

# TONEGO

*magazine 2026*



## Colofon

### Redactie

Anne Tuinhof  
Floor Tuinhof

### Afdelingen

Voetbal  
Volleybal  
Gym  
Tennis



## Inhoudsopgave

<b>Voetbal</b>	<b>4</b>
Voorwoord voetbal	5
Voetbalteams op een rijtje	6
In gesprek met Hans Grovenstein	18
Het voetbalbestuur	19
Kom erbij: word vrijwilliger	23
Tonego jeugd	26
<b>Gym</b>	<b>30</b>
Samen sterk gym Tonego	31
In gesprek met de gymdocent	32
Hersengym voor jong en oud	33
In gesprek met Hetty Bergema	34
<b>Tennis</b>	<b>35</b>
In gesprek met Elle Timmermans	36
Tennis Tonego voor jong en oud	37
Meedoen met tennis?	38
<b>Volleybal</b>	<b>39</b>
Over de volleybaltrainer	40
In gesprek met Elise, Emi en Kiki	41
In gesprek met Leonie Everts	42
<b>Algemeen</b>	
Nawoord Chris van Vilsteren	43



# VOETBAL



# Bloeiende vereniging

Met totaal meer dan 500 leden vormt omnivereniging Tonego het hart van het dorp. Naast voetbal kunnen Luttelgeesternaren ook kiezen voor tennis, volleybal of gymnastiek. De toekomst van Tonego ziet er rooskleurend uit. Met de vele leerlingen op de Floreant en mede door de nieuwbouw van woningen zien we ook bij Tonego veel aanmeldingen binnenkomen. Dat is natuurlijk prachtig in een dorp als Luttelgeest. Dit seizoen hebben we bij de afdeling voetbal serieuze uitbreiding van een paar elftallen weten te realiseren zowel bij de jeugd als de senioren. Daarmee kunnen we oprecht vermelden dat we een bloeiende vereniging zijn. Voetballen kan al als u kind 4 jaar is. Kijk voor kaboutervoetbal verderop in deze uitgave of op onze website.

## Vrijwilligers

Dat we een bloeiende vereniging zijn is mede te danken aan de vele vrijwilligers en de sponsors van Tonego. Zonder deze personen heeft Tonego geen bestaansrecht. Gelukkig is iedereen bereid zijn of haar steentje bij te dragen in Luttelgeest. Er is altijd wel een kleine klus of grote klus te doen bij Tonego. Dus we hopen dat u ook in de toekomst de vereniging blijft helpen. De vrijwilligers worden uiteraard altijd beloond met een feestje. Want daar zijn we goed in bij Tonego. Nieuw is de barcompetitie voor de senioren. Hierbij krijgt een elftal de kans de kantine te runnen op zaterdagavond op eigen in te vullen ludieke manier. De eerste drie barcompetities waren een daverend succes. We kijken uit naar de volgende editie. Verder houdt de klusbrigade het sportpark netjes, maar de vele klussen vragen ook om meer handjes. Ziet u het zitten om op maandagochtend de klusbrigade te helpen? Meld je dan aan via één van de bestuursleden. Ze starten altijd met koffie en een gevulde koek. Een keer proefdraaien kan altijd bij Tonego, dat geldt ook voor het sporten natuurlijk.

## Nieuwe robotmaaiers & kunstgras

Robotmaaiers en kunstgras zijn geen goede combinatie, maar het zijn wel ontwikkelingen die die toekomst hebben. Afgelopen zomer heeft de gemeente Noordoostpolder samen met onze nieuwe onderhoudspartner Donkergroen Tonego voorzien van twee robotmaaiers. Deze zorgen ervoor dat de drie velden dag en nacht kort gehouden worden. De keuze voor robotmaaiers past in de duurzaamheidsstrategie van de gemeente. Dit is een mooie aanvulling op de duurzaamheidsonderdelen van Tonego: zonnepanelen, heatpipes en ledverlichting. Daarmee is Tonego nog niet helemaal klaar voor de toekomst. De gemeenteraad heeft besloten in november 2025 dat Tonego ook een kunstgrasveld gaat krijgen, net als 5 andere dorpen. Een mooie ontwikkeling voor de lange termijn en waardoor we een bloeiende vereniging kunnen blijven voor het hele dorp.

**Henco Bouma**  
Voorzitter voetbal



## Tonego 1 2025 -2026



### Team

1. Wes van de Berg
2. Frank Wentink
3. Jesse Verloop
4. Thijs de Vries
5. Daan de Feijter
6. Bryan Wentink
7. Pjotr de Roo
8. Muaddh
9. Simon Kwakernaak
10. Joris Tilma
11. Max ter Schure
12. Jarno vd Ende
13. Joost op den Kelder
14. Ad de Vries
15. Jarno Bijdevaate
16. Stefan Versluis

Trainer: Hans Grovenstein

Leider: Stef van Vilsteren

Assistent scheids: Johan Dijk

## Tonego/SVM Dames 1 2025 -2026



### Team

1. Annemarie Bloo
2. Charlotte Bisschop
3. Laura de Groen
4. Sam de Lange
5. Famke van Diepen
6. Ferianne van de Streek
7. Kirsten Hilderink
8. Isa Kortstra
9. Eline Klarenbeek
10. Isa Coenrades
11. Liza Kroese
12. Vera Berndsen
13. Dewi den Boer
14. Herma van der Linde
15. Julia van Vulpen
16. Karlien Botter
17. Lisa Poortman
18. Mare Botter
19. Shehenaz Hussein Awes
20. Susan Eertink
21. Sylvia Zijlstra

Trainer: Susanne Bastiaans- Doosje

Leider: Bert Geerts

Assistent scheids: Johan Copenst

## Tonego 2 2025-2026



### Team

1. Thomas van Heugten
2. Okke op den Kelder
3. Noah van der Reest
4. Han vaandrager
5. Joep Henselmans
6. Dani Bergsma
7. Sjoerd Tuinhof
8. Bart Blok
9. Jan Kaptein
10. Jeroen de Boer
11. Diederik van Dijk
12. Henco Bouma
13. Stan Koning
14. Han Tuinhof
15. Adrian Pletcha
16. Coen van Staveren
17. Jelte van Ruiten
18. Jasper Maes

Leider: Diederik van Dijk  
Frank de Boer  
Trainer: Hans Grovenstein

## Tonego 3 2025-2026



### Team

1. Yoeri Scholtens
2. Joran van Wijk
3. Joran Bisschop
4. Marc Verhage
5. Robbin Dijkstra
6. Jasper Tesselaar
7. Wouter Blok
8. Arthur Blijdorp
9. Thomas Groen
10. Matthijs Tilma
11. Joep Holla
12. Jurrian Krol
13. Jeroen Stout
14. Stan Swamborn
15. Sven Polderman

Leiders: Yoeri Scholtens

## Tonego 4 2025-2026



### Team

1. Arjan Vaandrager
2. Carl Swillens
3. Gert-jan Haenen
4. Jack Aarnink
5. Maarten van Heugten
6. Peter van Driel
7. Rene den Dekker
8. Rob Kamstra
9. Ronald Gielleit
10. Arnold Booijink
11. Bart Tesselaar
12. Bart van de Wetering
13. Bram ter Meulen
14. Ernstjan Bus
15. Gert Langebeke
16. Harm Post
17. Rick Tesselaar
18. Hendrikjan de Roos
19. Jaap Laap
20. Joost Henselmans

## JO19 2025-2026



### Team

1. Niek Klarenbeek
2. Tristan Hendriks
3. Koen Blauw
4. Boet Verhage
5. Boas Verhage
6. Toni de Vries
7. Jorit Verloop
8. Teun Biemans
9. Niek Henselmans
10. Sherwin Baars
11. Roy Lassche
12. Stan Labots
13. Stefan Dedden
14. Niels Ensing
15. Iris de Roos

Leiders: Joost Henselmans  
Karel Hendriks  
Coen van Staveren  
Trainer: Folkert Verbeek  
Hans Grovenstein  
Coen van Staveren

## JO15 2025-2026



### Team

1. Jarno Schra
2. Rens Elzinga
3. Mylan Krist
4. Tycho Kamphuisen
5. Jalou van Leeuwen
6. Remko Bastiaanssen
7. Stef Boons
8. Koen Fokkens
9. Liasanne Powels
10. Luuk Dingemans
11. Tim Jippes
12. Milan de Boer
13. Jayden Wentink
14. Pim Blauw
15. Manka
16. Abdallah Omar

