

Nuusbrief 11



SKITTERSEISOEN VIR HELPIE-ATLETE

Helpmekaar het tot dusver 'n besondere suksesvolle atletiekseisoen.

28 van ons atlete is deel van die Gautengspan wat al vanaf gister deelneem aan die SA-skolekampioenskappe:

- o.19 MARIZENNE JONKER
- o.19 JAYDE ROSSLEE
- o.19 CELIA JANSE VAN RENSBURG
- o.19 JEANDRÉ KITCHING
- o.19 SUE-CAYILIN KORKIE
- o.19 CONNOR ANNANDALE
- o.19 TENIKA SMITH
- o.17 ARMAND VAN DER WALT
- o.19 CARLA VENTER
- o.17 ZANDER VAN DER LITH
- o.17 MIGNONNE DE BEER
- o.17 JADEN DE WET
- o.17 ZANIQUE SWANEOEL
- o.17 DEWALD RAUTENBACH
- o.17 JANÉ MULDER
- o.15 ROHAN RAUTENBACH
- o.17 NICOLE ALBERTS
- o.15 LEENDERT KOEKEMOER
- o.17 ANDREA LAUBSER
- o.15 JAN-HENDRIK HEYMANS
- o.15 KIERA PIENAAR
- o.15 AMAE DE KLERK
- o.15 CHEMENÉ MENTZ
- o.15 KEIRA FOUCHÉ
- o.15 CESSANDRA RAATH
- o.15 GISELLE MARITZ HS
- o.17 SUENÉ STEENKAMP
- o.19 CARA BRONKHORST

Die Helpies het al reeds 'n hele paar medaljes by hierdie byeenkoms ingepalm.

GOUD

Mignonne de Beer: 100 m hekkies én verspring

Zanique Swanepoel: 100 m

Armand van der Walt: 100 m

Marizenne Jonker: 400 m én 800 m

Carla Venter: Spiesgooi

SILWER

Leendert Koekemoer: 400 m

Zander van der Lith: 400 m

Cassandra Raath: 90 m hekkies

Rohan Rautenbach: hoogspring

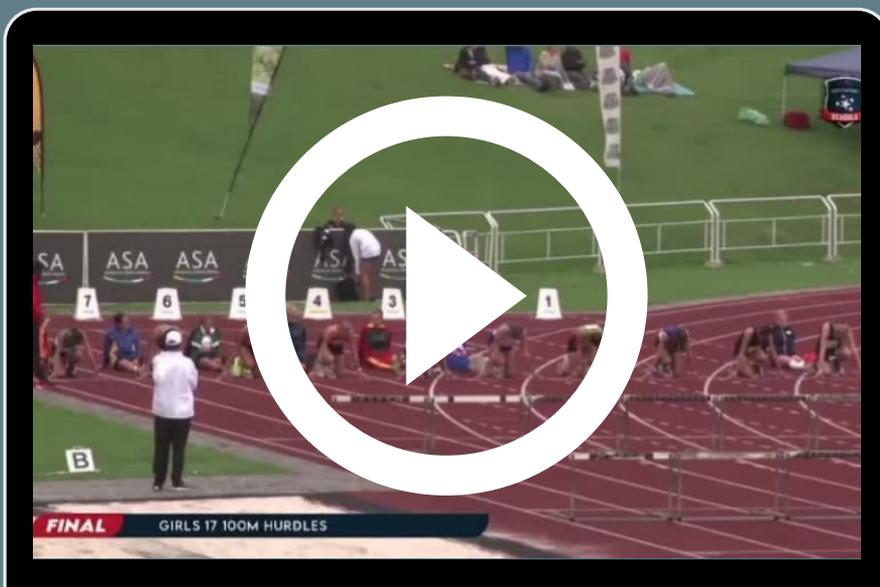
Sue-Cayilen Korkie: 1500m

BRONS

Jaden de Wet: 800m

Cassandra Raath: 300m hekkies

Chemené Mentz: 800 m



*Kyk gerus na
Mignonne de
Beer se goue
100m-
hekkieswedloop
by SA's*



Ricchard swem sy pad oop na SA's

Baie geluk aan Ricchard Meyer (Gr. 9) wat gekies is om Helpmekaar te verteenwoordig by die *South African Schools Championships* van 25-28 Maart



Mia durf die oop waters aan

Mia Langenhoven (Gr. 12) het verlede naweek aan die jaarlikse *Suid-Afrikaanse National Open Water Championships* in Jeffreysbaai deelgeneem. Sy het Sentraal-Gauteng verteenwoordig in die 3km-resies en het die ope water-seisoen met 'n persoonlike beste tyd afgesluit!

