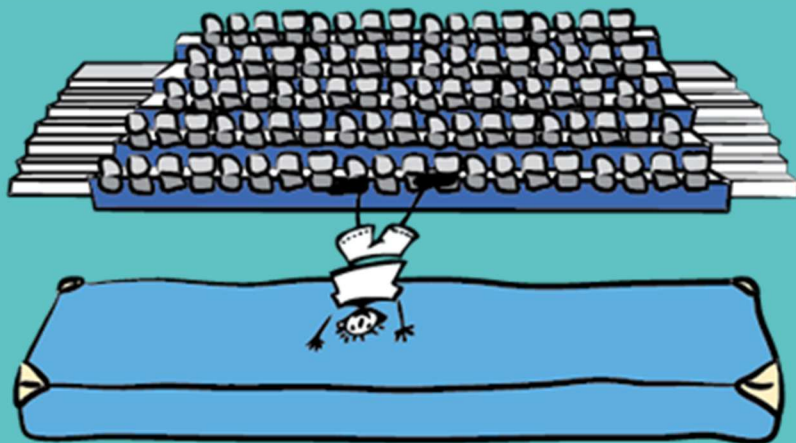


Tot in de les !!!



infobrochure
2015 - 2016

Ook afdeling in Verrebroek!

GYMNO
Vzw Kieldrecht

ONS AANBOD

OUDER-PEUTERGYM **KLEUTERGYM** *KLEUTERDANS*

DANCE KIDS **RECREAGYM** **AIRTRACK**

GROEPSACRO FATBURNING STEP

ACRO-recreawedstrijd ZUMBA

ZUMBA KIDS TUMBLING A-B-C-I niveau

PRAKTISCHE INFO

alle info op: www.gymnokieldrecht.be

De trainingen starten op maandag 07 september 2015 en eindigen op zaterdag 11 juni 2016

september = gratis proeflesmaand

Uitgezonderd : keurgroep tumbling en acro, enkel deelname na selectie!!

Inlichtingen :

Voorzitter – Nicole de Bock – 0499416244

Secretaris – Paul De Paepe – 03 773 55 91

Verantwoordelijke ledenadministratie – Marijke Kras - 0473434108

INSCHRIJVINGEN

Zaterdag 05 september

14.00 u – 17.00 u

Gymnoverwendag, sporthal Kiekeputte

Zaterdag 03 oktober

10.00 u – 12.00 u

OC "Ermenrike"

Molenstraat 30- Kieldrecht

Woensdag 07 oktober

15.00 u – 17.00 u

OC "Ermenrike"

Molenstraat 30- Kieldrecht

NA SCHOOL?

Verblijft uw kind in de naschoolse opvang, maar wil bij Gymno komen sporten, geef ons een seintje ! Uw kind wordt door ons opgehaald en ook weer teruggebracht. Gelieve dit wel te melden aan de begeleiders van de naschoolse opvang.

TOELAGEN

Verschillende mutualiteiten doen inspanningen om het sporten te promoten. Zij doen dat via een jaarlijkse tussenkomst in de lidgelden die je dient te betalen voor lidmaatschap bij een sport club. Ook de gemeente Sint-Gillis-Waas heeft een jaarlijkse premie voor haar inwoners beschikbaar indien je lid bent van een sportclub. Meer info bij je mutualiteit of bij de gemeente Sint-Gillis-Waas, of kijk even op het internet naar de respectievelijke websites. Gelieve uw aanvraagdocument te laten invullen tijdens inschrijvingsdagen of op Gymnoverwendag, nadat je zelf al zoveel mogelijk hebt ingevuld!

LIDGELDEN

Basislidgeld: € 50

2° lid uit hetzelfde gezin tot 12 jaar : €40

EXTRA LIDGELDEN

Per discipline

- + €30: recreagym (vanaf 2° kleuterklas tot en met middelbaar)
- +€ 30: airtrack op donderdag
- + €20: kleuterturnen (woensdag 1e kleuterklas of zaterdag in Verrebroek)
- + €30: kleuterdans (zaterdag)
- +€ 30: alle dansgroepen en zumba kids vanaf 1e lj. tot middelbaar
- + €35: groepsacro
- + €70: acro-recreawedstrijd
- + €60: fatburning step
- + €100: zumba op dinsdag (enkel tijdens de maand juli, géén les !)
- + €125: fatburning step en zumba
- + €20 per trainingsuur voor tumbling wedstrijdgyrnasten

Tijdens de inschrijvingsdagen ontvangt u **5 € korting** op het basislidgeld !!!!