Leiders: Jan Peter Fokkens  
Jack Blauw  
Trainer: Jan Peter Fokkens

## JO14 2025-2026



### Team

1. Ahraf Mohammed
2. Pepijn van Leeuwen
3. Elias Hulleman
4. Noud Biemans
5. Lars Lassche
6. Alex van der Gaag
7. Bas Smale
8. Pepijn Tesselaar
9. Lucas v Boxtel
10. Luuk Kok
11. Mick Dingemanse
12. Otis Hulleman
13. Thijs Tas
14. Niek Peterse
15. Jesse Jippes
16. Ali Cem Avlik

Leiders: Koen Dingemanse  
Menno Hulleman

Trainer: Max ter Schure  
Stefan Versluis  
Jarno van de Ende

## MO15 2025-2026



### Team

- 1 Bregt Bos
- 2 Sabrina Oosterkamp
- 3 Mirthe Ensing
- 4 Glen van Dijk
- 5 Tess Heida
- 6 Anne Hazebroek
- 7 Rixt Bos
- 8 Saar Ijpinga
- 9 Milou Krist
- 10 Kato Wieringa
- 11 Stephanie van Dijk
- 12 Pien de Roos
- 13 Lisa Wentink
- 14 Faylinn Oussoren
- 15 Frederique Fokkens
- 16 Isa Labots
- 17 Julia Kroes
- 18 Aniek vd Vegt

Leiders: Leonie Roza  
Herma v/d Linde

Trainer: Marco Krist  
Richard Bos

## JO12 2025-2026



### Team

1. Leandro Miguel
2. Enes alshikh
3. Tiandric
4. Daan Kempenaar
5. Yenn Kamphuizen
6. Mats blauw
7. Lisa Fokkens
8. Tom Bootsma
9. Patrik Fulop
10. Sam Henselmans

Leider: Tristan Hendriks

Barbara Fokkens

Trainers: Tristan Hendriks

Sherwin Baars

## JO11-1 2025-2026



### Team

1. Fenna Gielleit
2. Leen Vaandrager
3. Maud Tas
4. Suze de Vries
5. Wessel van Boxtel
6. Luca Rigterink
7. Gino van Santen
8. Mylan Klop
9. Judie Tesselaar

Leiders: Ronald Gielleit

Arjan Vaandrager

Trainers: Jan Hoogstraten

Niek Klarenbeek

Jorrit Verloop

## JO11-2 2025-2026



### Team

1. Maurits ten Hoeve
2. Stan Jippes
3. Mart Moens
4. Maurice Lubbers
5. Guus Vaandrager
6. Senne Koekoek
7. Yorick de Lange
8. Tim van Vilsteren

Leiders: Kirsten Dijk

Eddy de Lange

Trainers: Jan Hoogstraten

Stef van Vilsteren

Joris Tilma

## JO9 2025-2026



### Team

1. Noud Hennephof
2. Bastiaan ten Hoeve
3. Bram Voorn
4. Ties Blauw
5. Noud Pragt
6. Bas Gielleit
7. Sven Peterse
8. Daley van Zanten

Leiders: Vincent Blauw  
Frank Voorn

Trainers: Jan Hoogstraten  
Jorit Verloop  
Niek Klarenbeek

## JO8 2025-2026



### Team

1. Salo Blanch
2. Veerle Tesselaar
3. Kacper Kmak
4. Siem de With
5. Koen Neeleman
6. Jesse den Dekker
7. Daan Dingemans
8. Rogier ten Hoeve

Leider: Joost Neeleman  
Trainer: Steven Dingemans

## JO7 2025-2026



### Team

1. Liva de Roos
2. Linn Rigterink
3. Jonas Hakvoort
4. Ryan Boekamp
5. Bert Verhage
6. Julia van Boxtel
7. Krijn Moens
8. Sten de Olde

Leider: Arieke Omta  
Trainer: Steven Dingemans  
Jan Hoogstraten

## Dames 30+1



### Team

1. Angela de Roos
2. Angelique Bouma
3. Carla Vermunt
4. Daniëla Blauw
5. Edith Vaandrager
6. Froniek Tesselaar
7. Harriët Oosterkamp
8. Ilse Dekkers
9. Janine Moens
10. Joyce de Olde
11. Joyce van der Kolk
12. Marlies van Stralen
13. Marloes Smit
14. Monique Blauw
15. Rianne de Jongh
16. Rianne de Vries
17. Rosanne Biemans
18. Sanne Tesselaar
19. Wieja Heida

## Dames 18+1



### Team

1. Charissa Baars
2. Karlijn de Groen
3. Silke van Vilsteren
4. Floor Tuinhof
5. Annemieke Verhage
6. Anne Tuinhof
7. Anne Daling
8. Annelies de Vries
9. Dorien Overgoor
10. Kirsten Hilderink
11. Suzanne Scholtens
12. Anniek van Vilsteren
13. Simone van der Laan
14. Inge van Oorschoot

Leider: Melissa Oord

# In gesprek met...

# Gonny Schot

---

## Kantine beheer

### Hoe ben je begonnen als vrijwilligster bij de club?

Toen ik een keer op een jaarvergadering was hoorde ik dat het (toen) best moeilijk was om kantinevrijwilligers te vinden voor de zaterdagmiddag. Ik heb toen aangegeven dat ik wel op de lijst wilde. José of Chris, dat weet ik niet meer, vroeg toen of ik José haar taak over wilde nemen. Ik doe nu de bestellingen en ik zorg voor de vrijwilligers op zaterdagmiddag en soms op een avond als er een ander toernooi is.

### Wat is het populairste product in de kantine?

Natuurlijk bier, maar de gehaktballen lopen ook heel goed. En cola berenburg ook. De oranje AA (met suiker) is ook niet aan te slepen.

### Wat is de grootste uitdaging in jouw vrijwilligers werk?

Zorgen dat alles er wel is. Ik ben één keer gebeld op zaterdag dat het bier bijna op was. Dat is echt niet leuk (maar gelukkig kwam het precies uit...)

### Als jij het menu mocht uitbreiden met een nieuw product, wat zou dat zijn?

Loaded Fries! Bij andere kantines zie ik je ook wel eens zo'n oventje met warme sauzijnenbroodjes. Lijkt me ook lekker. Voor ons is het handig om niet een te groot assortiment te hebben. Gewoon basis, dat alles wat we hebben ook op tijd op komt.

### Wat is jouw favoriete kantinesnack?

Drop!

### Omschrijf in drie woorden de sfeer in de kantine.

Altijd gezellig, ook met de tegenpartij.

### Wat is jouw leukste moment van de kantine?

Ik heb met Angela de Roos een bardienst gedaan van een 7x7 toernooi van de heren en dames 18+. Ze hadden een volkszanger geregeld. Supergezellig! Het team uit omgeving Vollenhove was aan de stamtafel gaan zitten en zong alle liedjes mee. We hebben ze aan het eind van de avond de kantine uit moeten vegen.

### Welke boodschap wil je meegeven aan de supporters in de kantine?

Ga zo door!



## Gedragsregels: samen maken we de club

Een amateurvoetbalclub is meer dan alleen voetbal. Het is een plek waar sportiviteit, respect en plezier samenkomen. Om ervoor te zorgen dat iedereen zich welkom en veilig voelt, hanteren we binnen onze club duidelijke gedragsregels. Deze gelden voor spelers, trainers, ouders, vrijwilligers én supporters.

### Respect voor elkaar

Of je nu speler bent, toeschouwer of vrijwilliger: we behandelen elkaar met respect. Scheidsrechters worden geaccepteerd in hun beslissingen, tegenstanders worden als sportieve rivalen gezien en teamgenoten ondersteunen elkaar in goede én minder goede momenten.

### Sportiviteit staat voorop

We spelen om te winnen, maar niet ten koste van alles. Ons gedrag op en rond het veld is netjes: geen schelden, natrappen of provoceren. Eerlijk spel en teamgeest zijn belangrijker dan de uitslag.

