftepeilingen vanuit ouders en deelnemers hebben we ook hiervoor specifiek beleid ontwikkeld, wat via onze website (https://gymenturnenarnhem.nl/beleidsverklaring-beeldmateriaal/) is terug te lezen.

Vertrouwenspersoon

Onze vertrouwenscontactpersoon is volledig onafhankelijk en legt ook geen verantwoording af aan het bestuur. Ook kan er altijd contact worden gezocht met de vertrouwenspersonen van het Centrum Veilige Sport Nederland. Meer informatie over onze vertrouwenspersoon en haar rol is te lezen op onze site (https://gymenturnenarnhem.nl/vertrouwenscontactpersoon/).

2016

Geografische ontwikkeling

In 2016 gaan we in Arnhem van start als Stichting Gym&Turnen Arnhem, daar lag immers onze bakermat. In Velp-Noord verzorgen we dan al turnlessen voor kinderen, in Velp-Zuid geven we turnlessen voor studenten en (jong) volwassenen.

GymKids

In 2016 beginnen we met het integreren van LOGO3000© in onze lessen (een taalmethode om de eerste 3000 woorden van de Nederlandse taal spelenderwijs aan te leren), we groeien van 368 naar 480 kinderen per week.

GymFit

We stoppen met de dagbestedingslessen (GymFit Extra) op de Weldam (SWOA). Er is een lichte groei van het aantal deelnemers. Verder doen we mee aan een pilot rond het Soople concept. De opzet van Soople lijkt sterk op het GALM concept van zo'n 25 jaar geleden, waarin potentiële deelnemers eerst een fittest ondergaan, vervolgens 10 lessen krijgen en dan weer getest worden.

Turnen

Flinke groei van het aantal deelnemers (van 257 naar 370).

GymPlus

Lessen stoppen in Immerloo om budgettaire redenen. In Malburgen gaan we door.

ClubExtra

We stoppen met lessen ClubExtra Weerbaarheid en ClubExtra Gymnastiek vanwege het te kleine aantal deelnemers, we blijven wel ClubExtra Aqua aanbieden.

2017

GymKids
We beginnen met de voorbereidingen voor een grootschalig onderzoek naar de motorische ontwikkeling van peuters. Dat doen we in eerste instantie in samenwerking met Stichting PAS en Wim van Gelder, die al eerder een methode had ontwikkeld voor kleuters en jonge kinderen op basis van 4 vaardigheden en 4 angsten. In eerste instantie wordt ook gekozen voor verwerking van de meetdata in het pakket Stimulz.

We groeien intussen verder naar 537 kinderen.

GymFit
Workshop met de “ice-man” (Wim Hof). We stoppen de lessen in het Spijkerkwartier (te weinig deelnemers en te dure accommodatie). Er is sprake van een lichte daling van het aantal deelnemers met een abonnement.

We starten lessen in opdracht van en op de Vreedenhoff (bewoners regulier en twee groepen bewoners met beginnende dementie) en in Villa Oosterveld (bewoners met Alzheimer) en bereiken daarmee 30 deelnemers.

Turnen
Het aantal deelnemers blijft stabiel, we starten met freerunning lessen.

GymPlus
We bereiken nu wekelijks 85 kinderen met een naschools aanbod in Malburgen.

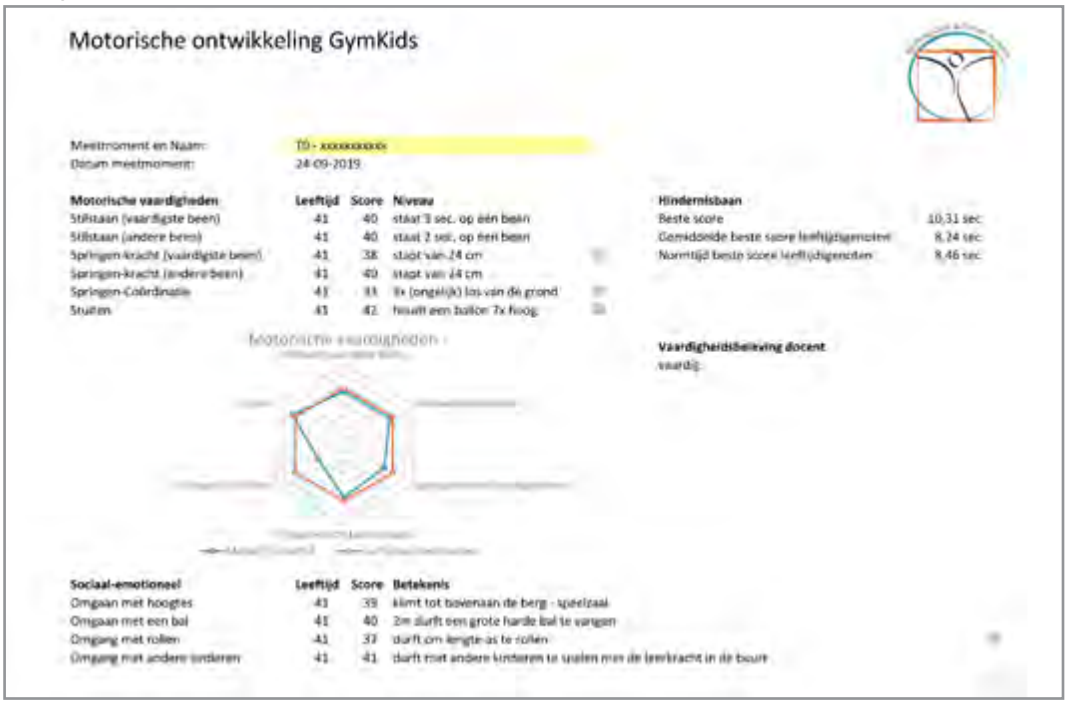
ClubExtra
We stoppen met een strippenkaart en stappen over op abonnementen, de groepen zitten vol!

