

**NIEUW:
PARTY DANSEN
VOOR
VOLWASSENEN**

**NIEUW:
JUMP & BOUNCE
VOOR
KINDEREN**

**NIEUW:
GYMNO's
DANSSTUDIO**

Infobrochure

seizoen 2021-2022

Start seizoen 06/09/21 - Einde seizoen 12/06/22
Gratis proeflessen van 06/09/21 t.e.m. 19/09/21
(inschrijven niet nodig)

Inschrijvingen seizoen 2021-2022

Bestaande leden (seizoen 2020-2021):
vanaf maandag 12 juli 2021 tot en met zondag 19 september 2021

Nieuwe leden:
vanaf maandag 20 september 2021

Kledijverkoop:
zondag 26 september 2021 van 10u - 12u in Ermenrike
www.gymnokieldrecht.be



AANBOD

PROGRAMMA VOOR KINDEREN

OUDER-PEUTERGYM (geboortejaar 2019)

Start zaterdag 11 september 2021, gezellig samen sporten met je peuter.

KLEUTERGYM (vanaf geboortejaar 2018)

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. Sinds vorig seizoen werken wij hiervoor met het programma Kidies van Gymfed.



KLEUTERSPEELDANS (vanaf geboortejaar 2018)

Via dansexploratie ontwikkelt de kleuter zijn dansbeleving en dansvaardigheid. Bij de verscheidene dansspelen leren de kleuters op een ontspannen manier bewegen op muziek.

GYMTOPIA, de basis voor elke 7- en 8-jarigen

We richten ons met Gymtopia op een brede motorische ontwikkeling op maat van het kind en met voldoende mogelijkheden voor de keuzes die hij of zij nadien nog kan of wil maken. Gymtopia is de opvolger van de Kidies bij de kleuters. De basis van alle sporten - en zeker een basissport als gymnastiek in al haar vormen - bestaat uit de fundamentele bewegingspatronen van het lichaam. Elke beweging, in eender welke discipline, komt voort uit één of meerdere van deze bewegingspatronen. Zelfs de moeilijkste elementen zijn combinaties van deze basisbewegingspatronen.

The logo for 'gymtopia' features the word 'gymtopia' in a lowercase, rounded, sans-serif font. The 'g' is yellow, 'y' is orange, 'm' is purple, 't' is blue, 'o' is purple, 'p' is purple, 'i' is purple, and 'a' is purple.

RECREAGYM, vanaf 9 jaar

Vanaf deze leeftijd werken we verder met het programma dat volgt op Gyntopia en dat is Gymstars. Gymstars is het methodisch-didactisch programma van Gymfed boordevol turnoefeningen voor kinderen. Met oefenvormen rond alle basisbewegingen binnen het turnen is deze map met bijhorende tools bedoeld voor zowel clubtrainers als leerkrachten lichamelijke opvoeding.



DANS

Bij onze dansgroepen staat plezier centraal. We leven ons uit op hedendaagse muziek met extra aandacht voor de basisdansbewegingen en ritmiek. Afhankelijk van de leeftijd wordt het niveau van de dansen verhoogd.

ZUMBA KIDS

In de zumbakids lessen combineren we Latin muziek met te gekke dansbewegingen. De dansjes zijn makkelijk en effectief en worden op een speelse manier gegeven. De liedjes zijn zeer geschikt voor kinderen.

NIEUW: JUMP & BOUNCE

Dit is een nieuwe discipline waarbij we ons uit gaan kunnen leven op de maxi trampoline, mini trampoline en airtrack. Voor wie graag springt en salto's doet, is dat zeker en vast iets voor jou!

FREERUNNING

Het is een nieuwe manier om zich op een snelle, vloeiende en efficiënte manier voort te bewegen. Daarnaast is bij freerunning ook het spectaculaire aspect, zoals salto's en andere tricks belangrijk. Er komen acrobatische kunstjes en durf aan te pas.



NIEUW: PARTY DANSEN

Bij party dansen kunnen je partner en jij verschillende dansen aanleren o.a. swingen, salsa, bachata,... Als je graag danst, is dit zeker een aanrader. Jullie zullen de beentjes kunnen losgooien op de dansvloer!!!



Zumba

Een intense work out op coole beats! Het is een combinatie van fitness- en dansbewegingen op wereld- en Latin muziek, zoals Salsa, Merengue.

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 aan de versterking van de spieren.

Bootcamp

Is een spierversterkende trainingsmethode uitgevoerd in teamverband en het doel is om de kracht en uithouding te verbeteren.

