



2017-2018

INFOBROCHURE

Beste danser en gymnast,

Gymnasport is een club, opgericht in 1954, met bijna 1000 leden dat maar liefst 55 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

1. Algemene informatie.....	4
1.1 Contactgegevens .....	4
Maatschappelijke zetel: .....	4
Sociale media: .....	4
1.2 Secretariaat .....	4
Openingsuren.....	4
1.3 Locaties.....	4
2. Uurrooster .....	5
2.1 Turnen .....	5
2.2 Dansen.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Vakantiedata.....	7
3. Lidgeld .....	7
3.1 Prijzen.....	7
Jeugd turnen .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Jeugd dans .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Competitie turnen:.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Competitie dans:.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Volwassenen: .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Korting: .....	8
4. Verzekering.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Afspraken .....	8
5.1 De 10 geboden van Gymnasport - NeoLuna .....	8
6. Kledij .....	9
Turnen .....	9
Dans .....	9
7. Gezocht.....	10

# 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="http://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	Donderdag	Vrijdag
18u - 20u	17u -19u	18u - 20u

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

## 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>			
Trampoline basis	E. Soens Strombeek	Maandag	17u00-18u00
Trampoline gevorderden*	E. Soens Strombeek	Maandag	18u00-20u30
Freerunning	E. Soens Strombeek	Woensdag	19u00-21u00
Tumbling 1 <sup>e</sup> -4 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Dinsdag	18u00-19u00
Tumbling vanaf 5 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Dinsdag	18u00-20u00
Acro basis	St Alexius	Zaterdag	17u30-19u30
Acro gevorderden*	St Alexius	Zaterdag	17u30-20u30
Toestelturnen recreatief*	E. Soens Strombeek	Woensdag Zaterdag	17u00-19u00 10u00-12u00

<b>COMPETITIEF TURNEN *</b>			
Toestelturnen competitie	E. Soens Strombeek	Dinsdag Woensdag Vrijdag Zaterdag Zondag	18u00-20u30 14u00-17u00 18u00-20u30 17u30-20u30 09u30-11u30
Trampoline I+C niveau	E. Soens Strombeek	Zaterdag	12u00-14u00
Trampoline B niveau	E. Soens Strombeek	Zaterdag	14u00-16u00

\* : Toetreding enkel mogelijk na toelatingsproef

## 2.2 Dans



RECREATIEF DANSEN			
2 <sup>e</sup> kleuterklas	St Alexius/Charleroy	Zaterdag	10u30-11u15
3 <sup>e</sup> kleuterklas	Charleroyhoeve	Zaterdag	09u30-10u30
1 <sup>e</sup> leerjaar	Charleroyhoeve	Zaterdag	10u30-11u30
2 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Zaterdag	10u30-11u30
3 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Zaterdag	11u30-12u30
4 <sup>e</sup> leerjaar	St Alexius	Zondag	11u00-12u00
5 <sup>e</sup> leerjaar	Charleroyhoeve	Zaterdag	09u30-10u30
6 <sup>e</sup> lj- 1 <sup>e</sup> middelbaar	St Alexius	Woensdag	17u00-18u00
middelbaar	Atheneum Grimbergen	Zondag	17u00-18u00
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
HIPHOP middelbaar	St Alexius	Vrijdag	20u00-21u00

SHOW DANS *			
Show 7-8j	St Alexius	Zaterdag	09u30-10u30
		Woensdag	18u00-19u00
Show 9-10j	Charleroyhoeve	Zaterdag	11u30-12u30
		Woensdag	18u00-19u00
Show 11j-12j	St Alexius	Zaterdag	09u30-10u30
		Woensdag	19u00-20u00
Show 13j-14j	St Alexius	Zondag	10u00-11u00
		Woensdag	19u00-20u00
Show 15-16j	Atheneum Grimbergen	Zondag	17u00-19u00
Show 17j-20j	E Soens Strombeek	Zondag	17u00-19u00
Show +20j	E Soens Strombeek	Zondag	18u30-20u30