Maatschappelijke ontwikkeling

De Algemene Verordening Gegevensverwerking (AVG) wordt van kracht, we hebben deze nieuwe privacywetgeving direct geïmplementeerd.

GymKids

We starten met het pilot onderzoek naar de motorische ontwikkeling van peuters. Het model van Stimuliz blijkt toch niet goed te werken voor peuters. We besluiten daarom om ons eigen statistische model te ontwikkelen op basis van onze meetdata.


Motorische ontwikkeling GymKids

Meetmoment en Naam: T0 - xxxxxxxxxx
Datum meetmoment: 24-09-2019

Motorische vaardigheden	Leeftijd	Score	Niveau
Stilstaan (vaardigste been)	41	40	staat 3 sec. op één been
Stilstaan (andere been)	41	40	staat 2 sec. op één been
Springen-kracht (vaardigste been)	41	38	stapt van 24 cm
Springen-kracht (andere been)	41	40	stapt van 24 cm
Springen-Coördinatie	41	33	8x (ongelijk) los van de grond
Stuiten	41	42	houdt een bal(tje) 7x hoog

Hindernisbaan	
Beste score	10,31 sec
Gemiddelde beste score leeftijdgenoten	8,24 sec
Normtijd beste score leeftijdgenoten	8,46 sec

Vaardigheidsbeleving docent
vaardig

Sociaal-emotioneel	Leeftijd	Score	Betekenis
Omgaan met hoogtes	41	39	klimt tot bovenaan de berg - speelzaal
Omgaan met een bal	41	40	2m durft een grote harde bal te vangen
Omgang met rollen	41	37	durft om lengte-as te rollen
Omgang met andere kinderen	41	41	durft met andere kinderen te spelen met de leerkracht in de buurt

We groeien verder naar een bereik van 550 kinderen in Arnhem.

GymFit

We volgen een Workshop Kracht en Voeding. Er is een lichte daling van het aantal deelnemers met een abonnement (natuurlijk verloop), het werven van nieuwe deelnemers blijft een uitdaging, daarom starten we een taartenactie.

Turnen en Freerunnen

We hebben nu twee groepen freerunning en starten met turnlessen voor jongens, groei naar 443 actieve deelnemers, organiseren voor het eerst sponsorspringen en onderlinge wedstrijden.

2019

Geografische ontwikkeling - GymFit

Nadat we in Arnhem al begonnen waren met het aanbieden van Intramurale lessen aan ouderen met een beginnende dementie (Vreedenhoff, Villa Oosterveld en de Weldam), sluiten we in 2019 een contract met Stichting Philadelphia voor het verzorgen van intramurale GymFit lessen voor mensen met een licht verstandelijke beperking in locatie Mooi-Land (Doorwerth).

In Schaarsbergen wordt een soepfestival georganiseerd, waar wij ook aan meedoen. We geven ook les in Schaarsbergen, een mooi moment om voor wat promotie te zorgen.

Op 23 augustus 2019 overlijdt Marijke Vleeming, één van onze lesgevers, na een slopende ziekte. Wij herinneren ons Marijke als een altijd positieve en zeer gedreven lesgeefster, bij wie bewegen in de genen zat. Altijd zelf meedoen, altijd klaar staan voor "haar" leden en altijd bereid om in te vallen voor een collega.

GymKids

We gaan verder met het uitvoeringen van metingen in ons onderzoek naar de motorische ontwikkeling van peuters.

We groeien door naar naar een bereik van 615 kinderen per week.

Door de Gemeente Arnhem worden we benaderd om te helpen met het organiseren en uitvoeren van een promotiemoment, bedoeld om de uitbreiding van het aantal uren kinderopvang voor peuters in Arnhem onder de aandacht te brengen.

