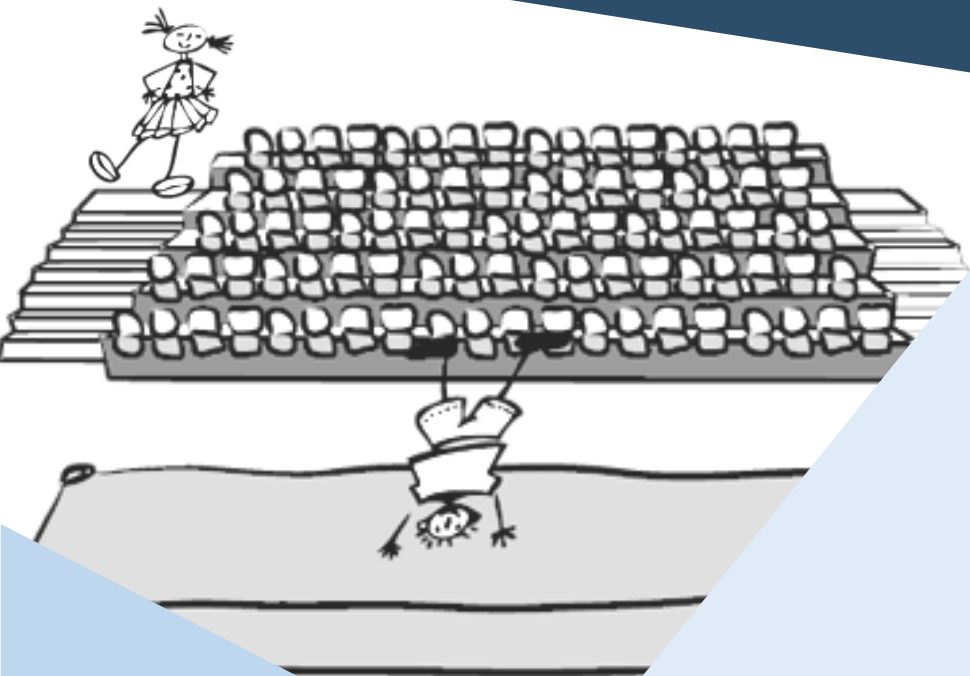




# Sportieve groetjes van het bestuur en het trainersteam!



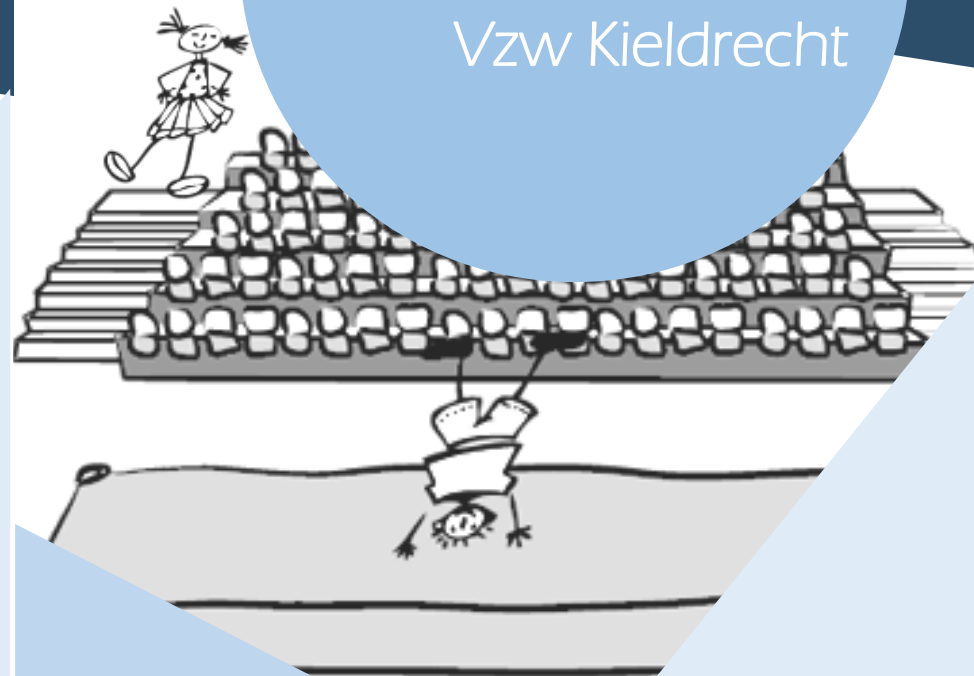
PROGRAMMA

BROCHURE

2017-2018

Gymnoverwendag  
9 september 2017!!  
14u-17u

**GYMNO**  
Vzw Kieldrecht



## ONS AANBOD

OUDER-PEUTERGYM **KLEUTERGYM** *KLEUTERDANS*

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

**GROEPSACRO** FITNESS

**ACRO-recreawedstrijd** ZUMBA

**ZUMBA KIDS** TUMBLING A-B-C-I niveau

*TOTAL BODY WORKOUT*

## PRAKTISCHE INFO

alle info op: [www.gymnokieldrecht.be](http://www.gymnokieldrecht.be)

