



2018-2019

INFOBROCHURE

Beste danser en gymnast,

Gymnasport is een club, opgericht in 1954, met bijna 1000 leden dat maar liefst 56 groepen heeft. Als bestuur zorgen wij samen met onze enthousiaste trainers dat onze leden in een gezellige, stimulerende, grensverleggende en sportieve sfeer kunnen turnen & dansen.

Om je wegwijs te maken binnen de club hebben wij een infobrochure opgesteld waar je alle basisinfo kunt terugvinden over de werking van onze club.

Veel dans & turnplezier,



## Inhoud

Inhoud .....	3
1. Algemene informatie.....	4
1.1 Contactgegevens .....	4
1.2 Secretariaat .....	4
1.3 Locaties.....	4
2. Uurrooster .....	5
2.1 Turnen .....	5
2.2 Dans .....	6
2.3 Volwassenen.....	6
2.4 Vakantiedata.....	7
3 Lidgeld .....	7
4 Werking Turnen.....	8
5 Afspraken.....	9
6 Kledij .....	12
7 Activiteiten .....	13
8 Gezocht.....	13
9 Aanspreekpunt Integriteit (API) .....	14
10 Q for Gym .....	14
11 Verzekering.....	14
12 Trooper .....	15
13 GDPR .....	16

# 1. Algemene informatie

## 1.1 Contactgegevens

**Maatschappelijke zetel:** Gymnasport VZW  
Meiskensbeekstraat 47B  
  
1851 Humbeek  
OND.NR: 0453098084  
Rekeningnummer: BE03 0682 1520 9984

### Sociale media:

	<a href="http://www.gymnasport.be">www.gymnasport.be</a>		<a href="https://www.facebook.com/GymnasportNeoLuna">www.facebook.com/GymnasportNeoLuna</a>
	Gymnasport_NeoLuna		<a href="https://www.flickr.com/photos/gymnasport-neoluna/">https://www.flickr.com/photos/gymnasport-neoluna/</a>
	Gymnasport NeoLuna		

## 1.2 Secretariaat

Je kan bij het secretariaat terecht voor al je vragen omtrent lidgeld, kledij en inschrijvingen. Je kan hen bereiken via [secretariaat@gymnasport.be](mailto:secretariaat@gymnasport.be) of je kan steeds even langskomen tijdens onderstaande openingsuren.

### Openingsuren:

Dinsdag 18u - 20u	Woensdag 17u -19u	Donderdag 18u – 20u	Vrijdag 16u30 – 18u30	Zaterdag (sept/okt) 9u30-10u30
----------------------	----------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------------------

Locatie: Sporthal E. Soens Singel 52 - 1853 Strombeek

## 1.3 Locaties

Wij geven les op verschillende plaatsen in Grimbergen:

- Soens: Singel 52, 1853 Strombeek
- Sint Alexius: Grimbergsesteenweg 40, 1850 Grimbergen
- Charleroyhoeve: Lierbaan 16, 1850 Grimbergen
- Humbeek: Nachtegaallaan 5, 1851 Grimbergen
- Atheneum Grimbergen: Lage steenweg, 1850 Grimbergen
- JOC Grimbergen – Oyenbrugstraat 47, 1850 Grimbergen

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

## 2. Uurrooster



### 2.1 Turnen

<b>RECREATIEF TURNEN</b>			
2,5j-1 <sup>e</sup> kleuter	E. Soens Strombeek	Zaterdag	09u00-10u00
2,5j-1 <sup>e</sup> kleuter	Humbeek	Woensdag	16u00-17u00
2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> kleuter	E. Soens Strombeek	Vrijdag	17u00-18u00
2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> kleuter	Humbeek	Woensdag	15u00-16u00
1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> leerjaar	E. Soens Strombeek	Donderdag	17u00-18u00
1 <sup>e</sup> -2 <sup>e</sup> leerjaar	Humbeek	Woensdag	14u00-15u00
3 <sup>e</sup> -4 <sup>e</sup> leerjaar	E. Soens Strombeek	Donderdag	18u00-19u00
5 <sup>e</sup> -6 <sup>e</sup> leerjaar	E. Soens Strombeek	Donderdag	19u00-20u00
3 <sup>e</sup> -6 <sup>e</sup> leerjaar	Humbeek	Woensdag	17u00-18u00
Middelbaar	E. Soens Strombeek	Donderdag	20u00-21u30