### Voorbeeldgedrag van ouders en supporters

Ouders en supporters zijn een onmisbaar onderdeel van onze club. Juich voor je team, moedig aan, maar bemoei je niet met de scheidsrechter of coach. Kinderen leren het meest in een positieve en veilige omgeving.

### Samen verantwoordelijk

We spreken elkaar aan als grenzen worden overschreden, op een respectvolle manier. Alleen samen kunnen we een cultuur neerzetten waarin iedereen zich thuis voelt.

Onze club staat voor plezier, ontwikkeling en verbinding. Laten we met z'n allen bijdragen aan een sportieve en prettige sfeer, elke training en elke wedstrijd weer!



# Een schoon sportpark, daar zorgen we samen voor

Onze club is trots op haar sportpark. Een plek waar we trainen, spelen en elkaar ontmoeten. Om het voor iedereen netjes, veilig en prettig te houden, rekenen we op ieders medewerking.

## Afval in de prullenbak

Gooi flesjes, wikkels, tape en ander afval altijd in de daarvoor bestemde prullenbakken. Laat kleedkamers, dug-outs en tribunes achter zoals je ze zelf graag aantreft: schoon en opgeruimd.

## Kleedkamers en toiletten

Gebruik de kleedkamers met respect. Laat geen rotzooi achter, spoel toiletten netjes door en meld het als iets kapot is. Zo houden we de faciliteiten in goede staat voor iedereen.

## Samen verantwoordelijk

Of je nu speler bent, ouder, vrijwilliger of supporter, iedereen draagt bij aan een nette omgeving. Zie je zwerfafval liggen? Even oprapen kost weinig moeite, maar maakt een groot verschil.

Door ons sportpark netjes te houden, tonen we respect voor elkaar, voor onze vrijwilligers en voor de club. Dank voor je inzet!



# Trainingsrooster Tonego 2025-2026

**JO7:** Woensdag van 16:30 uur - 17:30 uur

**JO8:** Woensdag van 16:30 uur - 17:30 uur

**JO9:** Maandag van 18:30 uur - 19:30 uur en donderdag 18:00 uur - 19:00 uur

**JO11-1:** Maandag van 18:30 uur - 19:30 uur en woensdag 18:15 uur - 19:15 uur

**JO11-2:** Maandag van 18:30 uur - 19:30 uur en woensdag 18:15 uur - 19:15 uur

**JO12:** Dinsdag en donderdag van 18:00 uur - 19:00 uur

**JO14:** Dinsdag en donderdag van 18:45 uur - 20:00 uur

**MO15:** Maandag (Kuinre) en woensdag (Luttelgeest) van 18:45 uur - 19:45 uur

**JO15:** Maandag (Luttelgeest) en woensdag (Kuinre) van 19:15 uur - 20:30 uur

**JO19:** Dinsdag en donderdag van 19:00 uur - 20:15 uur

**Het eerste:** Dinsdag en donderdag van 20:15 uur - 21:30 uur

**Het tweede:** Dinsdag en donderdag van 20:15 uur - 21:30 uur

**Het derde:** Dinsdag en donderdag van 20:15 uur - 21:30 uur

**Dames 1:** Maandag (Marknesse) en woensdag (Luttelgeest) van 19:30 uur - 21:00 uur

**Dames 35+:** Woensdag van 20:00 uur - 21:00 uur



# In gesprek met...

# Hans Grovenstein

## Hoofdtrainer

### Wat is de grootste kwaliteit van het team?

De tomeloze inzet die ze elke week weer laten zien, op trainen en in wedstrijden. Van daaruit komen ze er toch wel achter dat ze allemaal aardig kunnen voetballen. Als dit allemaal samenvalt, zijn ze moeilijk te verslaan.

### Hoe vind je het om weer terug te zijn bij je oude club als trainer?

Zonder het al te veel te romantiseren, voelt het als thuis komen. Ik ben hier opgegroeid als speler, met een kleine uitstap naar andere verenigingen. Maar Tonego zit toch een beetje in je hart, en de mentaliteit spreekt mij erg aan. We doen het met z'n allen, "Niet zeuren maar poetsen".

### Wat maakt deze club voor jou bijzonder?

Hierboven heb ik dit eigenlijk al benoemd. Het voelt en beetje als een familie, we kennen elkaar allemaal en spreken elkaar aan. We hebben aandacht voor elkaar en vragen even hoe het gaat. Als er iets georganiseerd moet worden, doen wij dit met z'n allen. Ik denk dat het een club met "trots" is, zonder misplaatste arrogantie.

### Wat is tot nu toe jouw hoogtepunt als trainer bij Tonego?

Dan moet ik toch benoemen, de 2 keer dat we na-competitie hebben gehaald. Helaas niet met het gewenste resultaat. Na de 3 degradaties in korte tijd, zijn wij niet bij de pakken neer gaan zitten. We hebben jeugd door laten stromen, die zich goed aan weten te ontwikkelen. Trainingsopkomst ben ik ook super trots op, en natuurlijk niet te vergeten van 2 senioren teams zijn we naar 4 teams gegaan dit jaar. Dan doen wij met elkaar toch iets goeds, en daar ben ik trots op.

### Wie uit het team zou je absoluut niet achter het stuur zetten en waarom?

Kom ik toch uit bij Stef, en dit is niet om zijn rijders-kwaliteiten. Het zit hem meer in de omweg die hij vaak neemt, waardoor het op tijd komen bij de bezoekende club in gevaar komt.

### Als het team een lied moest kiezen, welk nummer zou dit dan zijn?

You'll Never Walk Alone. Dit past bij het team en de club. Al het bovengenoemde komt naar voren in deze tekst en past bij deze club

### Welke boodschap wil je meegeven aan de supporters langs de lijn?

Blijf ons steunen door dik en dun, en kom met familie en vrienden ons aanmoedigen. Probeer het positieve, en erger je niet aan een slechte dag, die hebben wij allemaal wel eens. Dus support ons positief, dit heeft het team nodig. Er zitten mooie jaren aan te komen, want na regen komt zonneschijn, hier ben ik heilig van overtuigd.

Tot slot wil ik mij even richten op de vrijwilligers van Tonego; Zonder jullie geen club als deze!!!! En de vrijwilligers, van de maandagclub die altijd keurig de accommodatie en de velden verzorgen, wil ik extra in het zonnetje zetten. Het ziet er elke keer weer keurig uit als we komen trainen of wedstrijden spelen. En dit wordt vaak vergeten, omdat jullie wat meer achter de schermen werken. Daarom deze dikke pluim van mij uit





## Het voetbalbestuur

**Henco Bouma**

*Voorzitter*

voorzitter-voetbal@tonego.nl

**Joost Henselmans**

*Voorzitter jeugdcommissie*

jeugd@tonego.nl

**Annemieke Verhage**

*Secretaris + Notulist*

voetbal@tonego.nl

**Yoeri Scholtens**

*Wedstrijd en scheidsrechters coördinator*

**Maarten van Heugten**

*Materiaal*

**Marcel Buijsse**

*Voorzitter seniorencommissie*

**Marcel Boone**

*Algemeen lid*

## Jeugdcommissie

**Thijs de Vries**

*Coördinator/wedstrijdsecretaris JO13/JO14/JO17/JO19*

wedstrijdsecretaris-junioren@tonego.nl

**Simone van der Laan**

*Coördinator/ wedstrijdsecretaris pupille JO9/JO10/JO11*

wedstrijdsecretaris-pupillen@tonego.nl

**Anne Daling**

*Coördinator MO13 ST Tonego/ Kuinre*

anne.daling1997@gmail.com

**Marjolijn Bakker**

*Algemeen lid*

## Seniorencommissie

**Joost op den Kelder**

*Senioren heren - wedstrijdsecretaris*

wedstrijdsecretaris-senioren@tonego.nl

**Melissa Oord**

*Senioren Dames - wedstrijdsecretaris*

wedstrijdsecretaris-senioren@tonego.nl

**Annelies de Vries**

*Algemeen lid*



## Aan- en afmeldingen

### Aan- en afmeldingen

Aan- en afmeldingen gaan via de website van Tonego. De formulieren kan je vinden onder het kopje: lid worden van Tonego. Ook het afmeldformulier vind je hier.