De trainingen starten op maandag 11 september 2017 en eindigen op

zondag 10 juni 2018

september = gratis proeflesmaand

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

Inlichtingen :

Voorzitter – Nicole de Bock – 0499416244

Secretaris – Cindy Apers - 0473856185

Verantwoordelijke ledenadministratie – Marijke Kras -  
0473434108

## ONZE SPONSERS

En uiteraard willen we ook onze sponsors bedanken:



[www.mdsbikes.be](http://www.mdsbikes.be)



BVBA Drinks & Co  
Dumakker 53  
B-9040 Evergem  
Tel. 09/374.74.46  
Fax 09/227.00.54  
info@drinksenco.be  
www.drinksenco.be  
BE 0845.824.954  
RPR Gent  
Bank: BE31 1236 8010 7755

Petanqueclub  
Nooit Gedacht



## TOELAGEN

Toelagen ter promotie van de sport:

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 sportclub.

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 zelf online in te vullen.

## AANBOD

Met enige fierheid presenteren we u graag het vernieuwde aanbod voor het komend turnjaar 2017-2018.

### Voor de kleintjes

#### OUDER- PEUTERGYM (geboortjaar 2015)

2 reeksen van 10 lessen, start 30 september, gezellig samen sporten met je peuter.

#### KLEUTERGYM (vanaf geboortjaar 2014)

De fysieke bewegingen zoals kruipen, grijpen, trappelen, lopen, draaien, gooien...behoren tot de eerste ervaringen van kleuters. Deze bewegingsvormen worden in de lessen gebruikt en verder ontwikkeld. Het kleuterturnen bieden we zowel in Kieldrecht als in Verrebroek aan.

#### KLEUTERDANS (vanaf de 2<sup>e</sup> kleuterklas)

Bij kleuterdans leren kinderen op een speelse manier de bewegingsmogelijkheden van hun lichaam kennen. In deze lessen wordt gebruik gemaakt van diverse soorten muziek.

#### RECREAGYM:

De kinderen maken kennis met verschillende bewegingsvormen zoals klimmen, klauteren, lopen op een hindernissenparcours, kinderdans, rollen en bollen, basisgym, minitrampoline en nog veel meer. Dit alles wordt opgevolgd via het programma Gymstars.

#### DANCE KIDS en ZUMBA KIDS:

Dansplezier op eigentijdse muziek, hip hop, videoclipdance enz.

# VERVOLG AANBOD

## Voor jong en "ouder"

### NIEUW:

Elke laatste les, voor een schoolvakantie hebben we iets nieuws in petto, voor alle recreagym (1ste lj—middelbaar) en airtrack. We organiseren dan een themaspel met tal van gymnastische oefeningen. Dit in samenwerking met Jeppasport.

### 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 selectie jong talent:

Acrobatische tumblingreeksen op tumblingbaan + toestelturmen 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 – WEDSTRIJD Niv.C :

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

### FITNESS :

Wekelijks één of twee uur, naar keuze :

1. **ZUMBA:**

afvallen op een leuke swingende manier.

***En/of***

2. **TOTAL BODY WORKOUT:**

Is een simpele maar doeltreffende training voor het gehele lichaam. Met muziek op de achtergrond wordt er veel aandacht besteed aan het verbeteren van de conditie en de spierversterking.

# INSCHRIJVEN

## Hoe inschrijven?

**NIEUW!!!**

**Vanaf dit jaar ook online inschrijven!**

Je kan vanaf dit jaar kiezen hoe je je kind inschrijft.

Op **zondag 8 oktober** (10u-12u in Ermenrike) organiseren we een inschrijfdag, maar u kan er ook voor kiezen om online in te schrijven. Ook op de gymnoverwendag (zat 9 september) is er een mogelijkheid om in te schrijven.

HOE? Via de website: [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) Dit kan vanaf 15 juli 2017.

*(online inschrijven kan NIET voor volgende groepen: Tumbling, Acro wedstrijd, Groepsacro, recreawedstrijd en ouder-peutergym. Gelieve voor deze groepen in te schrijven tijdens de inschrijfdag of op de verwendag. Indien dit niet mogelijk is, gelieve contact op te nemen met onze ledenverantwoordelijke: Marijke Kras)*

## Naschoolse opvang

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.