In Klarendal ontvangen we Hans de Vroome (wethouder van o.a. van jeugd, onderwijs en cultuur) en hij neemt deel aan een GymKids les.

We zetten, samen met Stichting PAS, in op ouderparticipatie in Arnhem en verzorgen in Rheden een ouder- en kleuterles met als thema "Gezonde Voeding" .

Ook worden we door het Sportbedrijf Rheden gevraagd om in het kader van JOGG (Jongeren op gezond gewicht) ouder-peutergym op te zetten in Velp en het beweeg- en gymaanbod op peuterspeelzalen en kinderdagverblijven in de gemeente Rheden te helpen ontwikkelen, opdat bewegen voor het jonge kind structureel onderdeel kan worden van het beleid.

Turnen en Freerunnen

Uitbreiding freerunninglessen naar drie groepen. We groeien door naar 488 actieve deelnemers, organiseren sponsorspringen en onderlinge wedstrijden.

GymPlus

In Klarendal starten we met kleutergym in het kader van een doorgaande leerlijn.

Maatschappelijke ontwikkeling

Corona breekt uit en er blijkt sprake te zijn van een wereldwijde pandemie! Er is in eerste instantie sprake van een volledige lockdown (maart) , later in het jaar mag er stapsgewijs steeds iets meer, totdat er eind 2021 weer een volledige lockdown van kracht wordt.

GymKids

Naast de opstart van GymKids in de gemeente Rheden willen we het aanbod voor het jonge kind gemeentelijk breed aanjagen. Dit vanuit onze kracht en in samenwerking met de gemeente Rheden en het Sportakkoord. Vanwege de Coronacrisis zijn de mogelijkheden beperkt om hier invulling aan te geven.

GymFit

We starten met online lessen GymFit (maart), versturen onze GymFit nieuwsbrief vol met beweegideeën per post (april), geven balkonlessen op de Vreedenhoff (mei). In juni starten we met buitenlessen, en brengen kalanchoë plantjes samen met de nieuwsbrief persoonlijk langs voor een praatje aan de deur. In oktober mogen we GymFit lessen in groepjes van 4 verzorgen. In november is er weer een complete lockdown.

Turnen en Freerunning

Start van de online uitdagingen in maart, op 24 juni organiseren we een turninstuif op sportcentrum Rijkerswoerd en op 3 juli herhalen we dat in Oosterbeek (ook buiten).

Op 31 augustus kunnen we weer de zaal in om turnlessen te geven, maar op 15 december wordt de strengste lockdown tot dan toe afgekondigd.

GymPlus en ClubExtra

In mei dragen we de ClubExtra Aqua activiteiten over aan het Sportbedrijf Arnhem. In 2020 hebben we de GymPlus lessen tijdens de lockdowns moeten onderbreken. Als alternatief hebben we toen een aantal filmpjes met beweegideeën opgestuurd naar het Kunstrijk. Zodra de scholen weer open gingen, hebben we de lessen weer opgepakt. Tot slot verzorgen we in Klarendal GymPlus lessen voor de gemeente in het kader van Kansrijk Opgroeien Klarendal.

2021

Geografische ontwikkeling

Vlak voor de Corona-uitbraak (2020) hadden we al contacten gelegd in de gemeente Rheden om ons product GymKids ook daar uit te rollen op alle VVE-intensieve locaties in Velp, Rheden, Dieren en Spankeren. In 2021 wordt de subsidie toegekend en kunnen we onze vleugels uitslaan.

GymKids

We voorzien in een alternatief aanbod: inzet docenten tijdens de noodopvang voor kinderen van ouders met een kritisch beroep tijdens lockdowns, het delen van beweegideeën en beweegfilmpjes voor PM-ers (pedagogisch medewerkers), we doen mee aan de Koningsspelen, organiseren beweegspeurtochten, mini lessen op locatie en buitenlessen (vanaf april 2021).

GymFit

We bellen regelmatig met onze deelnemers om eenzaamheid te doorbreken. In maart herstarten we de buitenlessen. Vanaf half mei kunnen we geleidelijk weer naar binnen om les te geven.

Op 14 oktober krijgen we bezoek van een filmploeg van het TV programma "I love the Achterhoek" (TV Gelderland) in gymzaal de Symfonie. Een geweldige kans weer om onze GymFit lessen op de kaart te zetten!

Eind november gaat alles weer op slot, deurbezoek GymFit magazine met veel beweegtips in december.

Turnen en Freerunnen

Modderturnen bij de Rijkerswoerdse Plassen (januari en februari), Skeelertocht, turnopdrachten in kleine groepjes (Park Zijpendaal, Meinerswijk), buitenlessen op verschillende locaties (Park Lingezegen, Sportcentrum Rijkerswoerd, Schaarsbergen), freerunnen op diverse buitenlocaties, turndemo voor bewoners van de Vreedenhoff (april), vanaf mei weer lessen in de zalen, lockdown per eind november.