AANBOD KEURGROEPEN

DEELNAME ENKEL MOGELIJK NA SELECTIE BIJ ALLE KEURGROEPEN

SELECTIE JONG TALENT

Dit zijn onze wedstrijdgymnasten in wording. In deze groep wordt de basis gelegd voor tumbling en acro op wedstrijdniveau.

Concentratie, inzet, motivatie zijn de drie attitudes die worden verwacht van deze gymnasten.

RECREAWEDSTRIJD

De gymnasten trainen op airtrack, lange mat en mini-trampoline en nemen deel aan recreawedstrijden.

RECREAWEDSTRIJD TUMBLING

Deze gymnasten focussen zich op oefenreeksen op de tumblingbaan. Ook zij nemen deel aan recreawedstrijden.

TUMBLING A-B-C-I

De gymnasten focussen zich op oefenreeksen op de tumblingbaan. Zij nemen deel aan wedstrijden op I-A-B en C niveau. De gymnasten die deelnemen aan wedstrijden op I en C niveau kunnen zich plaatsen voor het Vlaams kampioenschap. De gymnasten op A en B niveau kunnen zich ook plaatsen voor het Belgisch kampioenschap.



GROEPSACRO

Acrobatische oefeningen met partner om de basis van acro te beheersen.

ACRO – RECREAWEDSTRIJD—WEDSTRIJD Niveau I-C

Acrobatische oefeningen met partner, met als doel deelname aan wedstrijden voor recreawedstrijd en I- en C-niveau. De gymnasten van het C-niveau kunnen zich plaatsen voor het Vlaams kampioenschap.



UURROOSTER

SPORTHAL KRIEKEPUTTE (KIELDRECHT)

Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Recrea- wedstrijd** L1-L3 18:00-20:00	Kleutergym K2 13:30-14:30	Jump & bounce L1-L6 18:00-20:00	Recrea- wedstrijd* 18:00-20:00	Recreagym L1-L2 09:00-10:30
Recrea- wedstrijd** L4-L6 18:30-20:30	Kleutergym K3 14:40-15:40	Total body workout (adult) 20:00-21:00	Recreagym middelbaar 20:00-21:30	Recreagym L3-L4 10:30-12:00
	Freerunning L1-L6 15:50-16:50			Recreagym L5-L6 12:00-13:30
	Freerunning middelbaar 16:50-17:50			

SPORTHAL CARENNA (VERREBROEK)

Maandag	Dinsdag	Donderdag	Zaterdag
Jong talent * 18:00-20:00	Acrowedstrijd * 18:00-20:00	Groepsacro * 18:00-20:00	Ouder- peutergym 9:30-10:30 (les tot 1 mei)

*enkel deelname na selectie

** recreawedstrijd op dinsdag: uren onder voorbehoud

TURNHAL DE KREEK (KIELDRECHT)

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Zaterdag
Dans L5-L6-M1 18:15-19:15	Party dansen (adult) 20:00-21:00	Dans L1-L2 17:00-18:00	Kleuterspeeldans K1-K2-K3 9:45-10:30 (les tot 1 mei)
Dans middelbaar vanaf M2 19:15-20:15		Dans L3-L4 18:00-19:00	Kleutergym K1 11:00-12:00 (les tot 1 mei)
Bootcamp (adult) 20:15-21:15		Zumbakids L1-L6 19:00-20:00	
		Zumba (adult) 20:00-21:00	

TURNHAL DE OOGAPPEL (VRASENE)

Zondag

Kleutergym
K1-K2-K3
10:00-11:00
(les tot 1 mei)

SPORTHAL 't WIT ZAND (MELSELE)

Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
Tumbling A-B niveau* 18:00-20:30	Tumbling recrea- niveau* 18:00-20:00	Tumbling A-B niveau* 18:00-20:30	Tumbling I niveau* 18:00-20:00	Tumbling A- B-C niveau* 9:30-12:00
Tumbling C niveau* 18:45-20:30		Tumbling C niveau* 18:45-20:30		Tumbling I niveau* 12:30-15:00
Tumbling I niveau* 18:00-20:00				Jong talent* 12:30-14:30
Zondag Tumbling recrea-niveau* 10:00-12:00				

SPORTHAL DEN DRAVER (ZWIJNDRECHT)

Vrijdag	Zondag
Acrowedstrijd recrea- + C- niveau* 18:30-20:30	Acrowedstrijd recrea- + C- niveau* 10:00-13:00

*Enkel deelname na selectie

Je inschrijving is pas geldig na betaling. Betaalde lidgeden worden niet terugbetaald. Na 26 september geen deelname aan de lessen zonder inschrijving

TESTMAIL: TUSSEN 27 SEPTEMBER EN 3 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 8 oktober** contact op te nemen met **Marijke Kras (gymnolenen@gmail.com)**

EVENEMENTEN

GYMNOVERWENDAG

Zaterdag 4 september 2021 van 13:30 tot 16:00 in sporthal Kriekeputte.