## Schoolvakanties

Tijdens de schoolvakanties is er geen les. De laatste les is zaterdag of zondag voor de vakantie.

*Muv keurgroepen. Zij hebben een aangepast rooster en krijgen meer info via de mail.*

## Hoe berekenen?

**Tijdens de inschrijvingsdagen of bij het online-inschrijven ontvangt u 5 € korting op het basislidgeld !**

Vb.: recreagym 1°- 2° lj.(1x) + dance kids + airtrack  
 = € 50 (basis) + € 40 + € 40+ € 40 - € 5  
 (indien betaalt tijdens inschrijvingsdagen of online)  
 = € 165

## Ouder-peutergym

1<sup>e</sup> inschrijving (voor peuter en begeleider) = € 70

herinschrijving voor 2<sup>e</sup> reeks (basislidgeld inclusief, €5 korting tijdens de eerste les) = €50

1<sup>o</sup> reeks start op zaterdag 30 september tem zaterdag 16 december.

2<sup>o</sup> reeks start op zaterdag 13 januari tem zaterdag 31 maart.

Het inschrijven voor ouder-peutergym gebeurt tijdens de 1ste les, dit is niet mogelijk via het online-systeem.

DISCIPLINE	DAG EN UUR	ZAAL
<b>PEUTER- EN KLEUTERGYM</b>		
Ouder-peutergym (° 2015)	Za 09u15-10u15	Kreek
Kleutergym 1k	Za 10u15-11u15	Kreek
Kleutergym 2k	Wo 14u-15u15	Kriekeputte
Kleutergym 3k	Wo 15u15-16u30	Kriekeputte
Kleutergym 1k, 2k, 3k	Zo 09u30-10u30	Carenahal
<b>RECREAGYM</b>		
1e en 2de lj	Wo 16u30-18u00	Kriekeputte
3e en 4e lj	Di 17u30-19u00	Kriekeputte
5e en 6e lj	Di 19u00-20u30	Kriekeputte
Middelbaar	Vr 20u30-22u00	Kriekeputte
<b>AIRTRACK—enkel in combinatie met recreagym!!</b>		
1e,2e,3e,4e lj	Za 10u30-12u00	Kriekeputte
5e,6e lj en middelbaar	Za 12u00-13u30	Kriekeputte
<b>ACRO—enkel na selectie en in combinatie met recrea/airtrack</b>		
Wedstrijdgroep	Za 09u00-10u30	Kriekeputte
	Vr 17u30-19u00	Kriekeputte
Wedstrijdgroep	Di 18u00-19u00 (dans)	Kreek
Groepsacro	Do 17u30-19u30	Kriekeputte
<b>TUMBLING—na selectie</b>		
Selectie jong talent	Di en vr 18u00-20u00	Kriekeputte
A B C I niveau	ma en woe 18u00-20u00	't Wit zand
	Za 12u30-14u30	't Wit zand
Recreawedstrijd + I-niv	Vr 18u30-20u30	Kriekeputte

# VERVOLG UUROOSTER

# LIDGELDEN

DISCIPLINE	DAG EN UUR	ZAAL
DANS		
kleuterdans	Za 11u15-12u15	Kreek
1e en 2de lj	Ma 18u00-19u00	Kreek
3e en 4e lj	Wo 18u00-19u00	Kreek
5e, 6e + 1ste middelbaar	Wo 19u00-20u00	Kreek
Vanaf 2de middelbaar	Wo 20u00-21u00	Kreek
Zumbakids (1e tem 6e lj)	Di 19u00-20u00	Kreek
FITNESS		
Zumba dames	Di 20u00-21u00	Kreek
Total body workout	Do 19u30-20u30	Kriekeputte
Zwemmen	Do 20u30-21u00	Kriekeputte
ADRESSEN ZAAL		
Sporthal Kriekeputte	Tuinwijkstraat, kieldrecht	
Sporthal Kreek	Kreek 1, Kieldrecht	
Sporthal Carenahal	P. Jasparsstraat 38, Verrebroek	
Sporthal 't Wit zand	Alfred Rodenbachlaan, Melsele	

## BELANGRIJK!

Lidkaart is pas geldig na betaling. Betaalde lidgelden worden niet terugbetaald. **Na 9 OKTOBER** geen deelname aan de lessen zonder inschrijving.