GymKids

Evaluatie van het aanbod bij pedagogisch medewerkers, docenten en ouders. Uit de evaluatie blijkt dat GymKids zeker als een meerwaarde wordt gezien en een positief effect lijkt te hebben op de kinderen. Iedereen is blij met de lessen en het overgrote gedeelte beoordeelt de lessen als (heel) goed. Met onze GymKids lessen in de gemeente Arnhem bereiken we gemiddeld 522 peuters per week. In de gemeente Rheden bereiken we wekelijks gemiddeld 176 peuters. In totaal bereiken we dus wekelijks bijna zo'n 700 peuters!

Turnen en Freerunnen

Ondanks het stoppen van een aantal lessen maken we toch een groei door in het aantal deelnemers. Zo gaan we van 31 lessen in januari naar 26 lessen in december maar groeit het deelnemersaantal van 406 in januari naar 433 in december.

Het aantal freerunners blijft in 2022 constant (73), evenals het aantal deelnemers aan het volwassenen turnen (15). Op 10 juli 2022 organiseren we springwedstrijden voor alle kinderen die bij ons turnen. Dit zorgt voor veel blije gezichtjes. Gedurende het jaar verzorgen we ook verschillende kinderfeestjes op verzoek van ouders. Lekker turnen met je vriendinnen en vrienden onder begeleiding van je eigen turnjuf. De feestjes zijn een groot succes en het is erg leuk dat dit mogelijk is gemaakt door onze lesgevers.

We starten ook met wachtlijsten, omdat we echt vol zitten op veel locaties.

GymFit

Na twee jaar van Corona kunnen wij in 2022 onze lessen weer als vanouds geven. En hier zijn we heel blij mee, omdat onze lessen van grote sociale waarde zijn. De GymFit lessen hebben effect op de lichamelijke gezondheid. Maar wat niet moet worden onderschat is dat het ook enorm bijdraagt aan de mentale gezondheid van onze deelnemers. Onze lessen zijn een belangrijk moment van samenzijn.

Gezelligheid tijdens de lessen, gebeurtenissen die met elkaar worden gedeeld en na afloop van de les het kopje koffie of thee waarbij verjaardagen worden gevierd en gesprekken ontstaan. Wat opvalt is dat mensen het sporten weer aandurven. Dit is duidelijk te merken aan de hoeveelheid nieuwe deelnemers welke wij dit jaar mogen verwelkomen in onze lessen.

2022 staat ook in het teken van de eerste realisatie van ons beleidsdoel om voor de jongere senioren (45-plussers) nieuw GymFit aanbod te ontwikkelen. Een trend die we zien is dat we in onze huidige lessen steeds meer te maken krijgen met het natuurlijk verloop. (oudere mensen overlijden op een gegeven moment of kunnen vanwege hun gezondheid niet langer deelnemen aan onze lessen).

Instroom van nieuwe deelnemers in de sterk vergrijsde groepen is beperkt en daar bovenop komt het gegeven dat jongere ouderen fysiek andere uitdagingen nodig hebben dan mensen die al een mooie leeftijd van 80 jaar of ouder hebben bereikt.

De eerste groep die gericht is op 45-plussers, start in Rijkerswoerd onder de naam de GymFit Actief. Daarnaast is er sinds december een nieuwe groep van 60-plussers opgestart in de Arnhemse wijk Sterrenberg.

GymPlus

In 2022 starten we met kleutergymlessen op de Witte Vlinder en lenen we docenten uit aan de sint Jozefschool in Elden als inval vakleerkracht.

Goede doelen

In 2022 komen we tijdens het sponsorspringen “Samen in actie voor Oekraïne” met als doel om €2.000 euro op te halen voor de slachtoffers van de verschrikkelijke oorlog die op dat moment in Oekraïne gaande is.

De overige opbrengsten gebruiken we om onze financiële reserves aan te vullen, die vanwege de Coronapandemie waren verdampt. In totaal hebben we €7.777 euro opgehaald, een ongelooflijk bedrag. We zijn heel trots op onze deelnemers die dit voor elkaar hebben gekregen. Op elke locatie zijn turnpakjes uitgereikt aan de deelnemers die het meeste geld bij elkaar gesponsord hadden kregen.

2023

Goede doelen

Op 6 februari 2023 vindt er een zware aardbeving plaats in delen van Zuid-Turkije en Noord-Syrië, wat voor ons aanleiding is om één van onze doelen voor het jaarlijkse sponsorspringen hieraan te wijden. Het andere goede doel is ***Stichting het vergeten kind***, een stichting die aandacht besteedt aan de 100.000 kinderen in Nederland, die in een onveilige of onleefbare thuissituatie verkeren. De opbrengsten van het sponsorspringen zijn weer fantastisch hoog dankzij de gulle giften van vele ouders, familieleden en kennissen van de kinderen die meedoen.