Sy het die 3km geswem in 'n tyd van 45 minute en 47 sekondes.

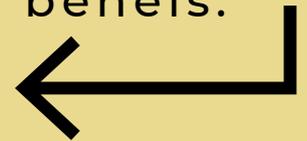


Wian klim die leer van sukses

Wian Badenhorst (Gr. 12) het op 13 Maart deelgeneem aan *Speed Climbing* by CityROCK. Hy het 'n tweede plek behaal in 'n tyd van 9,08 sekondes en is gekies om te gaan deelneem aan die *2022 SANCF Youth National and Selections Event* in Kaapstad op 26 en 27 Maart.



Kyk gerus na dié video indien u wil sien wat hierdie sport behels.



Gimnas van formaat



Baie geluk aan Karma Visagie (Gr.9) wat gekies is om Suid-Afrika te verteenwoordig by die 16de Afrika-Gimnastiek-kampioenskappe in Egipte, vanaf 12 - 15 Mei.

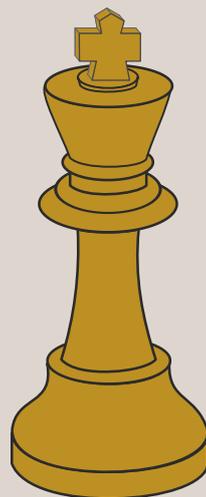
Zander Neethling (Gr. 9) en Melissa van Niekerk (Gr.11) het Saterdag 12 Maart aan die *Central Gauteng Athletics-kampioenskappe* deelgeneem. Zander het 'n eerste plek in die 1500 m verwerf en Melissa 'n tweede plek in die 10 km-padwedloop.

C G A



Saterdag het ses Helpies aan JNW se individuele toernooi by Trinityhouse Little Falls deelgeneem. Nathan Barnard, Kayla Butler, Elsje Calitz en Wian Britz neem deel in die *Contenders*-afdeling en Aydan Strydom en Evan Horn speel in die *Challengers*-afdeling.

Nathan Barnard (gr.10) eindig derde en Kayla Butler (Gr.11) stap weg as die beste dame van die dag in die *Contenders*-afdeling.





Tennisseuns

Ons is trots op die Roland Garros-span wat die afgelope week geseëvier het teen Fourways High School met 'n telling van 67 - 32.

Skaak *Grandmaster*, Nigel Short, wat al sy *General Master*-titel op 19 verwerf het en derde in die wêreld gelys was van Julie 1988 tot Julie 1989, toer tans in Suid-Afrika.

Edward Potgieter (Gr.8) en Ayden Strydom (Gr. 9) het die geleentheid aangegryp om teen hom te speel.



Helpie-stoeiers presteer

Drie Helpie-stoeiers het die afgelope naweek deelgeneem in Middelburg aan die nasionale proewe vir die Afrika-kampioenskappe.

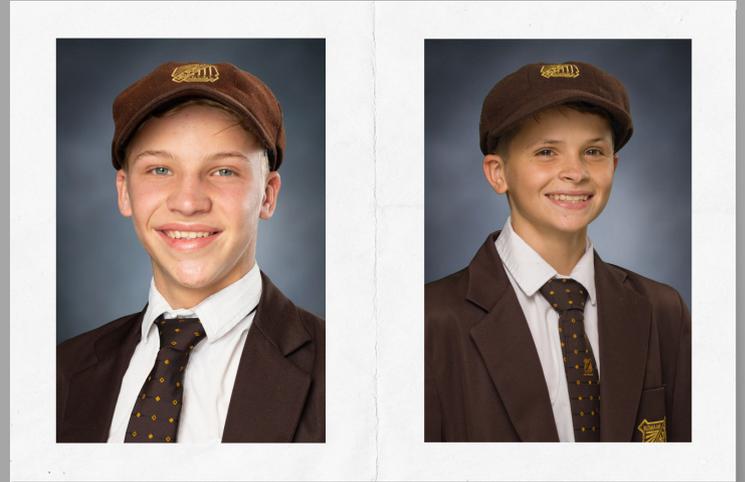
Terence

Esterhuizen (gr. 10)

en sy boetie

Johny Esterhuizen

(gr.9) het albei 'n eerste plek behaal in die Grieks-Romeins-afdeling.