\* : Toetreding enkel mogelijk na toelatingsproef

## 2.3 Volwassenen

VOLWASSENEN			
Joyrobic	E. Soens Strombeek	Maandag	09u00-10u00
50+	E. Soens Strombeek	Maandag	10u00-11u00
Total Body	St. Alexius	Maandag	10u00-11u00
Turnen dames en heren	E. Soens Strombeek	Maandag	20u00-21u00
Netbal dames	St. Alexius	Maandag	20u30-21u30
Aerobic	E. Soens Strombeek	Dinsdag	20u30-21u30
Yogalates	E. Soens Strombeek	Woensdag	10u00-11u00
Pilates basis	St. Alexius	Woensdag	20u00-21u00
Pilates gevorderden	St. Alexius	Woensdag	21u00-22u00
Aerobic freestyle	St. Alexius	Woensdag	21u00-22u00
Figuurtraining	E. Soens Strombeek	Donderdag	09u00-10u00
Pilates basis	St. Alexius	Donderdag	19u30-20u30
volwassenen	St. Alexius	Donderdag	20u30-22u00

## 2.4 Vakantiedata

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

- Herfstvakantie  
30/10/2017 – 05/11/2017
- Kerstvakantie  
25/12/2017 – 07/01/2018
- Krokusvakantie  
12/02/2018 – 18/02/2018
- Paasvakantie  
02/04/2018 – 15/04/2018
- Zomervakantie  
01/07/2018 – 31/08/2018

## 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		
Tumblingen trampoline (1u)	125 euro	<b>Dans show</b>	
Tumbling (2u)	200 euro	Show I-VII (2u)	200 euro
Acro (2u)	200 euro		
Freerunning (2u)	200 euro		
Acro (2u)	200 euro		
Acro (3u)	275 euro		
Toestelturnen recrea	300 euro		

Competitie		Volwassenen	
Trampoline (4u)	300 euro	Dans (1,5u)	175 euro
Toestelturnen competitie (12u)	425 euro	Volwassen groepen (1u)	150 euro
		Yogalates (1u)	150 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.

## 4 Afspraken

### 4.3 De 10 geboden van Gymnasport - NeoLuna

- 1) Iedereen is belangrijk dus behandel iedereen met waarde en respect
- 2) Draag steeds zorg voor het turnmateriaal en de zalen
- 3) Loop nooit met buitenschoeisel in de zalen en zeker niet over de turnmatten
- 4) Verwittig onmiddellijk de trainer bij schade en gebreken
- 5) De kleedkamers zijn onbewaakt; Juwelen, GSM en andere laat je dus beter thuis
- 6) Wees op tijd en verwittig de trainer als je niet kan komen
- 7) Eten en drinken (behalve water) in de zaal wordt niet toegelaten
- 8) Tijdens het sporten draagt men steeds aangepaste sportkledij
- 9) Lange haren worden samengebonden
- 10) Niet-leden (dus ook ouders) worden niet toegelaten tot de sportzaal



## 5 Kledij

Aankoop

via het secretariaat

### Turnen

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

Vrijblijvend kan de turner een club training aankopen.



Zwarte T-shirt



Club training



Competitie turnpak

#### Prijzen:

Zwarte T-shirt	Clubtraining	Turnpak competitie
Maat	Maat 128-164 49 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 Vanaf maat 36 20 euro	10 euro	4-14 jaar ? euro
Roze maillot	Club pull	Top NeoLuna
4-8 jaar 15 euro	4-8 jaar 15 euro Vanaf 10 jaar 20 euro	4-14 jaar ? euro

## 6 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 hand?

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 helpende hand toe te steken als vrijwilliger.

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

Emailadres: .....

## 7 Klacht

Heeft u een klacht waarbij u niet terecht kan bij uw lesgever?

In eerste instantie richten tot de coördinatoren van uw discipline:

Recreatief turnen: Wendy Binst -> wendy@gymnasport.be

- Competitie turnen: Nico Cyx -> nico@gymnasport.be
- Recreatief en showdans: Sylvie Huyghe -> sylvie@gymnasport.be

Is het probleem na deze contacten nog niet opgelost, dan kan u steeds een mail sturen naar onze ombudsdienst **ombudsman@gymnasport.be**. Bij ontvangst behandelen zij uw klacht en streven naar een oplossing.