Geografische ontwikkeling

Gezien het kadertekort waar veel aanbieders van sport- en beweegactiviteiten voor senioren mee te maken hebben, bieden wij binnen de regio van Arnhem onze docenten aan in opdrachtovereenkomsten, zodat hun lessen ook kunnen blijven doorgaan. Dit soort overeenkomsten hebben we met wijkcentrum de Bakermat (Arnhem, burgemeesterswijk) en 50plus Sport en Spel (Renkum). Ook leveren wij docenten voor nieuw op te starten cursussen vanuit het Sportbedrijf Arnhem (Soople en Beter Bewegen).

GymKids

We verzorgen weer Ouder- en Kind workshops en gaan verder met het professionaliseren van de metingen en het in kaart brengen van de motorische ontwikkeling bij peuters. In het kader van het opsporen van belemmeringen in de motorische ontwikkeling volgen we in april 2023 een workshop bij Fit en Vaardig Fysiotherapie. Hierbij komen de meest voorkomende motorische belemmeringen aan bod, wat belangrijke signalen zijn, hoe je de ontwikkeling kan stimuleren en wanneer je moet doorverwijzen naar de fysiotherapeut.

GymFit

Jaarlijks organiseren we, samen met Sportbedrijf Arnhem, Budo Sport en RSVV, bijscholingen voor de lesgevers op het gebied van reanimatie, AED en EHBO en op vakinhoudelijke aspecten van de ouder wordende mens.

Turnen

In 2023, na het vertrek van onze lesgever, stoppen we met onze freerunning lessen en speciale lessen voor jongens (een aderlating van zo'n 80 kinderen). Vanwege het zwangerschaps- en bevallingsverlof en de zorg voor een pasgeborene, moeten we ook de lessen aan de Venlosingel opheffen. Gelukkig kunnen we de meeste kinderen herplaatsen in één van onze andere lessen of bij lessen van onze samenwerkingspartner ACGV.

We hebben in het afgelopen jaar ook twee nieuwe lesgeefsters aan ons weten te binden, waardoor we voldoende continuïteit kunnen bieden in alle turnlessen. Het afgelopen jaar hebben wij als Stichting weer geïnvesteerd in de ontwikkeling van onze assistenten om door te groeien naar een rol als zelfstandig lesgever. Zo hebben ze deelgenomen aan de KNGU-opleiding niveau 2 als voorbereiding op de KNGU-opleiding tot lesgever. De onderlinge wedstrijden zijn, ondanks de hoge temperaturen van meer dan 30 graden, weer een groot succes.

Gymplus

Met de GymPlus Peuter- en Kleutergym bereiken we in 2023 wekelijks 100 peuters en kleuters!

GymKids

Om de kwaliteit te waarborgen en het bewegen op locaties zelf te stimuleren, is het team van GymKids in 2024 begonnen een aantal basislessen GymKids vast te leggen in de vorm van duurzame werkkaarten met beweeg ideeën, gekoppeld aan taal. Deze kunnen ingezet worden door nieuwe docenten, maar ook door pedagogisch medewerkers op locatie, waardoor ze zelf op een eenvoudige, laagdrempelige manier met de peuters aan de slag kunnen m.b.t. bewegen. De beweegkaarten zijn bijna af.

Ook in 2024 is er weer volledig ingezet op ouderbetrokkenheid door minimaal 2 keer per jaar ouder-kind workshops te verzorgen.

Tijdens deze ouder-kind workshops kan er rechtstreeks gecommuniceerd worden met ouders, worden er beweeg ideeën meegegeven en vooral veel plezier samen gemaakt, waardoor de betrokkenheid groter wordt! Uit de evaluatie komt naar voren dat de ouders erg enthousiast zijn over deze bijeenkomsten.

GymFit

In 2024 tekenen we een opdracht overeenkomst met Stichting Wan Yuan foundation. Dit is een organisatie die zich richt op het bevorderen van de culturele en de sociale contacten van etnisch-Aziatische mensen. Wij verzorgen hier 2 x per maand beweeglessen. Natuurlijk om te bewegen maar ook om onze lessen kenbaar te maken zodat de Chinese gemeenschap door kan stromen in onze reguliere GymFit lessen. Dit laatste blijkt een hele uitdaging omdat veel Aziatische mensen erg slecht Nederlands spreken.

Turnen

In 2024 is het aantal deelnemers aan de turnlessen gegroeid van 402 (januari) naar 478 (december). Voor de meeste lessen zijn er nog steeds wachtlijsten, de belangstelling onder (voornamelijk) meisjes is groot, ondanks de groeiende populariteit van het meisjesvoetbal.