<b>SPECIALISATIE TURNEN</b>			
Oriëntatiegroep	E. Soens Strombeek	Woensdag	17u00-19u00
		Zaterdag	10u00-12u00
Trampoline basis	E. Soens Strombeek	Maandag	17u00-18u00
Trampoline gevorderden*	E. Soens Strombeek	Maandag	18u00-20u30
Freerunning	E. Soens Strombeek	Woensdag	19u00-21u00
Tumbling vanaf 5 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Dinsdag	18u00-20u00
Acro *	E. Soens Strombeek	Zaterdag	14u30-17u30
Toestelturnen recreatief*	E. Soens Strombeek	Woensdag	17u00-19u00
		Zaterdag	10u00-12u00

<b>COMPETITIEF TURNEN *</b>			
Toestelturnen pré competitie	E. Soens Strombeek	Dinsdag	17u00-19u00
		Vrijdag	18u00-20u00
Toestelturnen competitie	E. Soens Strombeek	Dinsdag	18u00-20u30
		Woensdag	14u00-17u00
		Vrijdag	18u00-20u30
		Zaterdag	17u30-20u00
		Zondag	09u30-12u30
Trampoline I9 & I10-niveau & B-niveau 11-12jaar	E. Soens Strombeek	Maandag	18u00-20u00
		Zondag	12u30-14u30
Trampoline B niveau 13+	E. Soens Strombeek	Maandag	19u00-21u00
		Zaterdag	12u00-14u00
		Zondag	14u30-16u30

\* : Toetreding enkel mogelijk na toelatingsproef

## 2.2 Dans



RECREATIEF DANSEN			
2 <sup>e</sup> kleuterklas	St Alexius	Zaterdag	10u30-11u15
3 <sup>e</sup> kleuterklas	St Alexius	Zaterdag	09u30-10u30
1 <sup>e</sup> leerjaar	Charleroyhoeve	Zaterdag	10u30-11u30
2 <sup>e</sup> - 3 <sup>e</sup> leerjaar	Atheneum Grimbergen	Woensdag	18u30-19u30
	Charleroyhoeve	Zaterdag	11u30-12u30
4 <sup>e</sup> leerjaar	Charleroyhoeve	Zaterdag	09u30-10u30
5 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Zaterdag	10u30-11u30
6 <sup>e</sup> lj- 1 <sup>e</sup> middelbaar	St Alexius	Zondag	11u00-12u00
2 <sup>de</sup> -3 <sup>de</sup> middelbaar	Charleroyhoeve	Zaterdag	11u30-12u30
Vanaf 4 <sup>de</sup> middelbaar	Atheneum Grimbergen	Woensdag	19u30-20u30
HIPHOP 2 <sup>e</sup> -3 <sup>e</sup> lj	St Alexius	Vrijdag	18u00-19u00
HIPHOP 4 <sup>e</sup> -6 <sup>e</sup> lj	St Alexius	Vrijdag	19u00-20u00
Luna's*	E. Soens	Zondag	18u30-20u30

SHOW DANS *			
Show 7-8j	Charleroyhoeve	Zaterdag	09u30-11u30
Show 9-10j	Charleroyhoeve E. Soens Strombeek	Zaterdag	09u30-10u30
		Zondag	17u30-18u30
Show 11j-12j	St Alexius	Zaterdag	09u30-11u30
Show 13j-14j	St Alexius	Zondag	10u00-11u00
		Zondag	17u30-18u30
Show 15-16j	Atheneum Grimbergen	Maandag	18u00-20u00
Hiphop Competitie/ Diversity	JOC Grimbergen	Dinsdag	18u00-20u00
		Donderdag	18u00-20u00