### Aandachtspunten voor het aan- en afmelden

Train eerst een paar keer mee met het team waar je onder valt. Neem hiervoor contact op met de wedstrijdsecretaris die hier over gaat. Bevalt het goed en ga je wedstrijden spelen? Meld je dan aan vóór dat je je eerste wedstrijd gaat spelen.

Het kan ook zijn dat je wilt stoppen met voetbal of bij een andere club gaat voetballen. Dat is natuurlijk heel jammer. Om dit zo goed mogelijk te laten verlopen is het belangrijk om dit te melden bij de desbetreffende leider/trainer én de wedstrijdsecretaris. Daarna is het belangrijk om je af te melden via de website van Tonego, pas daarna is de afmelding officieel. Dit is belangrijk voor de administratie van Tonego en voorkomen we misverstanden. Wanneer je je niet hebt afgemeld via de website, zal er nog gewoon contributie geïnd worden. Ook verloopt een overschrijving naar een andere club makkelijker. Dit is ieders eigenlijk verantwoordelijkheid!

De incasso voor de voetbal vinden één keer in het halfjaar plaats, eind maart en eind oktober.

Wij hanteren de volgende tarieven. Deze bedragen zijn per jaar.

**JO6/JO7** €64,00

**JO8/JO9** €64,00

**JO10/JO11** €85,00

**JO12/JO13/MO13** €85,00

**JO14/JO15/MO15** €85,00

**JO16/O17/MO17** €128,00

**JO18/JO19/MO19** €128,00

**Senioren/JO20 18 jr en ouder** €194,00

**Senioren vrijdagavond/ dames 30+, dames 18+ en heren 35+** €62,00

# In gesprek met...

# Stefan Versluis

## Speler eerste elftal

**Waarom heb je ervoor gekozen om bij Tonego te komen voetballen?**

Ik heb ervoor gekozen om bij Tonego te voetballen wegens het zaterdagvoetbal. Ik werk in de zorg nu veelal op de zondagen waardoor het voetballen erg lastig te combineren werd. Ik heb vaak met mijn goede vriend Max ter Schure over Tonego gepraat, en na de 1-7 verloren oefenwedstrijd tegen Tonego met VV Kuinre wist ik genoeg en wou ik graag met hem samen voetballen.

**Wat is het mooiste doelpunt dat je hebt gemaakt bij Tonego?**

Ik vermoed de goal tegen Angelslo waarbij ik op aangeven van Max de 0-1 mocht binnenschuiven. Qua doelpunt misschien niet de mooiste, maar de aanval en de assist maakte dit doelpunt veelal speciaal. Ook omdat dit in de halve finale van de nacompetitie was.

**In welke drie woorden zou je Tonego omschrijven?**

Gezellig, sportief, warm.

**Wie in het team zou je nooit de kans geven om een penalty te laten nemen en waarom?**

Mezelf, ik mis altijd alle penalty's. In de jeugd heb ik er 2 gescoord van minimaal 12 genomen penalty's.

**Heb je voor de wedstrijd een bepaald ritueel of bijgeloof dat je altijd volgt?**

Niet perse, wel neem ik standaard een banaan voor de wedstrijd en is er altijd gezonde wedstrijdspanning.

**Wie in het team zou je als eerste kiezen voor een karaokeduet en wel nummer zing je dan?**

100 procent met Max, en dan natuurlijk een Feyenoord nummer. Toch de beste club van Nederland :)

**Wat zou je nog willen bereiken met dit team?**

*Het liefste kampioen worden, maar een promotiefinale meemaken om deze te winnen lijkt me misschien nog wel mooier.*

Met Tonego en Kuinre nu een finale verloren, wordt tijd om er 1 te winnen.

**Welke boodschap wil je meegeven aan de supporters langs de lijn?**

Geniet allen vooral van de doelpunten die we hopelijk weer mogen scoren, en wie weet kan het nog een heel mooi seizoen worden.



# In gesprek met...

# Lisa Fokkens

## Jeugdspeler

**Wat vind je het allerleukst aan voetballen bij Tonego?**

Dat ik kan voetballen met mijn vrienden.

**Op welke positie speel je het liefst en waarom?**

Links midden, omdat ik links ben en ik goed kan overspelen.

**Welke voetballer is jouw grote voorbeeld?**

Messi en Lamine Yamal

**Als je in een groot stadion zou mogen spelen, welke zou dat dan zijn?**

Camp Nou van Barcelona



**Welke oefening vind je het leukst om te doen tijdens de trainingen en welke het minst leuk?**

Het leukste vind ik oefeningen met 1 tegen 1 en oefeningen waar ik moet afwerken op doel. Het minst leuke vind ik dribbelvormen.

**Wat eet je het liefst na een gewonnen wedstrijd?**

Zakje snoep (groen) uit de kantine. Ik vind het jammer dat die er niet meer zijn.

**Welke speler uit het eerste vind je het beste?**

Jarno Bijdevate

**Welke voetbaltruc wil je nog graag leren?**

Rondje rond de wereld.

**'Hier was ik bij een training van Jeugdplan Nederland van de KNVB. Hier was ik voor uitgenodigd. Dat vond ik heel leuk!'**

## Kom erbij: wordt vrijwilliger van onze gezellige club!

Tonego is een bloeiende en gezellige vereniging die niet zou bestaan zonder de inzet van vrijwilligers. Ook voor de afdeling voetbal zijn altijd veel vrijwilligers nodig. Naast een functie in het voetbalbestuur, de jeugdcommissie of senioren commissie zijn er nog allerlei andere taken die gedaan moeten worden. Denk bijvoorbeeld aan:

- Leider of trainer van een team
- Scheidsrechter van junioren of senioren
- Kantine vrijwilliger
- Helpen met klusjes rondom het complex
- Gastheer- of gastvrouw op de zaterdag
- Klaarzetten van de veldjes voor de jeugd op zaterdagmorgen
- Helpen bij schoonmaken van kantine en kleedkamers

Lijkt het je leuk om iets te doen bij SV Tonego om op die manier ook je dorpsgenoten (beter) te leren kennen, aarzel dan niet en meld je nu vrijblijvend aan door een berichtje te sturen naar: Yoeri Scholtens (06-55505973)





# Hoe is het nu met?



# Joppie de Bos

## Oud-hoofdtrainer 2004-2007

### Wil je jezelf eens voorstellen voor de lezers die jou niet kennen?

Ik ben Joppie de Bos. In de volksmond gewoon Joppie voor iedereen. Woonachtig in Leeuwarden, dichtbij het centrum. Samen met mijn vrouw Paulina geniet ik daar van mijn pensioen. Ik ben in het verleden schilder geweest en de laatste jaren was ik actief in Heerenveen bij een bedrijf waar ik de debiteurenbewaking en de urenstaat verzorgde. Tegenwoordig heb ik meer vrije tijd en trekken we er op uit met de camper en gaan we vaak een terrasje pakken in Leeuwarden of elders. Omdat we slecht kunnen stil zitten, zingen we ook in een smartlappenkoor en gaan we vaak fietsen of wandelen. Zeer recentelijk zijn we ook zelfs torenwachter geworden en helpen we mee met de rondleidingen in Leeuwarden.

### Kun je ons even meenemen naar de periode dat je trainer was van het eerste elftal? Hoe ben je destijds bij de club terechtgekomen?

Ik vond Tonego via een advertentie. Ze zochten een nieuwe hoofdtrainer, dus ik melde mij aan. Ik kende de club helemaal niet. Volgens mij heeft Bennie Scholtens of Jan Peters mij aangenomen. Details weet ik niet meer. Maar Bert Geerts was er ook bij. Maar de tijd die toen aanbrak was om nooit meer te vergeten.

### Wat zijn je mooiste herinneringen aan je tijd als trainer van het eerste elftal?

Pfff...dat zijn er heel veel. Ik zal er een paar noemen:

- We speelde ooit een beslissingswedstrijd tegen Berlicum. Eerst wonnen we uit met 0-1 en vervolgens stond we thuis al gauw met 0-2 achter. Daarna maakte Jeroen Rijnvis laat in de wedstrijd de 2-2. Die euforie op dat moment was geweldig.
- Doodringen tot de laatste acht van Noord-Nederland en het afsluitende bekertoernooi in Westerbork spelen. Geweldige teamprestatie en op het toernooi ook kranig geweest tegen die hoofdklassers. Ondanks dat we op vrijdagavond toch even de kroeg van Echten hadden opgezocht en dat het super gezellig was in de gehuurde bungalows in Echten. De beleving was groot en er stond echt een team.
- Toen uiteindelijk in de Meerpaal in Dronten sportploeg van Flevoland geworden. Mooiste wat ik meegemaakt heb. Met de bus die kant op. Veel ploegen zijn daar jaloers op.