TESTMAIL TUSSEN 16 & 22 OKTOBER

*Wij maken gebruik van email om informatie en nieuwsberichten aan onze leden door te geven. Indien u deze mail niet ontvangen heeft gelieve dan*

**voor 25 oktober contact op te nemen met *Marijke Kras* ([marijke.kras@telenet.be](mailto:marijke.kras@telenet.be))**

Basislidgeld: € 50

2° lid uit hetzelfde gezin: €40

## EXTRA LIDGELDEN

Per discipline

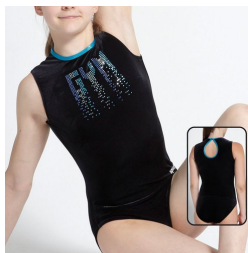
- + €40: recreagym (vanaf 1<sup>e</sup> leerjaar tot en met middelbaar)
- + €40: airtrack op zaterdag
- + €30: kleuterturnen (zaterdag 1e kleuterklas of zondag in **Verrebroek**)
- + €35: kleuterturnen (woensdag 2<sup>e</sup> en 3<sup>e</sup> kleuterklas)
- + €40: kleuterdans (zaterdag)
- + €40: alle dansgroepen en zumba kids vanaf 1e lj. tot middelbaar
- + €40: groepsacro
- + €120: acrowedstrijd C-niveau
- + €90: recreawedstrijd
- + €70: total body workout
- + €90: zumba op dinsdag
- + €120: total body workout en zumba
- + €40: zwemmen dames en heren (+18j)

# TURNKLEDIJ

*Uniformen zijn verplicht voor alle gym- en dansgroepen.*

## Kleutergym, kleuterdans:

Rood gymno t-shirt (€10) + zwart turnbroekje (vrij aan te kopen) of zwarte gymnomaillot voor meisjes (€35-40).



## Recreagym:

Meisjes: zwarte gymnomaillot (€35-40). Eventueel met bijpassend zwart shortje (€25) (niet verplicht!)/

Jongens: rode gymno t-shirt (€10)+ zwart turnbroekje (vrij aan te kopen).

## Dans vanaf 1<sup>e</sup> Lj:

Blauwe gymno topje of tshirt (€10) + zwarte dansbroek of zwarte short (vrij aan te kopen) of gymnomaillot (alle andere kledij is **niet** toegestaan !).

## Tumbling/wedstrijdacro:

Bij wedstrijden en optredens, speciale maillot en clubtrainingsvest , tijdens trainingen is een maillot naar keuze toegelaten. Voor de acrowedstrijd wordt dit in overleg met de trainer besteld.

## Recreawedstrijdgroep:

Sinds dit jaar is er ook een maillot voor de recreawedstrijdgroep. Deze wordt, net als de clubtrainingsvest gedragen tijdens de wedstrijden.

**Deze kledij kan aangekocht/besteld worden tijdens de inschrijvingsdag en tijdens de gymnoverwendag.**

**Nadien recrea- en wedstrijdmaillots + clubtrainingsvesten bij**

**Jessy—0472 75 27 58**

**T-shirten bij Marianne—0031 657332149**

# EXTRA ACTIVITEITEN

Maak kennis met onze club op volgende evenementen:

## GYMNOVERWENDAG

*zaterdag 9 september*

*van 14 tot 17 u, in sporthal Kriekeputte.*

## HERFSTSPORTKAMP:

**Ma 3/10 en di 31/10:** 10u-12u: kleuterturnen.

En v 13u-15u: airtrack en trampoline voor 1steLj—6de Lj.

Do 2/11 en vrij 3/11: 10u-12u: videoclipdance: 4de, 5de, 6delj.

## RECREAWEDSTRIJD

*Net als vorig jaar organiseren we ook dit schooljaar een recreawedstrijd. Het is erg leuk voor onze gymnasten om op eigen bodem een wedstrijd te turnen. Dit jaar gaat het door op 24 en 25 februari 2018. Op 24 februari komen de disciplines air-track, lange mat en tumbling aan bod. Op 25 februari is er een recreawedstrijd voor trampoline en mini-trampoline*

## TURNSHOW

*Op 28 en 29 april 2018 schitteren onze eigen gymnasten op de jaarlijkse turnshow, dit in sporthal Kriekeputte. (week van 30/4 tem 7mei lesvrije week)*

## SPORTKAMP

*11 –12-13 mei 2018 opnieuw in 'S hertogenbosch. 20 oktober is er een infoavond over het sportkamp. (lessen voor alle groepen vervallen tijdens het weekend)*

## DOEMEE-LES?

*Is je kindje ingeschreven bij het kleuterturnen? Dan kun je een aantal lessen als ouder meedoen met je kleuter. (op woe 20/12, 28/3 en 6/6 en op za 16/12, 31/3 en 9/6) Ook voor de kleutergym in Verrebroek! (17/12, 25/3 en 10/6)*

*Meer info ontvang je via de mail.*

## LAATSTE LESWEEK? BORRELTUJD!!

*Op 8 juni 2018 geven we een receptie waar u als ouder welkom bent om het seizoen af te sluiten.*