Vb.: recreagym 1°- 2° lj.(1x) + dance kids + airtrack

€ 50 (basis) + € 30 + € 30+ € 30 - € 5 (indien betaald tijdens inschrijvingsdagen)

Ouder-peutergym =€70 1° inschrijving (voor peuter en begeleider) =€50 bij herinschrijving voor 2° reeks (basislidgeld inclusief, **€5 korting** tijdens inschrijvingsdagen)

1° reeks start op zaterdag 10 oktober tem zaterdag 19 december

2° reeks start op zaterdag 9 januari tem zaterdag 19 maart

NIEUW AANBOD

Ouder-peutergym geboortjaar 2012 en 2013:

2 reeksen van 10 lessen, start 10 oktober, gezellig samen sporten met je peuter.

kleutergym vanaf geboortjaar 2012:

De fysieke bewegingen zoals kruipen, grijpen, trappelen, lopen, draaien, gooien, enz. behoren tot de eerste ervaringen van kleuters. Deze bewegingsvormen worden in deze lessen gebruikt en verder ontwikkeld.

Kleuterdans:

Dans- en bewegingsexpressie vanaf de 2° kleuterklas.

Recreagym :

Hier zullen kinderen kennis maken met verschillende bewegingsvormen zoals klimmen, klauteren, lopen op een hindernissenparcours, kinderdans, rollen en bollen, basisgym, minitrampoline en nog veel meer.

Dance kids en Zumba kids:

Dansplezier op eigentijdse muziek, hip hop, videoclipdance enz.

Air track:

Acrobatische oefeningen op een springkussen, rad, rondat, overslag en salto's staan hier op het programma ... *deelname enkel mogelijk in combinatie met recreagym*

_keurgroepen - tumbling A-B-C-I en instap niveau:

Acrobatische tumblingreeksen op tumblingbaan + toestelturnen met als doel deelname aan wedstrijden op verschillende niveau's ... *deelname enkel mogelijk na selectie !!*

Groepsacro :

Acrobatische oefeningen met partner ... *deelname enkel mogelijk na selectie !!*

acro-recreawedstrijd :

Acrobatische oefeningen met partner, met als doel deelname aan wedstrijden.... *deelname enkel mogelijk na selectie !!*

Fitness :

Wekelijks één of twee uur, naar keuze :

op dinsdag: ZUMBA , afvallen op een leuke swingende manier.

op donderdag: Fatburning step, de ideale combinatie van een total work-out, bestaande uit een 30 min. cardio-training en een 30 min. spierversterkende oefeningen.

Dinsdag

| | |
|-----------------|----------------------|
| 17:30 - 19:00 | 3° & 4° lj Recreagym |
| 19.00u - 20.30u | 5° & 6° lj Recreagym |

Woensdag

| | |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 14:00u - 15:30u | Kleutergym voor tweede en derde kleuterklas |
| 15.30u - 16.30u | Nieuw I kleutergym voor 1ste kleuterklas (bij min .10 inschrijvingen) |
| 16.30u - 18.00u | 1° & 2° lj Recreagym |

Donderdag

| | |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 16.30u-18.00u | Air Track – 1° t/m 3° lj Enkel in combinatie met recreagym III |
| 18.00u-19.30u | Air Track – 4° t/m 6° lj + middelbaar Enkel in combinatie met recreagym III |
| 19.30u-20.30u | Fitness - Fatburning step |
| 20.30u-21.00u | Zwemmen – dames en heren + 18j |

Vrijdag

| | |
|---------------|------------------------------------------------------------|
| 17.30u-19.30u | Tumbling: pré-keur en C-niveau Deelname na selectie III |
| 19.00u-20.30u | Acro recreawedstrijd - Deelname na selectie III |
| 20.30u-22.00u | Jeugd vanaf 1°,2°,3° middelbaar – recreagym |
| 20.30u-22.00u | Jeugd vanaf 4° middelbaar – recreagym |

Zaterdag

| | |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 09:00u- 12:00 u | Tumbling: instapniveau, pré-keur en C-niveau Deelname na selectie III |
| Volgens kalender | Groepsacro - deelname na selectie, in combinatie met recreagym voor -16 jarigen!!! |

TURNKLEDIJ

Uniformen zijn verplicht voor alle gym- en dansgroepen.