Altijd hamburgers bakken bij Tonego met de uien van Jan Peters

- Die ene zaterdagavond dat ik de weddenschap verloor. Stond ik daar met mijn caravan op de middenstip. Toen we wakker werden stond de stand nog op het scorebord. Ik vergeet dat nooit meer. Enuh meester Piet deed 'smorgens het hek open, zodat we weer met de caravan huiswaarts konden
- Een mooie avond was ook het jaarlijkse uitje met de hele selectie. Een avond BBQ'en in de kroeg van Gorredijk. Daar kwam ik destijds vandaan en het was prachtig dat die jongens daar heen wilde komen.
- De vele schuurfeesten en de steptocht door iemand zijn woning. Gekkenwerk daar in Luttelgeest
- We hadden altijd prijs bij de verloting met het rad. Paulina ging altijd weg met een bos Alstroemeria's

### Hoe zou je de sfeer binnen de club en het team in die tijd omschrijven?

Het was altijd topsfeer. Enorm genoten van het team en de mensen binnen de club. Een beetje onenigheid is er weleens geweest, maar dat werd wel weer vlot opgelost.

### Welke spelers zijn je het meest bijgebleven, en waarom?

Alle spelers zijn me goed bijgebleven, maar Joep en Joost waren echt wel de steunpilaren die tijd. En Jan Wentink was een echte leider. Dan had je nog de gebroeders Tesselaar. Maar ook Jordie, Henco, Vincent, Frank, Spielhagen, Melle en ja die Ben die vergeet ik ook niet weer. De hele ploeg was gewoon onvergetelijk.

### Wat doe je tegenwoordig in het dagelijks leven, en speelt voetbal daar nog een rol in?

Ik geniet van mijn pensionering en maakt tijd doordeweeks voor andere dingen zoals eerder genoemd. Toch speelt voetbal nog een hele grote rol in mijn leven. Voetbal op TV zoals Champions League vind ik niet meer zo puur. Het is te commercieel geworden. Het amateurvoetbal volg ik nog op de voet. Ik was zelf nog hoofdtrainer van Makkum. Ik ben al bijna 40 jaar trainer, dus een afscheid van het trainerschap komt steeds dichterbij. Ik wil meer reizen met de camper, dus dan zal ik andere keuzes moeten maken. Ik zie dat Tonego het goed doet en ik kom graag nog een keer langs om oude bekende te spreken.

# Tonego jeugd seizoen 2025 - 2026

We zijn dit seizoen gestart met maar liefst 6 pupillenteams en 4 junioren teams (combinatie teams met SV Kuinre). Voor een kleine dorpsclub mogen we hier hartstikke trots op zijn. Waar we ook trots op kunnen zijn, is dat er dankzij de inzet van een grote groep vrijwilligers (leiders, trainers, grensrechters, scheidsrechters), iedere zaterdag en op de trainingen doordeweeks 120 kinderen actief en met veel plezier aan het voetballen zijn bij sv Tonego!

Naast de trainingen en wedstrijden vinden er de rest van het jaar ook allerlei leuke activiteiten plaats, hieronder zijn er een aantal uitgelicht.

We zien je op het voetbalveld en voor vragen weet je ons te vinden!  
**Jeugdcommissie s.v. Tonego**



# Voetbalkamp: het hoogtepunt van het jaar

Aan het einde van het seizoen vindt het kampeerweekend plaats op de velden van Tonego. Een weekend vol leuke activiteiten en overnachtingen in tenten. Overdag zijn er voetbalspelletjes, 's avonds een avondspel, en op zondag natuurlijk de traditionele wedstrijd: kinderen tegen de ouders. Altijd feest!



# Buitenlandtoernooi: internationale ervaring

De afgelopen jaren hebben verschillende teams meegedaan aan toernooien in het buitenland. Met je teamgenoten en begeleiding een paar dagen op pad om échte interlands te spelen — een ervaring om nooit te vergeten!



# Kaboutervoetbal: waar het begint!

Voor de allerjongsten in het dorp is er één keer in de drie weken het zogenaamde Kaboutervoetbal. Spelenderwijs leren de kinderen van 4 en 5 jaar de eerste beginselen van het voetbal. Plezier, beweging en samen spelen staan centraal!



# Oudjaarstoernooi: traditie en gezelligheid

Tijdens dit gezelligheidstoernooi in de kerstvakantie worden de jeugdteams van SV Tonego met elkaar gemixt en spelen we een leuk en sportief toernooi. Ook wordt bepaald wie zich een jaar lang penaltykoning en dribbelkoning van Luttelgeest mag noemen! Een supergezellige dag met een lange traditie – een vaste prik in de Tonego-kalender!



## Pupil-van-de-week: aan de aftrap bij het 1e

Als je in de jeugd van Tonego voetbalt, ben je een aantal keer Pupil van de Week. Je mag dan samen met het eerste elftal en de scheidsrechter het veld oplopen en zelfs de aftrap nemen.

Na afloop is er wat lekkers en krijg je een mooie bal mee naar huis. Een ervaring om nooit te vergeten!

## Meidenvoetbal

Voetbal is er voor jongens en meisjes. In veel pupillen teams is er een mix van jongens en meisjes. En wat leuk dat we samen met Kuinre weer een meidenteam junioren op de velden hebben! Iedere maandag en woensdag wordt er getraind.





# GYM



**s.v. TONEGO**

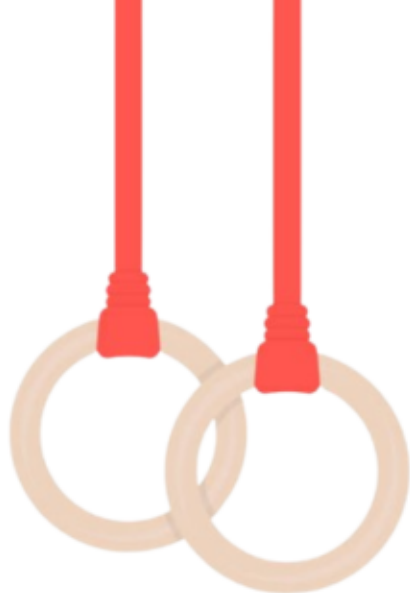
jaassen-fritsen

## Samen sterk voor gym sv Tonego

Binnen de afdeling Gym van S.V. Tonego werken we met een enthousiast team van vrijwilligers die zich met hart en ziel inzetten voor onze leden. Twee van die gezichten zijn Liejanne Nijmeijer, voorzitter van de afdeling gym, en Monique Blauw, bestuurslid. Samen zorgen ze ervoor dat de gym binnen Tonego blijft groeien en bloeien – met plezier, betrokkenheid en een flinke dosis dorpsgezelligheid.

Liejanne: "Tonego is voor mij meer dan alleen een vereniging – het is een plek waar sport, plezier en betrokkenheid samenkomen. Als voorzitter mag ik daar een bijdrage aan leveren, samen met alle leden, trainers en vrijwilligers die zich elke week inzetten om onze club levendig en sterk te houden.

Tonego speelt ook binnen ons gezin een grote rol. Mijn man Steven voetbalt bij Tonego en staat daarnaast als trainer op het veld. Onze zoon speelt in de JO-8 en onze dochter gymt enthousiast bij de jeugd. Het is mooi om te zien hoe iedereen op zijn eigen manier onderdeel is van dezelfde vereniging. Juist dat maakt Tonego bijzonder: er is ruimte voor prestatie, maar ook voor plezier en verbinding. Van de jongste gymmers tot de senioren op woensdagochtend – iedereen hoort erbij en draagt bij aan de sfeer waar onze club zo om bekendstaat."