\* : Toetreding enkel mogelijk na toelatingsproef

## 2.3 Volwassenen

VOLWASSENEN			
Joyrobic	E. Soens Strombeek	Maandag	09u00-10u00
Plusgym	E. Soens Strombeek	Maandag	10u00-11u00
Total Body	St. Alexius	Maandag	19u45-20u45
Netbal dames	St. Alexius	Maandag	20u45-21u45
Aerobic	E. Soens Strombeek	Dinsdag	20u30-21u30
Yogalates	E. Soens Strombeek	Woensdag	10u00-11u00
Pilates basis	St. Alexius	Woensdag	19u30-20u30
Pilates gevorderden	St. Alexius	Woensdag	20u30-21u30
Aerobic freestyle	St. Alexius	Woensdag	21u00-22u00
Figuurtraining	E. Soens Strombeek	Donderdag	09u00-10u00
Pilates basis	St. Alexius	Donderdag	19u30-20u30
volwassenendans	St. Alexius	Donderdag	20u30-22u00

## 2.4 Vakantiedata

Wij volgen de schoolvakanties, d.w.z. dat er geen les is tijdens onderstaande periodes:

- Herfstvakantie  
29/10/2018 – 04/11/2018
- Kerstvakantie  
24/12/2018 – 06/01/2019
- Krokusvakantie  
04/03/2019 – 10/03/2019
- Paasvakantie  
08/04/2019 – 22/04/2019
- Zomervakantie  
29/06/2019 – 31/08/2019

Op feestdagen is er ook nooit les!

## 3 Lidgeld

Als nieuwkomer binnen de club kan je gratis 2 proeflessen volgen alvorens je definitief in te schrijven. Na betaling van het lidgeld, ben je automatisch verzekerd.

Inschrijven kan via onze website: [www.gymnasport.be](http://www.gymnasport.be)

**Prijzen:**

Jeugd turnen		Jeugd dans	
Recreagroepen (1u)	125 euro	Recreagroepen (1u)	125 euro
Middelbaar (1,5u)	160 euro		
Tumbling en trampoline (1u)	125 euro	Dans show	
Tumbling (2u)	200 euro	Show I-VII (2u)	200 euro
Acro (2u)	200 euro	Competitie Hip Hop D!versity	180 euro per trimester
Freerunning (2u)	200 euro		
Acro (3u)	275 euro		
Toestelturnen recrea (4u)	300 euro		
Oriëntatiegroep (4u)	300 euro		

Competitie		Volwassenen	
DMT Competitie dubbele mini Trampoline (4u)	300 euro	Dans (1,5u)	175 euro
DMT Competitie dubbele mini Trampoline (4u)		Volwassen groepen (1u)	150 euro
Pré competitie (3u)	300 euro	Yogalates (1u)	150 euro
Toestelturnen competitie (12u)	425 euro	Netbal (1u)	80 euro

#### Korting:

- Ben je als lid ingeschreven in 3 groepen of meer? Dan geniet je van 10% korting.
- Vanaf het derde lid wonende onder hetzelfde dak, krijgt men 25€ korting.

#### !!! Opgelet !!!

Voor nieuwe leden DANS start het dansjaar uitzonderlijk op 8 oktober 2018 omwille van het dansoptreden eind september

## 4 Werking

### Turnen

- In september 2018 zullen wij voor het eerst starten met een **oriëntatiegroep**. De oriëntatiegroep is een selectiegroep voor kinderen van het 1ste tot en met 3de leerjaar waar men een mix van alle basisvaardigheden krijgt (kracht, lenigheid, snelheid, coördinatie en vormspanning) samen met een initiatie van trampoline, acro, tumbling en toestelturnen. Wij willen hier een breed gamma aanbieden van psychomotorische vaardigheden om nadien gericht te gaan specialiseren.
- Naast de opstart van de oriëntatiegroep, kunnen kinderen zich vanaf september enkel inschrijven voor **Trampoline, Tumbling of Toestelturnen vanaf het 4de leerjaar**, dit om ervoor te zorgen dat kinderen niet te vroeg doorstromen naar specifieke disciplines om overbelasting blessures te vermijden. Voor het komende sportjaar zal er wel een eenmalige uitzondering gemaakt worden voor de groep Acro om het behoud van de groep te kunnen garanderen.
- Vanaf september starten we bovendien terug met een **pré competitie groep Toestelturnen Meisjes**, deze groep zal zich specifiek richten op een doorstroom naar de groep Competitie Toestelturnen meisjes.
- Naast deze specialisatie – en competitiegroepen bieden we ook **recrea turnen** aan voor alle jongens en meisjes tussen 2 en 18 jaar die van gymnastiek houden in zijn geheel. Zowel de balk, de brug, de plint, de rek, de mat als de trampolines komen aan bod. Dit alles volgens het programma “Gymstars” van Gymnastiek Vlaanderen.