Jesse van Baalen het in al drie style waarin hy deelgeneem het, 'n eerste plek verower:
o.17 Grieks-Romeins
o.20 Grieks-Romeins
o.20 Vrystyl

The Grade 11 prepared team participated at St. Theresa's and was awarded an A.

Jané Kloppers

Tamni Labuschaigne

Lafras Beukes

Joshua Strydom

SPEECH GUILD





Skyfskiet het goeie liga-afskop

Verlede naweek het die Helpie-skuts aan die eerste liga-kompetisie by Florida-skietklub deelgeneem.

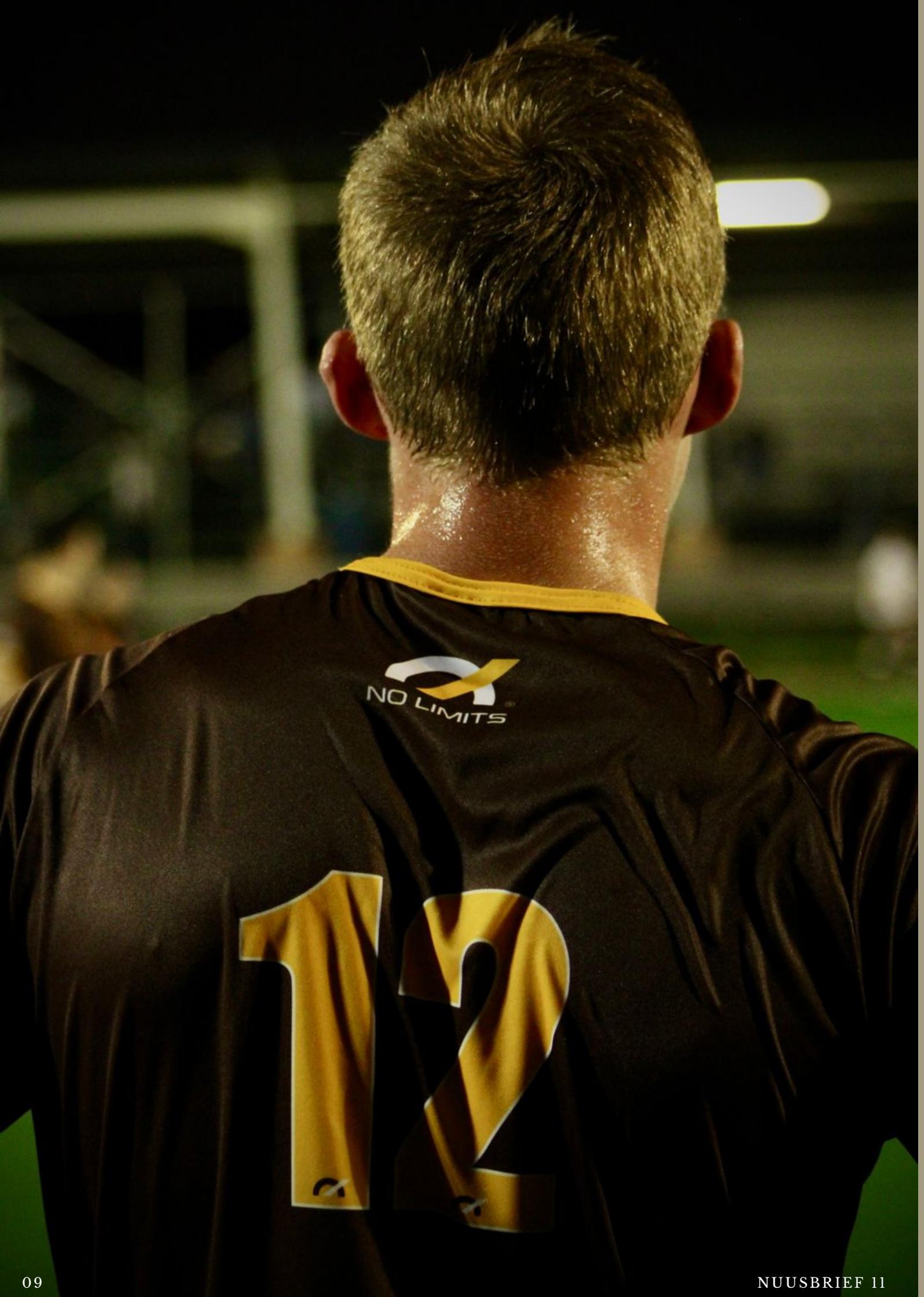
Wessel Kuhn (Gr.10) het sy persoonlike beste telling geskiet en sodoende bo-aan die o.16-ranglys geëindig.