In 2024 is een nieuwe, laagdrempelige groep voor volwassenen opgezet, waarmee er nu op drie dagen (dinsdag, woensdag en donderdag) door volwassenen kan worden geturnd met een strippenkaart. Deze lessen duren anderhalf uur.

In september nemen twee medewerkers deel aan de train-de-trainerdagen van De Stilte Verbroken! Tijdens deze workshop, mede georganiseerd door Safe Sport Allies, ligt de focus op het herkennen van situaties en gedragen op het leren reageren op grensoverschrijdend gedrag als trainer en het begeleiden van jonge sporters bij het leren stellen en herkennen van grenzen.

De Stichting beoogt dit concept in 2025 bij collega's uit te rollen die lesgeven aan kinderen in de leeftijdsgroep 14 t/m 18 jaar (daar is het concept met name op ontworpen). Wij hopen in de toekomst ook een training aan te kunnen bieden voor de doelgroep die wij vooral bedienen leeftijd t/m 14 jaar.

Goede doelen

In de week van 18 t/m 23 maart 2024 wordt er weer op al onze turnlocaties gesprongen door de kinderen om geld in te zamelen voor goede doelen en om onze reserves wat aan te sterken. In totaal halen we iets meer dan € 7.000 op.

De goede doelen die we dit keer hebben uitgezocht zijn bedoeld voor kinderen in Nederland: **Stichting Achter de Regenboog** en **Stichting Kinderarmoede.** Het geld wat we voor deze goede doelen inzamelen wordt goed besteed.

Achter de Regenboog is er voor kinderen en jongeren in Nederland die te maken krijgen met de dood. Deze stichting ondersteunt deze kinderen, hun ouders en de verdere omgeving in het zelfhelend vermogen van kind en gezin.

Bij Stichting Kinderarmoede zijn ze vastberaden om een positieve verandering te brengen in het leven van kinderen die te maken hebben met armoede. Ze geloven dat elk kind recht heeft op een gelukkige en gezonde jeugd, ongeacht hun achtergrond.

Beide goede doelen hebben een nettobijdrage van € 1.000 van ons ontvangen. Het restant is gebruikt om voor elke turnlocatie een airtrack aan te schaffen.

GymPlus

Met de GymPlus activiteiten worden er in de gemeente Arnhem in 2024 wekelijks bijna 90 peuters en kleuters bereikt!

2025

Geografische ontwikkeling

In 2025 zijn we ook begonnen met het leveren van lesgevers aan de organisatie Forte Fit (onderdeel van Forte Welzijn). We verzorgen nu ook GymFit lessen in Zetten, Herveld, Elst en Oosterhout.

Daarnaast leveren we ook docenten aan OSV Onder Ons in Oosterbeek.

GymFit

Zoals ook in andere jaren besteden we regelmatig (extra) aandacht aan val-*preventie*, dat is wat anders dan *oefenen met vallen* op een (dikke) mat. Om te voorkomen dat je val (preventie) is het belangrijk om elke les oefeningen te doen ter verbetering van (been)spierkracht, balans, coördinatie en ruimtelijke oriënta-tie. Dit laatste komt ook terug in de spelelementen met bijvoorbeeld een bal of een ander object.

Ook besteden we aandacht aan gaan zitten (op de grond) en weer opstaan en opstaan als je op de grond ligt. Valpreventie is wat meer onder de aandacht gekomen bij beleidsmakers vanwege het grote aantal valincidenten bij mensen met een leeftijd boven de 65 jaar.

Ook in 2025 blijven we onze kennis bijschaven, onder andere door deel te nemen aan een bijscholing Soople.

GymKids

Ook in 2025 is er weer volledig ingezet op ouderbetrokkenheid door minimaal 2 keer per jaar ouder- kind workshops te verzorgen. Tijdens deze ouder-kind work-shops kan er rechtstreeks gecommuniceerd worden met ouders, er worden be-weegideeën meegegeven en vooral veel plezier samen gemaakt, waardoor de betrokkenheid groter wordt!

In het kader van deskundigheidsbevordering volgen de lesgevers een workshop Taal-dans en Motoriek.

Binnen onze Stichting vinden we veiligheid erg belangrijk. We hebben een verklaring pedagogische beleid waar onze docenten zich aan moeten houden en volgen regelmatig bijscholingen om de veiligheid op verschillende gebieden te waarborgen. Bij GymKids werken we nauw samen met kinderopvangorganisaties en komen onze docenten met verschillende situaties en afspraken van de kinderopvang in aanraking, waardoor we besloten hebben een aanvullende richtlijn voor onze GymKidsdocenten te maken 'Veilig bewegen GymKids', en hieraan een bijscholing te koppelen om duidelijkheid hierover te scheppen.