Monique: "Ik ben 42 lentes jong, getrouwd met Vincent en moeder van drie kinderen. De jongens voetballen bij S.V. Tonego en onze jongste gymt elke woensdag bij juf Fenna. Zelf voetballen we ook: Vincent bij de Heren 35+ en ik bij de Dames 30+. Heerlijk om actief bezig te zijn – en de derde helft is altijd minstens zo gezellig

Daarnaast coacht Vincent al een aantal jaren de teams van onze jongens en ondersteun ik Liejanne bij de werkzaamheden voor de gym. Zo kunnen we onze betrokkenheid laten zien én plezier beleven aan de sporten van onze kinderen. De gezelligheid en saamhorigheid in het dorp zijn geweldig – daar wil ik niet meer zonder."

Samen zetten Liejanne en Monique zich in om de gymafdeling een plek te laten zijn waar iedereen zich thuis voelt. Of je nu net begint of al jaren lid bent: bij Tonego draait het om plezier, ontwikkeling en samen sporten.



### Voor iedereen!

*En mocht je vragen of ideeën hebben over de gym? Trek ons gerust even aan ons jasje – we denken graag met je mee!*

*Enthousiast geworden? Ga gerust een keer naar een proefles in de sportzaal*

*Jeugdgymp wordt gegeven op woensdagmiddag*

*Groep 3-6 jaar is van 15:00 - 15:45*

*Groep 7-10 jaar is van 15:45 - 16:45*

*Pilates Elke maandagavond gegeven van 19:00 - 20:00 uur*

*Senioren gym Elke woensdagochtend van 09:30 tot 10:30*

## In gesprek met...

# Fenna van Munsteren

## Beweegdocent

**Wie ben je? En wat doe je allemaal in het dagelijks leven**

Ik ben Fenna van Munsteren en ik geef op de woensdagmiddag gymles aan de jeugd van Luttelgeest! In het dagelijks leven ben ik te vinden op mijn eigen hondenschool Hond & Fit. Waar ik mens en hond in beweging breng!

**Wat vind je het mooiste aan lesgeven in een dorp als Luttelgeest?**

Het mooiste aan lesgeven in een dorp is de ons kent ons mentaliteit en dat zorgt voor saamhorigheid. Hierdoor merk ik ook dat ouders erg betrokken zijn en graag hun steentje bijdragen als dat nodig is. Je merkt ook dat veel kinderen elkaar kennen, dus dat er altijd wel een vriendje of vriendinnetje is en dat maakt sporten ook leuk! En het kan er ook voor zorgen dat de drempel om voor een sport te kiezen lager ligt, omdat er altijd wel iemand is die je kent.

**Hoe ben je ooit begonnen als beweegdocent, en wat maakte dat je dacht: dit is echt mijn ding?**

Ik heb de HBO-opleiding Sportkunde gedaan en hier heb ik al veel kennis opgedaan over het organiseren van sportlessen. Zelf doe ik aan turnen en bij mijn vereniging heb ik geregeld gym- en turnlessen verzorgd en diploma's gehaald om verantwoord les te kunnen geven. Toen ik benaderd werd om hier in Luttelgeest les te geven, heb ik hier niet aan getwijfeld en vind het nog steeds ontzettend leuk om te doen!

**Welke oefening of activiteit zorgt elke week weer voor lachmomenten in de zaal?**

Bij beide groepen is dat vaak de warming-up! Bij de jongere groep mogen de kinderen allemaal door de zaal heen rennen en verzin ik verschillende opdrachten tussendoor, zoals kan je rennen terwijl je handen mee zwaaien? Of kan je rennen met je handen op je billen? Hoe gekker, hoe leuker de kinderen het vinden! Bij de oudere groep is dat vaak het spelletje kat en muis. Dit is een tikspelletje waarbij de muizen een staart (lintje) hebben en de katten moeten deze staarten afpakken. De eerst vraag van deze groep is vaak of we dit spelletje

kunnen doen, en als ik dan zeg dat dat kan, dan klinkt er een hoop gejuich!

**Wat vind je belangrijker: techniek of plezier – en waarom?**

Plezier staat altijd voorop! Als je plezier beleeft aan iets wat je doet, dan komt de techniek vanzelf!

**Wat zou je tegen iemand zeggen die erover nadenkt om zijn kind op de gym te doen?**

Zeker doen! Gym is een hele mooie sport om jonge kinderen spelenderwijs verschillende vaardigheden te leren, zelfvertrouwen te geven en hun lijf te ontdekken! Kinderen zijn al welkom vanaf 3 jaar!

**Tonego draait natuurlijk op vrijwilligers en dorpskracht. Wat betekent die verbinding voor jou?**

Deze verbinding is voor mij heel belangrijk! De gymgroepen worden steeds groter, waardoor ik geregeld extra handen nodig heb, de ouders staan hier allemaal voor open en daar ben ik dan ook ontzettend blij mee! Want zonder hun hulp, zouden de groepen niet verder kunnen groeien.

**Heb je een mooi of grappig moment uit de les dat je nooit vergeet?**

Er zijn genoeg mooie en grappige momenten uit de lessen, maar het mooiste vind ik als kinderen naar mij toe komen om te vertellen dat ze thuis iets nieuws geoefend hebben en dat graag willen laten zien!

**En tot slot: wat hoop je dat deelnemers meenemen als ze de zaal uitlopen?**

Aan het eind van de les hoop ik dat de kinderen met een grote glimlach en vol verhalen naar huis gaan om die thuis te kunnen vertellen. Als dat lukt, is het weer een geslaagde les geweest!





# In gesprek met...

# Hetty Bergema

## Pilates en senioren gym-docent

**Wie ben je? En wat doe je allemaal in het dagelijks leven?**

Ik ben Hetty Bergema, 54 jaar woon in Scherpenzeel. Ik ben al meer dan 15 jaar pilates docent en geef verder les in senioren gym, stoel gym, spel, circuit e.d. Verder ben ik moeder van 2 prachtige toppers van inmiddels volwassen kinderen.

**Wat vind je het mooiste aan lesgeven in een dorp als Luttelgeest?**

Aan verschillende mensen mannen en vrouwen les geven, ze in beweging krijgen op hun eigen tempo en manier. Voor de sociale contacten en met humor de kracht en souplesse bijbrengen. Het zijn 2 gezellige groepen waar ik aan les geef.

**Hoe ben je ooit begonnen als beweegdocent, en wat maakte dat je dacht: dit is echt mijn ding?**

Door een vriendin die zelf ook les geeft meegetrokken de sportschool in en het verenigingsleven ben ik de cursus gaan doen als pilates docente. Het in beweging krijgen van mensen ieder op zijn eigen manier in de groep is mooi.

**Welke oefening of activiteit zorgt elke week weer voor lachmomenten in de zaal?**

Als je met humor de oefening fout of overdreven voor doet met fantasie en grapjes tussendoor.

**Wat vind je belangrijker: techniek of plezier – en waarom?**

Beide is belangrijk, we trainen het hele lichaam daar horen de lachspieren ook bij. Zonder die kun je niet compleet ontspannen in een oefening. Daarbij de techniek hoe voer je een oefening uit, waar is het voor, wat voel je. Belangrijk is om zonder blessures de zaal te verlaten.

**Wat zou je tegen iemand zeggen die al jaren roept "ik moet echt weer eens gaan sporten"?**

DOEN, maar op je eigen tempo, rust en beweging zijn de 2 belangrijkste dingen. Je neemt deel aan de groep met dezelfde oefeningen of optie die ik geef en die voer je uit op je eigen tempo/niveau.

**Tonego draait natuurlijk op vrijwilligers en dorpskracht. Wat betekent die verbinding voor jou?**

Ontmoeten van verschillende mensen de sociale contacten. Van ieder mens kun je weer leren. Ik heb hele leuke lieve groepen waar ik aan les geef.

**Heb je een mooi of grappig moment uit de les dat je nooit vergeet?**

Mooi moment is dat ieder lid 1 bloem uit eigen tuin had geplukt en er zo een fantastisch boeket was ontstaan. De knapzak ook een vermelding waard en natuurlijk ook die kleinere dingen. Ik doe het vooral voor de glimlach op ieders gezicht, de leden die elke keer weer komen. Het mooie zijn ook de grote groepen (nooit te groot, kan altijd meer bij)

**En tot slot: wat hoop je dat deelnemers meenemen als ze de zaal uitlopen?**

Een goed gevoel dat ze fijn hebben gesport en dat ze plezier hebben gehad en zonder ongemak de zaal uitlopen.