Kleutergym, kleuterdans:

rood gymno t-shirt + zwart turnbroekje (vrij aan te kopen) of zwarte gym-nomaillot voor meisjes.

Recreagym:

meisjes, zwarte gymnomaillot (eventueel met bijpassend zwart shortje)/ jongens rode gymno t-shirt + zwart turnbroekje (vrij aan te kopen).

Dans vanaf 1^e lj:

blauwe gymno t-shirt of rode + zwarte dansbroek of zwarte short (vrij aan te kopen) of gymnomaillot (alle andere kledij is niet toegestaan!).

Tumbling en Acro:

bij wedstrijden en optredens, speciale clubmaillot en clubtrainingspak, tijdens trainingen is een maillot naar keuze toegelaten.

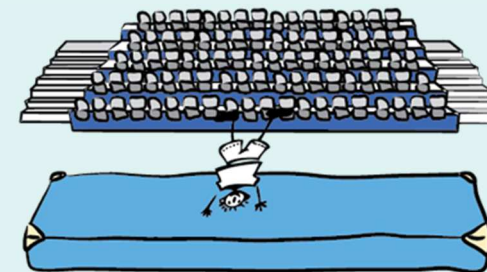
Recrea-en dansgroepen:

clubtrainingspak kan vrij aangekocht worden, geen verplichting!

Deze kledij kan aangekocht worden tijdens inschrijvingsdagen.

Nadien recrea- en wedstrijdmaillots + clubtrainingspakken bij Marijke (0473434108),

T-shirts bij Marianne (0031 657332149)



BELANGRIJK !!

LESSEN IN TURNHAL 'T WIT ZAND—MELSELE—ALFRED RODENBACHLAAN

Onze wedstrijdgyrnasten I-A-B niveau ontvangen via mail info i.v.m. trainingsdagen en -uren.

In geval van noodzaak kan het uurrooster tussentijds gewijzigd worden.

EXTRA ACTIVITEITEN

Maak kennis met onze club op de

GYMNOVERWENDAG

zaterdag 05 september
van 14 tot 17 u
in sporthal Kriekeputte

Turnshow

30 april en 1 mei 2016

Deur aan deur verkoop van azalea's
voorjaar 2016.

Sportkamp

van 08 april t.e.m. 10 april 2016
(Blosso Herentals).

Avondje Internationaal

verkoop Cava, cocktails, Jenever
vrijdag 21 augustus 2015

zwemmen voor dames en heren op donderdag

van 20u30 tot 21u00

€60 /seizoen

DE KREEK

Maandag

| | |
|---------------|----------------------|
| 18.00u-19.00u | 1° & 2° J Dance Kids |
|---------------|----------------------|

Dinsdag

| | |
|---------------|---------------------------------------------|
| 18.00u-20.00u | Acro recreawedstrijd - Deelname na selectie |
|---------------|---------------------------------------------|

| | |
|---------------|-------|
| 20.00u-21.00u | Zumba |
|---------------|-------|

Woensdag

| | |
|---------------|------------|
| 16.15u-17.15u | Zumba kids |
|---------------|------------|

| | |
|---------------|------------------------|
| 17.15u-18.15u | 5° & 6° J Hip hop dans |
|---------------|------------------------|

| | |
|---------------|----------------------------------|
| 18.15u-19.15u | Hip hop dans vanaf 1° middelbaar |
|---------------|----------------------------------|

Vrijdag

| | |
|----------------|----------------------|
| 16.45u- 17.45u | 3° & 4° J Dance Kids |
|----------------|----------------------|

| | |
|----------------|--------------------------------------------------|
| 17.45u- 18.45u | Nieuw III dans + 16 (bij min. 10 inschrijvingen) |
|----------------|--------------------------------------------------|

Zaterdag

| | |
|---------------|----------------------------------|
| 09.30u-10.30u | Kleuterdans vanaf 2° kleuterklas |
|---------------|----------------------------------|

| | |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11.00u-12.00u | Ouder-peutergym (geboren in 2012 en 2013) 2 reeksen van 10 lessen, 1° les 10 oktober I |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|

Carenahal

Pastoor Jaspstraat 38 te Verrebroek

Zaterdag

| | |
|---------------|-----------------------------------|
| 11.15u-12.15u | 1° t/m 3° kleuterklas: kleutergym |
|---------------|-----------------------------------|