Turnen

De wachtlijsten blijven lang en de lessen blijven goed bezocht en gewaardeerd. In 2025 begint er een nieuwe lesgever en starten we nieuwe lessen op bestaande locaties.

Ook gaan we weer sponsorspringen, ditmaal met het doel om extra materialen aan te schaffen om het turnen nog leuker te maken.

Elk jaar organiseren we ook onderlinge wedstrijden, niet vanuit een focus op prestaties en medailles, maar meer om kinderen zo'n evenement te laten beleven en te zien wat leeftijdsgenoten op andere locaties en bij andere lesgevers kunnen laten zien. We organiseren het ene jaar springwedstrijden (4 wedstrijdrondes per leeftijdscategorie) en het andere jaar toestelkampioenschappen. In 2025 gaat het om de laatste. De wedstrijden worden goedbezocht en het blijft altijd een beetje spannend voor de kinderen, maar ze kijken er elk jaar weer naar uit.

In december wordt er in (bijna) elke zaal een kerstdemo gegeven voor alle ouders en overige familie. De kinderen bedenken de oefeningen zelf en laten dan trots hun prestaties zien. Het is altijd gezellig, ook al vinden ze het optreden zelf ook best wel een beetje spannend.

De toekomst van onze Stichting

Soms is het goed om even stil te staan, je te oriënteren en de wereld om je heen in je op te nemen, zeker in een tijd van veel maatschappelijke onrust.

Dat hebben we gedaan in 2015, wat heeft geleid tot de oprichting van onze Stichting. Bij het uitbreken van de Corona crisis was er weer zo'n belangrijk moment, zeker toen van de één op de andere dag alles in lock down ging en we snel belangrijke beslissingen moesten nemen.

Vanaf dat moment zijn we ook begonnen met het opnemen van een continuïteiten veronderstelling in onze jaarverslagen, waarin we ontwikkelingen binnen en buiten onze organisatie beoordelen op de impact op onze continuïteit en verwoorden hoe we ons daartegen wapenen.

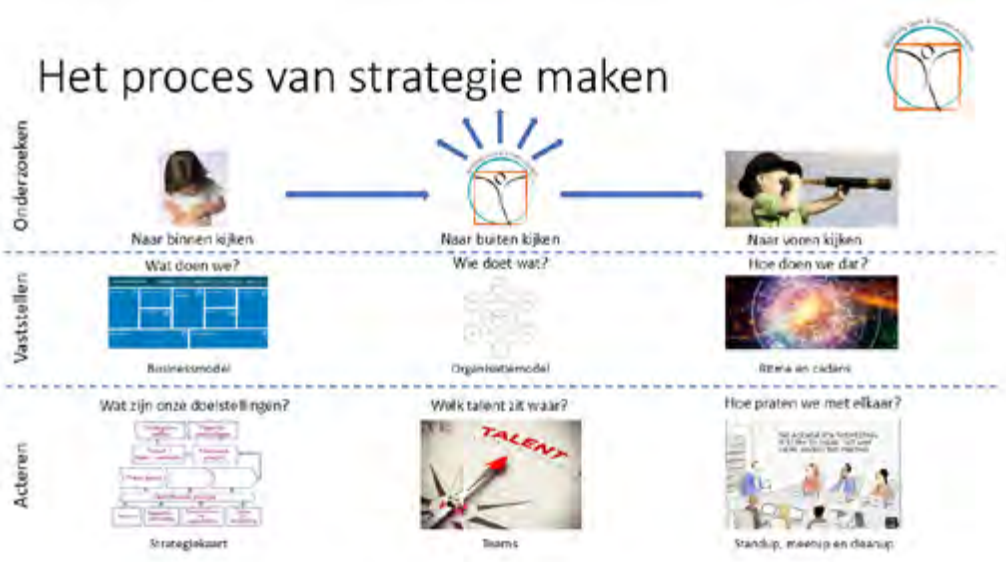
Tussendoor, bij het vertrek van sleutelfiguren, moesten we ons ook gaan heroriënteren en nu, nu we 10 jaar bestaan en de wereld om zich heen roeriger is dan ooit, gaan we binnenkort een strategiesessie houden met bestuur en management om onze visie en speerpunten voor de komende 5 jaar te gaan verwoorden.

Dat doen we natuurlijk niet helemaal alleen, we hebben hiertoe ook feedback gevraagd aan onze medewerkers en we hebben vragen gesteld aan onze externe belanghebbenden.

De antwoorden, die we tot nu toe hebben mogen ontvangen, vervullen ons van trots. Naast waardevolle inzichten krijgen we keer op keer bevestigd hoe uniek onze organisatie is en hoe gedreven en gemotiveerd onze lesgevers zijn.

Hoe gaat dat in zijn werk?