# Tennis



# In gesprek met...

# Elle Timmermans

## Jeugdlid tennis

Vrijdagmiddag, kwart voor 3. Terwijl veel kinderen nog hun schooltas leegmaken, staat Elle (9) al op de tennisbaan. Ze volgt al twee jaar tennisles bij juf Janka en heeft het enorm naar haar zin.

### Wat vind je zo leuk aan tennis?

Dat ik steeds beter word! We leren van alles: hoe je de bal goed moet slaan, serveren en punten tellen. En het is ook gewoon gezellig, want ik tennis met vriendinnen.

### Je doet ook mee aan toernooien, toch?

Ja! Ik heb al een paar keer meegedaan aan een toernooitje in Emmeloord. Dat is spannend, maar ook heel leuk. Je speelt tegen kinderen van andere clubs en leert er veel van.

### En hoe is juf Janka als tennisjuf?

Heel leuk! Ze legt goed uit en ze maakt de lessen gezellig. Soms doen we ook leuke spelletjes tussendoor.

### Ga je volgend seizoen weer tennissen?

Ja zeker! In het voorjaar begin ik weer met lessen. Ik hoop dat er ook bij Tonego een toernooi voor kinderen komt, en dat dan veel andere kinderen meedoen! Elle haar enthousiasme laat goed zien wat tennis bij Tonego zo bijzonder maakt: samen leren, plezier maken en sporten met een glimlach.



Elle bij een jeugdtoernooi in Emmeloord



## Tennis Tonego: voor jong en oud en alles daartussen!

Het gaat goed met de tennisafdeling van Tonego! De afgelopen jaren is het ledenaantal flink gegroeid. Waar de banen vroeger vooral op vaste momenten gevuld waren, is er nu op elk tijdstip leven in de brouwerij. Jong, oud, beginnend of gevorderd – iedereen weet de weg naar de tennisbanen aan de Sportstraat te vinden.

Wat deze groei zo bijzonder maakt, is de grote verscheidenheid aan leeftijden. Van jeugdleden die vol enthousiasme hun eerste slagen oefenen tot senioren die elkaar al jaren op de baan treffen: tennis bij Tonego verbindt generaties. De sfeer is gemoedelijk en uitnodigend; fanatieke spelers en recreanten staan hier gewoon naast elkaar te lachen tussen de rally's door.

Een belangrijke spil in die groei is juf Janka Duursma, die al jaren de tennislessen verzorgt. Haar lessen zitten stevast vol, bij de volwassenen én bij de jeugd. Met haar aanstekelijke energie weet ze iedereen op zijn of haar niveau te laten groeien. Niet gek dus dat er afgelopen jaar maar liefst ruim zestig spelers meededen aan de lessen, verdeeld over kinderen en volwassenen.

Door het jaar heen bruist de tennisafdeling van de activiteiten. Het seizoen wordt feestelijk geopend met een openingstoernooi in april, en afgesloten met een gezelligheidstoernooi in oktober. De clubkampioenschappen zorgen voor sportieve spanning, en het populaire Zamibo-toernooi (Zaterdagmiddagborrel) combineert tennis met een flinke dosis gezelligheid.

De vereniging blijft bovendien investeren in haar faciliteiten. De banen liggen er strak bij en de tennismuur kreeg recent zelfs een opknopbeurt met een vrolijke muurschildering. De kantine bij de banen – vormt het hart van de vereniging: een plek waar koffie, verhalen en tennispret samenkomen.

Dat Tonego blijft groeien is dus niet zo vreemd. De combinatie van leuke lessen, een goede sfeer en een mooie accommodatie maakt het tennissen hier aantrekkelijk voor iedereen. En juist dat maakt Tonego bijzonder: het is een club waar plezier vooropstaat.

# Meedoen met tennis bij Tonego?

De tennisafdeling van Tonego verwelkomt nieuwe leden het hele jaar door. Of je nu voor het eerst een racket vasthoudt of juist je oude hobby weer wilt oppakken: iedereen is welkom.

Tennislessen worden gegeven door juf Janka Duursma, in groepjes van verschillende leeftijden en niveaus.

Speelmomenten zijn er volop, van de toosavond op dinsdag tot toernooitjes en vrije inloop.

Lid worden kan eenvoudig via [tonego.nl](http://tonego.nl)

De banen liggen aan de Sportstraat in Luttelgeest.

Kom gerust eens kijken of een keer meespelen. De sfeer is open en ontspannen, precies zoals tennis bij Tonego bedoeld is!



# Volleybal





## Over de volleybaltrainer: Jarco Blaauw

Ik ben Jarco Blaauw, 44 jaar en woon sinds 2005 in Luttelgeest. Ik woon samen met mijn vrouw en twee kinderen, hond en 5 kippen. Ik volleybal vanaf mijn 13de en sinds ongeveer 2005 speel ik in Emmeloord.

### Hoe zou je de volleybal omschrijven?

Tonego volleybal is een club die aan het groeien is. Volleybal is een teamsport en het team is belangrijk binnen Tonego volleybal. Binnen het team hebben wij geen zwakke spelers, iedereen is gelijk en doet zijn bijdrage. Bij Tonego staat plezier voorop. Naast plezier wordt er serieus getraind en is de doelstelling beter en sterker worden als team en individu.

Bij Tonego volleybal trainen we de jongste jeugd tot volwassenen. We hebben op dit moment ongeveer 26 jeugdspelers en 1 dames seniorenteam. Het leukste van de jeugd trainen is de leergierigheid waarmee ze de training in gaan. Het enthousiasme waarmee ze het spelletje onder de knie willen krijgen is fantastisch. Elke training wordt door mij zorgvuldig voorbereid en elke training heeft een doel. Dit doel kan zijn serveren, passen of teamtraining. Om het uitdagend te houden doe ik veel gevarieerde oefeningen.

Bij de senioren hebben we 1 damesteam, het team speelt al geruime tijd samen. Om het uitdagend te houden doe ik veel verschillende oefeningen tijdens de trainingen. De oefeningen zijn bedoeld om zowel individueel en als team technisch sterker te worden. Aan de inzet van de dames zal het niet liggen, elke training zetten ze zich voor 110 procent in. Door de variatie van de oefeningen blijft het uitdagend. Door de inzet van de dames en hun winnaars mentaliteit willen ze voor elkaar werken en elke bal scooren. Het leukste tijdens de training vindt ik chaos creëren. Dit kan op verschillende manieren, de eerste 5 minuten van zo'n oefening is hilarisch en wordt er veel gelachen.

### Ben jij een volleyballer of wil je het een keer proberen?

Je niveau maakt niet uit, op de trainingsavond ben je fysiek bezig maar staat plezier voorop. Twijfel je aan het twijfelen, trek je stoute sportschoenen aan en kom langs.

# In gesprek met...

# Elise, Emi en Kiki

## Volleystars spelers

Voor de drie meiden in dit interview – Elise, Emi en Kiki – is het plezier in het team het belangrijkste. Elise: “We lachen veel met elkaar.” Emi: “Je kan samen grapjes maken en ook goed samenwerken.” Kiki: “Ik vind het fijn dat het een teamsport is en dat je het met vriendinnen doet.”

Ook hebben ze allemaal een favoriete beweging. Elise en Emi vinden opslaan het leukst, terwijl Kiki juist graag duikt om haar kniebeschermers goed te gebruiken.

De training is één keer per week, altijd op woensdag. Dan staat trainer Annemarijn Schlepers voor de groep. Zij zorgt elke week weer voor leuke en leerzame oefeningen, zodat de meiden steeds beter worden. Maar vaak oefenen de meiden thuis ook nog. Emi bijvoorbeeld met haar vader, en Kiki oefende in de vakantie veel in de tuin.

Er zijn veel leuke dingen gebeurd tijdens de volleybal. Elise is het meest trots op de keer dat ze een keer een wedstrijd wonnen en een medaille kregen. Emi en Kiki herinneren zich een wedstrijd waar een meisje heel serieus riep: “Handen klaar, vangen maar!” Dat klinkt misschien grappig, maar het hoort echt bij volleybal: altijd goed klaarstaan om de bal te spelen.

