

## TRAININGEN

Een heel team van lesgevers staat voor je klaar.

Wij verwachten dan ook:

- dat er voldoende aandacht en inzet is.
- dat je tijdig aanwezig bent!
- toch te laat, meld je dan eerst aan bij je trainer.
- ben je veel te vroeg, wacht dan boven op de tribune.
- aan de ouders vragen we om niet in de zaal te komen.

## KLEDING - ATTITUDE

Kledij gym, trampoline en airtrack: club t-shirt, short en turnpantoffels.

Turnpantoffels zijn verplicht voor trampolinegroepen. Het dragen van scherpe en gevaarlijke voorwerpen, sieraden en uurwerken is verboden tijdens de lessen. Lange haren worden samengebonden. Wees steeds beleefd en behulpzaam voor uw trainers, clubgenoten en zaalwachters.

## ETEN - DRINKEN

Eten en drinken in de zalen is verboden. Er wordt niet gesnoept (ook geen kauwgom) tijdens de lessen.

## IN EN ROND DE SPORTZAAL

Hou de toestellen, de sportzalen, de kleedkamers en toiletten proper en netjes. Iedereen helpt met het opbergen van het materiaal. Niemand verlaat de zaal vooraleer alle toestellen weg zijn!

## WAARDEVOLLE VOORWERPEN

De kleedkamers zijn onbewaakt. Juwelen, gsm, ipad,... laat je best thuis. Gym Knokke-Heist is niet verantwoordelijk voor verlies, diefstal of beschadiging.

## FOTO'S EN VIDEO'S

De trainers of onze fotograaf kunnen foto's of video's maken tijdens de lessen en de activiteiten. Deze worden op onze website en/of Facebook-pagina geplaatst en kunnen gebruikt worden voor promotie van de eigen club. Gymnasten en ouders gaan hiermee akkoord bij inschrijving van het lid.

## GYMSHOW 18 - 19 FEBRUARI



Op vrijdag 18 en zaterdag 19 februari gaat onze tweejaarlijkse Gymshow door. Tijdens dit wervend spektakel geven meer dan 400 gymnasten het beste van zichzelf. Als ouder of grootouder mag je dit voor geen geld missen. Noteer dus zeker deze datum in je agenda!

## VLAAMS KAMPIOENSCHAP 14 - 15 MEI Tumbling, trampoline en dubbele minitrampoline



In het weekend van 14 en 15 mei strijden de deelnemers die zich eerder konden plaatsen via de provinciale voorrondes, voor de Vlaamse titels. De Vlaamse kampioenschappen zijn op hun beurt selectief voor de Belgische kampioenschappen. Deze selectie gebeurt door Gymfed en wordt zo snel mogelijk na het VK bekend gemaakt. Afspraak in Sportcentrum De Stormmeeuw te Knokke.

## BELANGRIJKE DATA

INSCHRIJVINGEN	vanaf 1 augustus (online)
REPETITIE SHOW	11 februari van 17u-20u
ALG. REPETITIE SHOW	16 februari van 13u-18u
GYMSHOW	18 - 19 februari
VL KAMPIOENSCHAP	14 - 15 mei
V+ GYMSTAGE	1 - 5 augustus

# Infobrochure 2021-2022



GYM KNOKKE-HEIST vzw  
 Heistlaan 54, 8301 Knokke-Heist  
 info@gymkh.be | www.gymkh.be | Tel. 0474/55.74.29  
 Ond. nr. 0472.921.916 RPR Gent, afd. Brugge



**ONTSTAAN**

Onze club bestaat meer dan 40 jaar. Op 1 september 1977 werd Gym Knokke-Heist opgericht en sinds 2000 is de club een vzw. We zijn aangesloten bij Gymnastiekfederatie Vlaanderen vzw en tellen zo'n 400-tal leden.

**MISSIE**

We streven er naar om onze leden een zinvolle en gezonde vrijetijdsbesteding te bieden in een gezellige, ongedwongen, ontspannen en sportieve sfeer. Hierbij is de inzet belangrijker dan de prestatie. De club stelt zich tot doel kinderen vanaf de 2de kleuterklas in hoofdzaak recreatief te laten turnen en dit aan democratische voorwaarden. We bieden verschillende disciplines voor meisjes en jongens aan: **kleutergym, basisgym, airtrack, trampoline en tumbling**. De tumbling- en trampolineploeg zijn actief op competitief niveau.

**KWALITEIT**

Al meer dan 15 jaar werken wij mee aan externe audits, dit leverde ons verschillende kwaliteitslabels op. In 2018 slaagden we voor het Q4GYM label. Deze onderscheidingen zijn een beloning voor het harde werk die wij steken in onze lessen en de omkadering ervan.

**BESTUUR & TECHNISCHE LEIDING**

Voorzitter	Pierre Tiebout
Secretaris en API (aanspreekpunt integriteit)	An Muylaert
Penningmeester	Jürgen Corveleyn
Jeugdspoortcoördinator	Hannelore Pintelon
PR & communicatie	Annelie Ingelbrecht
Alg. sportief technische leiding recrea	Veerle Vandeweghe
Sportief technische leiding recrea	Bruno Vandeweghe
Verantwoordelijke competitie	Chiara Dell'anno
Sportief technische leiding tumbling	Joyce Vanhollenbeke

**WELKOM BIJ GYM KNOKKE-HEIST**

Je hebt gekozen om van turnen, trampoline, tumbling of airtrack jouw sport te maken. Wij zullen je hierbij graag begeleiden. Een team van lesgevers, vrijwilligers en bestuursleden staat klaar om jou van deze disciplines te laten proeven.