Het proces van strategie en visie ontwikkeling begint met informatie en inzichten verzamelen (de onderzoeksfase). Dat is ook waar we de vragenlijsten voor gaan gebruiken.



Deze input gebruiken we om ons organisatiemodel mee te actualiseren en in kaart te brengen waar de weeffouten zitten (onze "zwaktes" of verbeterpunten). Ook proberen we dan vast te stellen waar ons "goud" zit en waar we in uitblinken (onze sterktes).

Daarnaast inventariseren we welke kansen we zien en welke bedreigingen op ons afkomen. Ook brengen we ons “speelveld” in kaart:

Gewapend met al deze inzichten, kunnen we keuzes maken:

- Waar gaan we ons op richten?
- Hoe beschermen wij ons tegen mogelijke bedreigingen?
- Wat gaan we anders doen binnen onze organisatie?

We zien onze toekomst met vertrouwen tegemoet!

Dankwoord

Een woord van dank en erkenning

De uitdrukking “alleen ga je sneller, maar samen kom je verder” is een mantra binnen onze Stichting. We hebben samen ontzettend veel bereikt, meer nog dan we bij de oprichting hadden durven dromen en gaan in de toekomst nog vele mooie dingen doen, samen.

We maken hier dan ook graag gebruik van de gelegenheid om iedereen te bedanken en te erkennen voor wat zij voor onze Stichting in hun rol als bestuurslid, manager, vertrouwenspersoon, coördinator, ondersteuner, lesgever en/of assistent hebben betekend en nog steeds betekenen door hun namen hieronder te noemen (dikgedrukt zijn de mensen, die bij het ter perse gaan van dit boekje nog bij ons werken):

Aliene van Aalst, Margo Aalten-Lansink, Kyra van Alphen, Jean-Duaeni Arends, **Jolanda Arnold-Vos**, Sevak Bagdasaryan, Lucia Bakker, Linda Baltus, Renske van Bekkum Marks, Malik el Berrah, Myrte Blanken, **Faye Bongers**, Chris Bruggenkamp, **Miloš Bunda**, Ellen ter Burg, Alijssa Cloteda, Bram van Dalen, **Anja van Dijk**, Ilja van Dijk, Lohren Diks, **Willemijn van den Dungen**, Lizet van Eerden, Mieke van Gemeren, Roland Gerritsen, Lyn Geurken, Ellen Goossens, **Jolise Goossens**, Wil Gulpers, Kris Harle, Anne Hendriks, **Faylin Hendriks**, Simone Hendriks, **Lieke van Hensbergen**, Valerie Hes, **Laura Hoekstra**, Tessa Hofman, Mandy Hoksbergen, Eline Huibers, Fransje Huibers, Nyawa Jansen, Gijs Janssen, **Lucinda Joosten**, **Ernst Kalisvaart**, **Fran Koertshuis**, Sander Kok, Mijntje Koopman, Anna Krol, Ling Leewis, **Ellen Leidekker**, Kirsten Lensink, Ilse Lentjes-Agterberg, **Simone Ligtenberg**, Paulien Louppen, Marlies Luppens, **Annika Maassen van den Brink**, Simone Meijer, Renate Milder, **Richard Mooij**, Quy Nguyen, Tess Panjer, Liesbeth Philipsen, Anita Pinas, **Isabel Prinsen**, Malu Prinsen, **Ingrid Ravensbergen-Kroon**, Jean Repplier, Gaby Roelofs, **Sascha Roosen**, **Millie van de Rotte**, Jayla Rutgers, Monique Scheper, **Marion van Schooten**, Gert Schulte, Margriet van der Sluis, Maud Spreeuw, Luna Stavenuiter, Puk Stavenuiter, Luuk van Straten, Christiaan Treadwell, Cora Trompetter, **Marijke van der Tuin**, **Mariana Tuinstra-Romuna**, Marlies Veldt, **Lynn Verbeek**, Mariëlle van Verseveld, Marijke Vleeming-Zweers ✝, Diana van Vliet, **Roelof Vogelzang**, **Roebi van Voorst**, Nicole Vorstenbosch, Astrid de Vries, **Christien de Vries-Binsbergen**, **Maarten de Vries**, **Victoria de Vries**, Veerle ter Wal, **Vere Welberg**, **Marcus van Werde**, Pascal van Wijlick, Naomi van Wijngaarden, Daantje van den Wildenberg, Anne Wilhelm, Erik Wopereis, Shanna Wubben, Nikkie Zweers.

Daarnaast gaat onze speciale dank uit naar al die ouders en deelnemers die als vrijwilliger hebben meegeholpen bij tal van activiteiten in de afgelopen jaren en de kinderen die als assistent in opleiding hebben meegeholpen in de lessen.

Copyright ©2026
Stichting Gym&Turnen Arnhem