Samen trainen, samen lachen en elke keer een beetje beter worden – zo beleven deze acht meiden hun eerste seizoen als Volleystars bij Tonego.



# In gesprek met...

# Leonie Everts

## Speelster Dames 1

**Kun je jezelf kort voorstellen en vertellen hoe lang je al bij deze vereniging speelt?**

Ik ben Leonie Everts, 36 jaar. Ben op mijn vijfde begonnen met volleyballen in Marknesse. Door een enkelblessure helaas een paar jaar niet kunnen volleyballen, maar sinds 1,5 jaar weer lekker in het veld bij Tonego!

**Wat betekent volleybal voor jou, zowel op als naast het veld?**

Het in 'mijn' sport zeg ik wel eens gekscherend. Ik vind volleybal door het spel dynamiek een verrassend en mooi spel om zelf te spelen én naar te kijken. De sport waar ik heel blij en enthousiast van wordt en met veel fanatisme speel.

**Wat vind je het leukst aan spelen in Dames 1?**

Het team is echt heel leuk! We zijn allemaal fanatieke vrouwen die in mijn ogen nog steeds groeien in hun kwaliteiten. Het is daarnaast een cadeau om Jarko als trainer te hebben! Jarko zijn trainingen zijn leuk, leerzaam en hierdoor worden wij echt betere speelsters en ook een beter team.

**Hoe zou je de sfeer en teamspirit binnen het team opschrijven?**

De sfeer is goed en gezellig! Er wordt goed getraind en wij gaan allemaal altijd voor het hoogst haalbare. Er wordt gebaald als er verloren wordt, wat onder andere het fanatisme aan geeft. Er wordt in en buiten het veld met elkaar gelachen maar wij weten ook te knallen als het moet. Als klap op de vuurpijl zijn de teamuitjes altijd top voor elkaar met natuurlijk een spelelement erin en een klein borreltje.

**Kun je een bijzonder moment of overwinning van het team delen?**

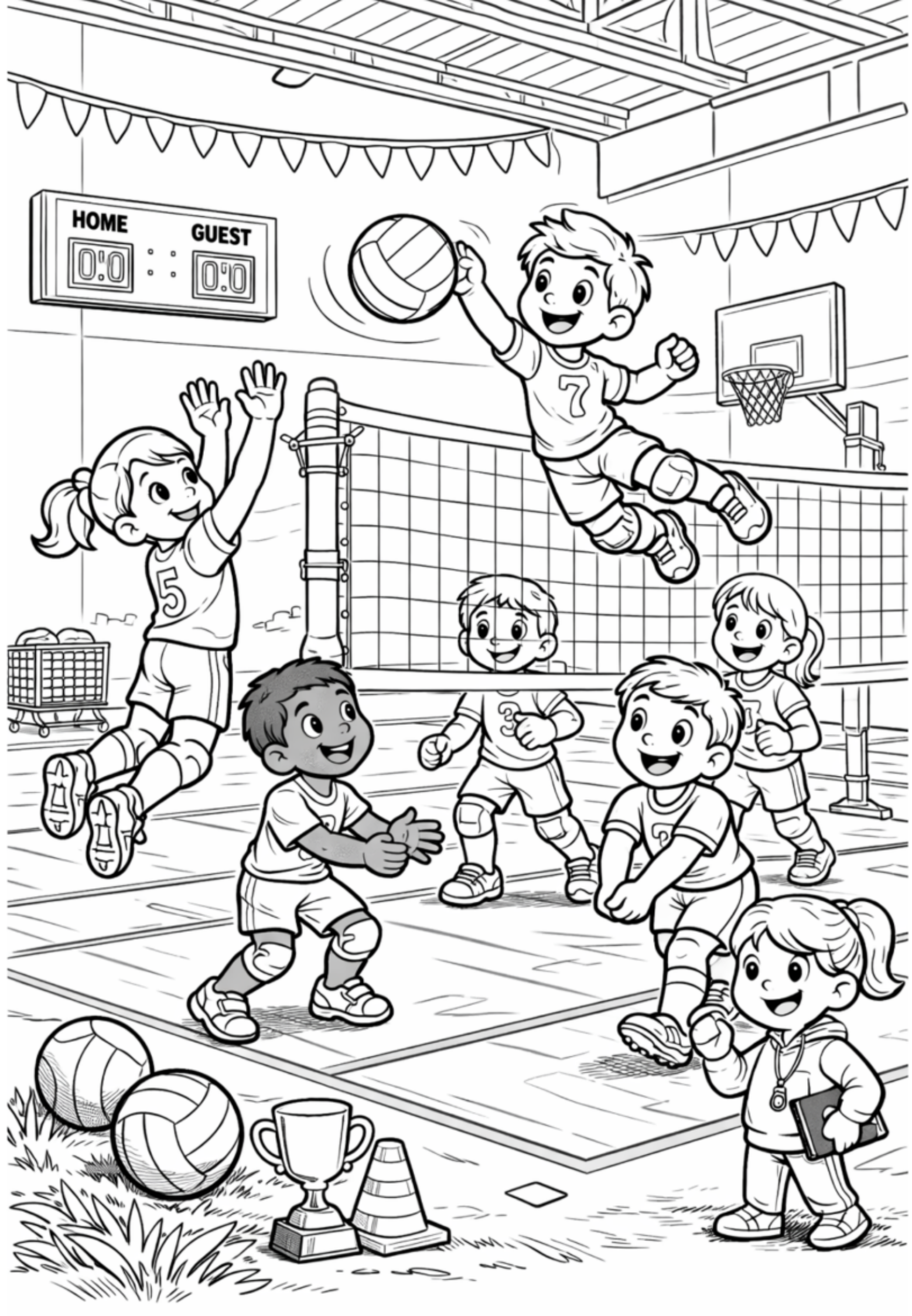
Vorig jaar scheurde een van ons haar achillespees en hadden wij de keuze de tegenstanders te laten winnen of met 5 vrouwen verder. Wij kozen voor dat laatste, we zijn echt met 120% voor elke bal gegaan wat resulteerde in winst voor ons! Trots!

**Welke tip zou je geven aan meiden die willen starten met volleybal of dromen van spelen bij Dames 1?**

Vind je het leuk om in een team te spelen? Ben je niet bang voor de bal en ga je voor 120% voor elke bal! Kom dan gezellig volleyballen. Kijk gerust een keer een wedstrijd in de sporthal of op tv. Word je er net zo blij van als ik, niet twijfelen maar opgeven!



Trainer Jarko Blaauw en Leonie Everts



# Samen de schouders eronder

Ik ben trots op onze vereniging s.v. Tonego. Een omnivereniging met 4 afdelingen is uniek in de Noordoostpolder. Andere dorpen zijn soms jaloers op de veelzijdigheid van Tonego. In Luttelgeest is veel saamhorigheid en iedereen is even belangrijk. Woon je binnen of buiten het dorp, iedereen is welkom om te sporten of op zaterdagmiddag om een drankje te komen drinken in de sportkantine.. Met de vele vrijwilligers zetten we elke week weer de schouders eronder om de vereniging levendig te houden.

Als ik terugkijk op afgelopen jaren dan is er door bestuursleden en vrijwilligers weer veel werk verzet. De voetbalvelden liggen er mooi en netjes bij, de tennisbanen zijn goed onderhouden. Met de nieuwe LED verlichting op het trainingsveld en de tennisbanen kunnen we weer jaren voorruit. De sportkantine is verduurzaamd met zonnepanelen en heatpipes.

Onlangs zijn de statuten aangepast en akkoord bevonden. Dit was een tijdrovende klus die enkele jaren in beslag nam. Met aanleg van kunstgras in het vooruitzicht dient zicht al weer een volgende grote verandering aan. We zijn financieel een gezonde vereniging en dankzij onze vele sponsors kunnen we tarieven betaalbaar houden voor onze leden.

In 2024 bestond de vereniging 70 jaar een mooie mijlpaal. Dit is uitgebreid gevierd met spellen en een slotfeest. Bij Tonego voelt iedereen zich al gauw thuis. Jong of oud, iedereen vindt zijn weg bij de vereniging. Ik hoop dat ik jullie na het lezen van dit magazine mag begroeten bij Tonego. Samen maken we er een feestje van.

**Chris van Vilsteren**

**Voorzitter hoofdbestuur**