## 8 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.

## 9 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 5 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](https://www.gymfed.be/over-gymfed/een-ongeval-wat-nu) (<https://www.gymfed.be/over-gymfed/een-ongeval-wat-nu>)

# GEDRAGSCODE

voor gymnasten & dansers, trainers & lesgevers,  
ouders, bestuurders en juryleden

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 trainers & lesgevers**

### **Attitude**

- Leer je gymnast & danser dat de regels voor iedereen gelden.
- Kinderen hebben een trainer nodig die zij respecteren. Wees gul met lof wanneer het verdiend is.
- Vertrouwen geven geeft vertrouwen en is een hulpmiddel voor een positief sportresultaat.
- Behandel je gymnast & danser zoals je zelf zou willen behandeld worden.

### **Training**

- Als trainer ben je verantwoordelijk voor het aanleren van de sport/dans en voor het gedrag van de jongeren tijdens de training. Besteed aan beide aspecten voldoende aandacht en neem je verantwoordelijkheid hierin op.
- Tijdens de training geef je het goede voorbeeld door de clubkledij te dragen (Rode T-shirt/pull of evt de training van de club) en je haar –indien van toepassing– bij elkaar te binden en uit de ogen te houden.
- Op basis van de clubvisie begeleid je ook gymnast & danser die niet aan competitie willen doen tijdens jouw trainingen.
- Ook voor en na de trainingen heb je een taak en verantwoordelijkheid. De vlotte samenwerking en communicatie met ouders, andere trainers & lesgevers, bestuurders, ... maakt hier deel van uit.
- Werk aan je eigen competentieniveau: school je regelmatig bij.
- Laat je niet ontgoochelen door een slecht resultaat van je gymnast of danser. De prestatie van je gymnast/ danser is slechts een momentopname, jouw kwaliteit als trainer/lesgever is een constante!

### **Communicatie**

- Communiceer positief, ook non-verbaal!
- Wees concreet en duidelijk in je communicatie.
- Werk met duidelijke afspraken en routine.

### **Materiaal**

- Gebruik gepast materiaal en leer gymnast & danser aan met zorg om te gaan met materiaal en accommodatie.
- Gebruikt materiaal wordt na de training op een ordelijke manier teruggeplaatst in de materiaalruimte.

### **Gezondheid**

- Bespreek een actieplan voor gekwetsten.

### *Deontologische code*

*Wees niet té familiair met jongeren waarmee je werkt. Houd een gezonde afstand. Een aanraking kan maar wees je bewust dat een opgroeiende jongere hier anders mee kan omgaan dan het bedoeld is. Laat de gymnast/danser geen dingen doen waar hij/zij zich (mentaal of fysiek) niet goed bij voelt.*

## **Gedragscode 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 (gedragscode, 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.

## **Gedragcode voor bestuurders**

### **Beleid**

- Als bestuurder ben je bereid alle leden te betrekken bij het beleid van de club.
- Zorg ervoor dat beloningen niet primeren, wees wel gul met lof voor inzet en prestatie.
- Waak erover dat de gedragscode ten allen tijde gerespecteerd wordt.
- Zorg voor gekwalificeerde en ervaren trainers.
- Als bestuurder respecteer je zowel de recreatieve als de competitieve gym- en dansbeoefening.
- Wees aandachtig voor signalen van de trainers / lesgevers en pik in waar nodig.
- Geef de coördinaten van de ombudsvrouw in de club door waarbij gymnast & danser, trainers, ouders, juryleden en bestuurders terecht kunnen met interne problemen.

## **Gedragcode voor juryleden**

### **Attitude**

- Ga gepast om met vragen of opmerkingen van trainers, gymnast & danser.
- Ga niet in op provocerend gedrag. Bespreek na de wedstrijd eventuele bemerkingen.
- Geef steeds blijk van sportief gedrag.
- Wees gul met complimenten.
- Stimuleer fairplay en wees zelf fair.

### **Wedstrijden**

- Zorg ervoor dat het plezier van de jeugd in de wedstrijd niet verloren gaat door ongepaste beoordelingen.
- Wees beslist, objectief en beleefd bij het beoordelen van een wedstrijd.

## **SANCTIONEREN**