## Dans

Binnen de dansafdeling hebben we 4 afdelingen:

- **Recrea dansen:**  
Binnen onze dansafdeling is iedereen welkom vanaf het 2<sup>de</sup> kleuterklasje. Al onze recreagroepen trainen 1uur per week. Binnen deze groepen komen alle dansstijlen aan bod, van klassiek tot Jazz tot Hiphop. We proberen een zo breed mogelijke basis mee te geven aan de dansers.
- **Show dansen:**  
Omdat wij soms gevraagd worden om mee te doen aan evenementen ( Kerstmarkt/ De Bietjes/ ..) hebben wij showgroepen gemaakt. Showgroepen zijn selectiegroepen en trainen 2u per week.
- **Hiphop:**  
Binnen de dansafdeling hebben wij een specialisatiegroep Hiphop opgestart voor dansers die graag een specifieke discipline willen aanleren. Zij dansen 1uur per week.
- **Competitie Hiphop – D!versity:**  
Deze hip hop crew bestaat uit geselecteerde dansers tussen 8 en 12 jaar die 4u in de week trainen om te kunnen opboksen tegen andere crews op wedstrijden. Zij starten voor het eerst in september 2018.

## 5 Afspraken

### Gedragcode

Gymnasport hecht veel belang aan een correcte attitude, zowel bij gymnasten & dansers, trainers, bestuurders, ouders als supporters. Als iedereen zich aan onderstaande afspraken houdt blijft sporten voor iedereen prettig!

#### **Gedragcode voor gymnast & danser:**

##### **Attitude**

- We zijn fair tegenover iedereen waarmee we samen turnen, samen dansen.
- Je komt trainen/dansen, dus je bent gemotiveerd. Toon dat ook!
- Onsportiviteit van een ander is nooit een reden om zelf onsportief te zijn.
- Wees beleefd tegenover juryleden en aanvaard hun beslissingen. Reik hen de hand na de wedstrijd.

### **Training**

- Kom op tijd op de training/dansles. Minstens vijf minuten op voorhand ben je aanwezig zodat de training/dansles op tijd kan starten. Kom je toch te laat? Excuseer je dan bij de trainer/lesgever.
- Kom met aangepaste kledij naar de training. Als er afspraken of opgelegde kledij is voor het turnen/dansen, zorg er dan voor dat je in orde bent voor je training/dansles.
- Haren zijn steeds netjes gekamd en in een staart gebonden. Gebruik speldjes om losse haartjes uit je ogen te houden.
- Maak met je trainer/lesgever duidelijke afspraken betreffende aanwezigheden op trainingen en wedstrijden. Kan je eens niet komen? Verwittig dan zelf je trainer/lesgever via telefoon, sms, mail, ... .
- Hoewel we een individuele sport beoefenen vormen we een team, zowel binnen als buiten de sport- of danszaal.

### **Wedstrijden**

- Als je verliest, wens je tegenstander dan proficiat met een glimlach.
- Heb respect voor jezelf, je medespelers, je trainer, de jury, ... en het materiaal waar je mee omgaat.

### **Materiaal**

- Sportaccommodatie (zalen), kleedkamers en het materiaal worden altijd proper en ordelijk achtergelaten.
- Neem geen dingen van een ander, dat is stelen.

### **Gezondheid**

- Meld blessures meteen aan de trainer/lesgever.
- Lichamelijke hygiëne is belangrijk. Douche na het sporten.
- Eet gezond en drink voldoende.
- Hou er rekening mee dat bepaalde medicatie als doping wordt gezien. Vraag dus steeds voldoende informatie aan je arts of apotheek. Alcohol, tabak en drugs gaan niet samen met sport.