HERFST- en KROKUSSPORTKAMP

Kampen in de vakantie, voor kleuters en kinderen uit de basisschool.

VOORSTELLING WEDSTRIJDGYMNASTEN

Op zaterdag 8 januari 2022 laten alle wedstrijdgymnasten zien dat ze klaar zijn voor de start van het wedstrijdseizoen. Dit vindt plaats in sporthal Kriekeputte.

RECREAWEDSTRIJDEN LM-AT-TU-MT + ACRO

Dit jaar zullen we in samenwerking met Gymfed organiseren:

- 15/01/2022 + 16/01/2022: LM-AT-TU-MT
- 12/03/2022 + 13/03/2022: ACRO recrea-niveau

Het is altijd leuk voor de gymnasten om op eigen bodem te turnen.

TURNSHOW

Op 30 april en 1 mei schitteren onze eigen gymnasten op onze jaarlijkse turnshow in sporthal Kriekeputte (week van 02/05 tem 08/05 lesvrije week).

NIEUW: DANSSHOW

Dit seizoen willen we voor onze dansgroepen een aparte show voorzien. De datum daarvoor ligt nog niet vast. Zo gauw wij het weten, brengen we jullie op de hoogte!

SPORTKAMP

Sportkamp is nog onder voorbehoud!

CLUBKLEDIJ

Alle clubkledij is **verplicht: geen deelname aan lessen zonder voorgeschreven onderstaande kledij. Deze kledij kunt u aankopen tijdens de kledijverkoop op zondag 26 september in Ermenrike!!!!**

Groepen	Kledij	Prijs
Kleutergym Kleuterspeeldans Dans L1-L2	Blauwe t-shirt met nieuw logo	€12,50 + naam: €17
	Zwart shortje (vrij aan te kopen)	
Recreagym L1-L4 Jong Talent	Blauwe t-shirt met nieuw logo + zwarte short (vrij aan te kopen)	€12,50 + naam: €17
	Clubmaillot	6-8j: € 40
	Zwart shortje	Andere maten: €45 €25
Recreagym L5- middelbaar Freerunning	<u>Jongens</u> : zwarte t-shirt met nieuwe logo + zwarte short (vrij aan te kopen)	€12,50 + naam: €17
	Clubmaillot	6-8j: €40 Andere maten: €45
	Zwart shortje	€25
Dans vanaf L3 Zumba kids	Zwart los danstopje met nieuw logo	€12,50 + naam: €17
	Zwart shortje (vrij aan te kopen)	

Groepen

Kledij

Prijs

Recreawedstrijd LM - AT - MT
Recreawedstrijd Tumbling
Recreawedstrijd Acro

Clubtrainingsvest
+ naam
Blauw/zwart
t-shirt met nieuw
logo

€55

€12,50
+ naam: €17

Meisjes:
wedstrijdmaillot

In overleg met de
trainers

Jongens:
wedstrijdmaillot
Agiva + blauw
wedstrijdshortje
Agiva.

T.e.m. 14j: €40
Vanaf m.S: €45
Short: €25

Tumbling A-B-C-I niveau

Clubtrainingsvest
+ naam
Blauw/zwart
t-shirt met nieuw
logo

€55

€12,50
+ naam: €17

Meisjes:
wedstrijdmaillot

In overleg met de
trainers

Jongens:
wedstrijdmaillot
Agiva + blauw
wedstrijdshortje
Agiva.

T.e.m. 14j: €40
Vanaf m.S: €45
Short: €25

Acro C-niveau

Wedstrijdmaillot

In overleg met de
trainers

De wedstrijdgroepen + jong talent voorzien een **zwarte effen** trainingsbroek of legging die vrij is aan te kopen. De wedstrijdgroepen en jong talent komen naar de training in trainingspak en club t-shirt, mogen tijdens de training maillot naar keuze dragen en **zijn de enige groepen voor wie deze regeling van toepassing**

SPONSORS



uit sympathie
Kouterstraat 3 – Kieldrecht
03/773.55.91



SPONSORS



Petanqueclub
Nooit Gedacht



LIDGELD oud leden

Basislidgeld: € 60.