**LIDGELD**

Een overzicht van onze tarieven kan je in onderstaande tabel vinden.

Het lidgeld omvat:

- deelname aan de lessen turnjaar 2021 - 2022
- verzekering sportongevallen
- club T-shirt

1u	1,5u	2u	3u	4u	6u	7u
€80	€120	€160	€220	€270	€370	€420

Gezinskorting vanaf 2de lid van hetzelfde gezin € 10  
Korting bij combinatie meerdere lessen € 20  
Supplement volwassenen 25plus € 20

**GRATIS CLUB T-SHIRT :**

Afhalen met bon of via namenlijst in winkel (indien je online inschrijft) bij ARCASPORT, Lippenslaan 6, Knokke-Heist.

**INSCHRIJVING**

- via internet ([www.gymkh.be](http://www.gymkh.be)):
- mogelijk vanaf 1 augustus
  - vanaf geboortjaar 2017
  - snel en eenvoudig
  - betaling via online bankieren
  - voor alle leden behalve TUM en wedstrijd TRA

In sportcentrum De Stormmeeuw:  
- vrijdag 3 en 10 september van 17u - 20u  
- dinsdag 7 en 14 september van 18u - 20u  
- betaling cash of met DOE-bonnen

In sportcentrum Laguna:  
- dinsdag 21 september 18u - 20u  
- betaling cash of met DOE-bonnen

**Tip: Via de mutualiteit kan je een deel van het lidgeld recupereren.**

**RECREATIEGROEPEN  
SPORTCENTRUM DE STORMMEEUW****GYMNASTIEK**

Bengeltjes (2017 - 2016):	vrijdag 17u - 18u
Kapoentjes (2015 - 2014):	vrijdag 17u30 - 18u30
Miniemen (2013 - 2012):	vrijdag 17u30 - 19u
Kadetten (2011 - 2010):	vrijdag 18u - 19u30
Scholieren (2009 - 2008):	vrijdag 18u30 - 20u
Juniors (2007 - 1997):	vrijdag 18u30 - 20u
Volw. 25plus (1996 en vroeger):	vrijdag 19u - 20u

**AIRTRACK**

AIRTRACK 1 (2011 - 2009):	dinsdag 18u - 19u
AIRTRACK 2 (2008 en vroeger):	dinsdag 18u30u - 20u

**TRAMPOLINE**

BASIS TRA 1 (geb. 2015 - 2013):	dinsdag 18u - 19u
BASIS TRA 2 (geb. 2012 - 2010):	dinsdag 18u30 - 20u
BASIS TRA 3 (geb. 2009 en vroeger):	dinsdag 18u30-20u

**WEDSTRIJDGROEPEN  
SPORTCENTRUM LAGUNA****TRAMPOLINE (enkel na selectie)**

WEDSTRIJD TRA:	dinsdag 18u - 20u donderdag 18u - 20u
----------------	--

**TUMBLING (enkel na selectie)**

TUM 1 (6u):	maandag 17u - 19u dinsdag 17u - 19u vrijdag 17u - 19u
TUM 2 (7u):	maandag 17u - 19u dinsdag 17u - 20u vrijdag 17u - 19u

**TRAININGSLOCATIES**

**Sportcentrum De Stormmeeuw**  
Recreatiegroepen: gym, basis trampoline en airtrack  
E. Verheyestraat 14, 8300 Knokke-Heist  
Tel.: 050/630.480

**Sportcentrum Laguna**  
Wedstrijdgroepen: tumbling en trampoline  
Krommedijk 32, 8300 Knokke-Heist  
Tel.: 050/630.495

**EERSTE TRAINING**

Vrijdag 3 september	gymnastiek
Dinsdag 7 september	trampoline en airtrack

**LAATSTE TRAINING**

Dinsdag 21 juni	trampoline en airtrack
Vrijdag 24 juni	gymnastiek

Op wettelijke feestdagen, brugdagen en tijdens schoolvakanties is er geen training.

24 DECEMBER - GEEN TRAINING - ▲  
13 MEI - GEEN TRAINING - Vlaams kampioenschap

**EEN SPORTONGEVAL**

Sporten is gezond, maar een kwetsuur kan altijd voorkomen. Heb je een letsel opgelopen tijdens de trainingen, dan dient het aangifteformulier ingevuld te worden door de trainer en vervolgens ook door de behandelende arts. Zorg ervoor dat alles goed is ingevuld en ondertekend waar nodig. Vergeet niet een vignet van de mutualiteit aan te brengen. Stuur het formulier **binnen de 8 werkdagen** na het ongeval naar:

Gym Knokke-Heist, ter attentie van An Muylaert,  
Dudzelestraat 28, B-8300 Knokke-Heist

Alle verdere afhandelingen gebeuren rechtstreeks met Gymfed. De polis persoonlijke ongevallen is te raadplegen op [www.gymkh.be](http://www.gymkh.be) of [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be). De aangifteformulieren zijn aanwezig in de zaal en kan je bekomen via de trainers. De franchise bedraagt € 25,00 per ongeval.