### **Gedragcode voor ouders:**

#### **Attitude**

- Als een kind niet wil deelnemen aan sport, is daar een reden voor. Forceren helpt niet.
- Moedig je kind aan de regels te volgen (gedragcode, kledij, haar,...).
- Ondersteun alle pogingen om positief gedrag te stimuleren en negatief gedrag te voorkomen.
- Een gesprek werkt, een verwijt niet.
- Aan één trainer heeft je kind ruimschoots voldoende. Jouw taak als ouder is belangrijker: ouders oordelen niet. Ze ondersteunen. Jouw kampioen weet trouwens vaak zelf heel goed wat hij/zij moet doen.

### **Training**

- Jouw gymnast/danser verwachten we op tijd op de training/dansles, help daar ook aan mee.
- Accepteer de beslissingen van de trainer/lesgever. Ga je niet akkoord: spreek hem of haar er dan onder vier ogen over aan en kies hiervoor een geschikt moment.
- Erken de waarde en het belang van (vrijwillige) trainers. Zij geven hun tijd en kennis om het sporten van jouw kind mogelijk te maken.
- Wacht buiten de sport- of danszaal tot de training gedaan is.

### **Wedstrijd**

- Kinderen willen niet altijd winnen, ze willen vooral plezier maken. Toon als ouder ook een glimlach als het even niet zo goed gaat. Verander een nederlaag in een overwinning door op andere zaken te wijzen.
- Leer je kind dat eerlijkheid en inzet belangrijker zijn dan winnen.
- Val een jurylid nooit in het openbaar aan en trek de integriteit van de juryleden niet in twijfel.
- Zorg ervoor dat uw gedrag sportief is. Goed voorbeeld doet goed volgen.
- Wijs medesupporters en anderen op een rustige manier op een fair gedrag.
- Geef applaus bij een goede prestatie van zowel uw eigen kind als van andere gymnasten of dansers.
- Toon respect voor tegenstanders. Zonder hen zou er geen wedstrijd zijn.
- Maak een kind nooit belachelijk en scheld het niet uit als het een fout maakt gedurende een wedstrijd.
- Respecteer de beslissing van de juryleden.

### **Gezondheid**

- Zorg dat je kind voldoende rust en een goede voeding krijgt, dat zijn de basisvoorwaarden om te groeien, zowel fysiek, psychisch als in prestaties. Probeer zelf een voorbeeld te zijn.
- Laat je kind ontwikkelen volgens de sportieve fasen die eigen zijn aan de leeftijd. Praat hier eventueel over met de trainer/lesgever, hij/zij is de expert.
- Kinderen zijn geen volwassenen in pocketformaat, ze hebben een eigen aanpak nodig.

## 6 Kledij

Alle kledij wordt besteld door de club en kan rechtstreeks op het secretariaat aangekocht worden (betaling per bancontact mogelijk)

### Turnen

Tijdens de turnlessen wordt er een zwarte T-shirt en short gedragen. In de competitie draagt men een turn pak.

Vrijblijvend kan de gymnast een club training aankopen.



Zwarte T-shirt



Club training



Competitie turnpak

### Prijzen:

Zwarte T-shirt		Clubtraining		Turnpak competitie
3j – 12j	10 euro	Maat 128-164	49 euro	Afh gekozen pak
Maat XS-XL	12 euro	Maat XS-XL	55 euro	

### Dans

Tijdens de danslessen is het dragen van een zwarte top en een zwarte lange broek verplicht. In de technieklessen wordt er een zwarte maillot gedragen en de initiatie draagt een roze maillot. Vrijblijvend kan de danser ook een club pull aankopen.



Zwarte maillot



Zwarte legging



Zwarte top



Roze maillot



Club pull

### Prijzen:

Zwarte maillot		Zwarte legging	Top NeoLuna	
4-14 jaar	10 euro	10 euro	4-14 jaar	10 euro
Vanaf maat 36	20 euro		XS-XL:	12 euro
Roze maillot		Club pull		Voetstuk NeoLuna
4-8 jaar	15 euro	4-8 jaar	15 euro	10 euro
		Vanaf 10 jaar	20 euro	

## 7 Activiteiten

Al onze activiteiten kan je terugvinden op onze website onder de rubriek 'kalender'. Hier alvast een greep uit de vastgelegde activiteiten:

- Dansoptreden Con.Text 28-29-30 september 2018
- Pannenkoekenfestijn 9 november 2018
- Sinterklaas 3-8 december 2018
- Kerstmarkt 8 en 9 december 2018
- Gymgala 15 december 2018
- Spaghettifestijn 23 februari 2019
- Ledenvergadering en algemene vergadering 19 maart 2019
- Turn-en danskamp 19-23 augustus 2019

## 8 Gezocht



Als turn & dans vereniging van 1000 leden zijn we steeds opzoek naar bijkomende train(st)ers en helpende handen.