2de lid uit hetzelfde gezin: € 50

+ per discipline:

- + € 20: recreagym L1-L6
- + € 10: recreagym middelbaar
- + € 30: jump & bounce
- + € 60: ouder-peutergym
- + € 10: kleutergym (zaterdag K1 of zondag K1-K2-K3 in Vrasene)
- + € 15: kleutergym (woensdag K2-K3)
- + € 20: kleuterspeeldans
- + € 20: dans L1-M1 en Zumba kids L1-L6
- + € 10: dans middelbaar vanaf M2
- + € 25: freerunning L1-L6
- + € 15: freerunning middelbaar
- + € 15: groepsacro
- + € 20: total body workout
- + € 20: bootcamp
- + € 25: Zumba
- + € 75 per persoon: party dansen (10 lessen)
- + € 35: total body workout + Zumba
- + € 35: total body workout + bootcamp
- + € 15: wedstrijdgroepen -12 jarigen per trainingsuur (tumbling A-B-C-I, Acro C-recrea, recreawedstrijd en jong talent)
- + € 7.5: wedstrijdgroepen +12 jarigen per trainingsuur (tumbling A-B-C-I, acro C-recrea, recreawedstrijd en jong talent)
- + € 35: wedstrijdlicentie voor tumbling A-B-C-I en acro C
- + € 40: wedstrijden recreawedstrijd en acro recrea

LIDGELD nieuwe leden

Basislidgeld: € 60

2^{de} lid uit hetzelfde gezin: € 50

+ per discipline:

- + € 40: recreagym L1-L6
- + € 40: recreagym middelbaar
- + € 60: jump & bounce
- + € 60: ouder-peutergym
- + € 20: kleutergym (zaterdag K1 of zondag K1-K2-K3 in Vrasene)
- + € 30: kleutergym (woensdag K2-K3)
- + € 40: kleuterspeeldans
- + € 40: dans L1-M1 en Zumbakids L1-L6
- + € 40: dans middelbaar vanaf M2
- + € 50: freerunning L1-L6
- + € 50: freerunning middelbaar
- + € 60: groepsacro
- + € 70: total body workout
- + € 70: bootcamp
- + € 90: Zumba
- + € 75 per persoon: party dansen (10 lessen)
- + € 120: total body workout + Zumba
- + € 120: total body workout + bootcamp
- + € 30: wedstrijdgroepen – 12 jarigen per trainingsuur (tumbling A-B-C-I, acro C-recrea, recreawedstrijd en jong talent)
- + € 30: wedstrijdgroepen + 12 jarigen per trainingsuur (tumbling A-B-C-I, acro C-recrea, recreawedstrijd en jong talent)
- + € 35: wedstrijdlicentie voor tumbling A-B-C-I en acro C
- + € 40: wedstrijden recreawedstrijd en acro recrea

INSCHRIJVEN

Hoe inschrijven?

OUD LEDEN (vorig seizoen)

- bij online inschrijven tussen 12/07 en 19/09
- bij inschrijven tijdens het inschrijfmoment op zondag 19/09 in Ermenrike van 10:00-12:00

Tussen 6/9 en 19/9 zijn er gratis proefflessen. Indien jullie beslissen om niet terug in te schrijven voor het nieuwe seizoen voorzien wij tijdens die periode (6/9 t/m 19/9) een terugbetaling van vorig seizoen. Gelieve jullie rekeningnummer door te sturen naar volgend mailadres:

lidgeldgymno@gmail.com

NIEUWE LEDEN

- kunnen pas inschrijven vanaf maandag 20/09
- op het inschrijfmoment op zondag 19/09 van 10:00 tot 12:00 in Ermenrike

Online inschrijven kan NIET voor volgende groepen: tumbling, acrowedstrijd, groepsacro, jong talent en recreawedstrijd. De gymnasten zullen bericht krijgen via mail!!

Vakantieregeling

GEEN les tijdens de schoolvakanties.

De eerste zaterdag/zondag van de vakantie is er WEL les.

Wedstrijdgroepen blijven trainen op hun normale trainingsuur.

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.

Vrijtijdspas

Je kunt bij ons ook inschrijven via de vrijetijdspas van de gemeente Beveren.