Sophia Stegmann (Gr.10) en Talia van Niekerk (Gr.10) het beide ook hul persoonlike beste geskiet en is sover onder die Top 15 skuts in hul ouderdomsgroep.

Nell Stegmann (Gr.8) lê tweede in die o.14-ouderdomsgroep, met Liam Harbron (Gr.8) nog sterk binne die Top 10-grense.

Roeloff le Roux (Gr.11) het met die afgelope liga-wedstryd eerste in die Presisie-afdeling geëindig en is ook na die Gauteng-proewe genooi.

Ons is trots op die Helpie-skuts en sien uit na die Egoli-Ope wat aan die einde van April plaasvind.




NO LIMITS

12

Hokkie smaak oorwinning

Op 14 Maart het van ons seunspanne kragte gemeet teen Hoërskool Linden en nie een wedstyd verloor nie:

- o.14's wen 1 - 0
- o.16A gelykop 0 - 0
- o.16B gelykop 0 - 0
- Tweedes wen 6 - 2
- Eerstes wen 4 - 1



Die volgende dag, op 15 Maart, het die meisiespanne teen St. Andrew's gespeel en ook baie goed gevaar deur die meerderheid van hul wedstryde te wen:

- o.14A gelykop 0 - 0
- o.14B gelykop 0 - 0
- o.15A wen 4 - 0
- o.15B verloor 1 - 3
- o.16A wen 7 - 0
- Tweedes wen 4 - 0
- Eerstes verloor 1 - 3



Baanbrekers teen Beaulieu



Baie geluk aan die muurbalmeisies wat puik presteer het teen Beaulieu:

o.16 wen 14 - 1

Tweedspan wen 14 - 0

'n Paar kiekies van die rugbynaweek @ Michaelhouse





ONNIES LEER MEER

Op 11 en 12 Maart bied die alombekende Nico Scheepers, in samewerking met Aardklop Pronk Podium, 'n Skryf- & Regiekursus te Hoërskool Noordheuwel aan.

Vrydag (11 Maart) het afgeskop met 'n unieke "kenmekaar" en 'n middag propvol skryfwenke, - tegnieke en vindingryke metodes om ieder en elk te help om weer die pret in die pen te sit! Mieke Kilian (Gr.11) en Emily de Beer (Gr.10) het saam met juffrou Talitha en meneer Wikus die skryfgedeelte aangepak.

Saterdag (12 Maart) het 'n groter groep, onder andere juffrouens Linda en Talitha en menere Eghard, Werner, Wikus en Louis, aangesluit vir die regisseursafdeling, waar karakterisering en ontwerp, tekskeuse en ook begrotingbestuur bespreek is.

Om dus hierdie twee dae op te som: uiters leersaam en innoverend! Wat 'n voorreg om by die skrywer en regisseur van "Nêrens, Noord-Kaap" te mag leer.

Goed, Beter, Nico!

Wat gemaak as my kind klastyd mis a.g.v. ander verpligtinge in die volgende paar dae?

Alle werk wat tans in die klasse behandel word, veral met die oog op die naderende eksamen, sal op e-skool beskikbaar wees.

Gaan sit saam met u kind en maak seker dat hy/sy wel die werk wat gemis is, op e-skool kry en dit aflaai en/of deurgaan.



HELPMEEKAAR KOLLEGE

M O D E P A R A D E

2 0 2 2

13 & 14 MEI 2022

18H30 R 650_{pp}

K A A R T J I E V E R K O P E

4 MEI 2022 08H00

P R Y S V I R B E S G E K L E D E G A S
E L E G A N T : O N D E R D I E A F R I K A - S O N