### Enthousiaste trainer?

Heb jij er een opleiding LO opzitten (afgestudeerd of bijna afgestudeerd) en wil je tijdens je vrije uurtjes meewerken aan de training van aanstormend turn & danstalent in Grimbergen? Aarzel dan niet en contacteer ons via [secretariaat@gymnasport.be](mailto:secretariaat@gymnasport.be)

### Helpende handen?

Ondanks het grote engagement van de lesgevers en bestuurders, hebben we af en toe ook de hulp van onze leden, hun ouders en sympathisanten nodig. Wij zijn altijd op zoek naar vrijwilligers om het vele werk lichter kunnen maken.

Indien u geïnteresseerd bent onze sportclub te helpen, gelieve onderstaand strookje in te vullen en aan het secretariaat te bezorgen. Wij contacteren u.



Ik, (naam) ..... heb interesse om een handje toe te steken als vrijwilliger.

Telefoonnummer: ..... / .....

Emailadres: .....

## 9 Aanspreekpunt Integriteit (API)

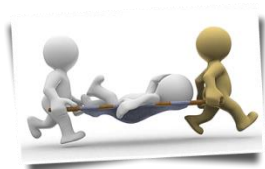
Bij de API (Aanspreekpunt Integriteit) kunnen gymnasten, ouders, trainers, begeleiders of andere betrokkenen van de gymclub terecht met een vraag, vermoeden of klacht bij mogelijk grensoverschrijdend gedrag. Ook voor andere klachten zal het Aanspreekpunt Integriteit een bemiddelende rol spelen. De API zal de vragen, klachten of problemen onpartijdig behandelen en bespreken met ouders, trainers, coaches of het clubbestuur en zo nodig bemiddelen of doorverwijzen. Bereikbaar via: [leen@gymnasport.be](mailto:leen@gymnasport.be) of 0474/70.91.67

## 10 Q for Gym



Sinds 2017 heeft Gymnasport vzw het Q4Gym kwaliteitslabel gehaald. Q4Gym staat voor Quality in de Gymnastiek. Het is een online kwaliteitsinstrument dat ontwikkeld werd door Gymnastiek Federatie Vlaanderen vzw.

## 11 Verzekering



Sporten is gezond maar ongevallen zijn spijtig genoeg niet altijd te voorkomen.

Heb je een letsel opgelopen tijdens de training? Vraag aan je trainer een aangifteformulier vragen en breng deze binnen de vijf dagen ingevuld aan het secretariaat terug. Zij zullen het formulier verder aanvullen en opsturen naar Gymfed.

De aangifteformulieren zijn aanwezig in de turnzaal en te verkrijgen via de trainer. Je kan deze ook downloaden via de website [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) (<https://www.gymfed.be/over-gymfed/een-ongeval-wat-nu>)

## 12 Trooper

U heeft het logo al zeker gezien op onze nieuwsbrieven, maar wat is Trooper nu eigenlijk?



Wel, met Trooper kan jij de kas van Gymnasport spijzen door gewoon online te shoppen.

Ga naar [www.trooper.be/gymnasport-neoluna](http://www.trooper.be/gymnasport-neoluna)

Klik op de online shop van jouw keuze en shop gewoon zoals je anders doet, je betaalt exact dezelfde prijs als normaal.

Door via de Trooperpagina van onze vereniging naar een online shop te gaan, weet de shop dat je ons wilt steunen. Per aankoop van € 100, geeft de shop +/- € 5 aan de vereniging. Zeker doen, het kost je niets!

Enkele voorbeelden van de partners:



## 13 GDPR