Als je daarmee wil inschrijven, gelieve contact op te nemen met de verantwoordelijke voor de ledenadministratie via volgend mailadres: **gymnoleiden@gmail.com**

GEGEVENS

Voorzitter	Nicole de Bock	Tel: +32 4 99 41 62 44 nicole_d_b@hotmail.com
Secretaris	Cindy Apers	Tel: +32 4 73 85 61 85 gymnosecretariaat@gmail.com
Financieel verantwoordelijke	Daniëlla Pollet	Tel: +32 4 99 39 11 49 verdi001@zeelandnet.nl
Ledenadministratie	Marijke Kras	Tel: +32 4 73 43 41 08 gymnoleden@gmail.com
Hoofdtrainer + verantwoordelijke kledij	Jessy de Caluwé	Tel: +32 4 72 75 27 58 Jessydecaluwe66@hotmail.com
Verantwoordelijke sponsors	Marianne vd Heyden - Weemaes	Tel: +31 6 57 33 21 49 rimahvdh@zeelandnet.nl
Bestuursleden	Anita Lingier	Tel: 03 773 33 33 anitalingier@hotmail.com
	Mirianne De Gendt	Tel: 03 775 32 36
Social media	Shana Vleeschouwer	Tel: +32 4 73 25 34 20 Shana.vleeschouwer@skynet.be
	Charlotte Verdickt	Tel: +31 6 52 23 53 73 Charlotte.verdickt@hotmail.com
	Lauren Willaert	Tel: +32 4 78 23 30 42 Lauren_willaert@hotmail.com

REGLEMENT

Enkele gedragscodes die het leven in en rond de club aangenamer maken.

1. Elke natuurlijke persoon, van beide geslachten en vanaf twee jaar, kan lid worden van de vereniging. Men is lid van het oogenblik dat de lidmaatschapsfiche is ingevuld en het lidgeld aan de vereniging is betaald.
2. Lidmaatschap moet betaald zijn na proeflesperiode, zijnde 20 september 2021. Na deze periode is 1 proefles mogelijk. . Indien dit niet gebeurt, is het bestuur gemachtigd om het desbetreffende lid uit te sluiten. Vanaf de betaling is het lid verzekerd en enkel dan kan op de verzekering aanspraak gemaakt worden. **LIDGELD NIET BETAALD = NIET VERZEKERD !!** Het lidgeld wordt niet terugbetaald. Het lid neemt ontslag door het niet voldoen aan de financiële verplichtingen.
3. Sieraden, juwelen en waardevolle voorwerpen worden thuis gelaten. De club kan nooit aansprakelijk worden gesteld bij verlies ervan. Ze vormen trouwens soms een gevaar om zichzelf of anderen te kwetsen.
4. Kledij: er wordt geturnd in sportkledij, nl. in de kledij die door de club voorzien is, en via de club kan aangekocht worden of via de club aangewezen wordt. Kledij en alle andere materialen dienen met het nodige respect behandeld te worden.
5. Turnpantoffels worden ter plaatse aangetrokken om te vermijden dat deze de vloer of toestellen beschadigen. m.a.w. met turnschoeisel ga je NIET naar buiten.
6. Naast verzorgde kledij dient de gymnast zich ook te voorzien van een verzorgd taalgebruik. Verder vragen wij het nodige respect t.o.v. de train(st)ers en clubleiding, t.o.v. de medegymnasten, t.o.v. turn- en ander materiaal, evenals t.o.v. de gebouwen.

7. Na herhaalde of zeer ernstige inbreuken kan er steeds een schorsing worden uitgesproken door de technische leiding, in samenspraak met het clubbestuur. Eventueel kan een definitieve uitsluiting uitgesproken worden. Er is geen beroep van het betrokken lid mogelijk.

8. Voor het vervoer (te voet, per fiets, per auto, ...) van en naar de zaal worden de leden dringend verzocht de kortste en veiligste weg te nemen, vermits enkel dit traject gedekt wordt door de verzekering. We vertoeven **NIET NODELOOS LANG** in en rond de sporthal / turnzaal, dit zowel voor als na de turnlessen. Het afhalen van de gymnasten dient onmiddellijk na het einde van de trainingssessie te gebeuren.

De gymnasten krijgen toegang tot de kleedruimtes, 10 minuten voor aanvang van de les, maar NIET VROEGER!

9. Ongevallen welke plaatsvonden tijdens de lessen of tijdens de verplaatsing van of naar de les dienen binnen de 24 uren gemeld te worden aan Marijke kras, via gymnoleden@gmail.com. Dit in verband met de verzekering.

10. Indien er problemen, klachten of vragen zijn, kan u zich in eerste instantie en in alle rust wenden tot de train(st)er, of eventueel tot iemand van het bestuur.

11. In verband met de nieuwe wetgeving rond de privacy: door in te schrijven in onze club stemt u automatisch toe met onze privacy verklaring.

Tijdens de lessen is er enkel water toegestaan. Er wordt geen gebruik gemaakt van voedsel in de sporthal.



GYMNO
VZW KIELDRECHT

