



INFOBOEKJE 2017-2018



**KONINKLIJKE TURNKRING AALST vzw**  
Secretariaat Geraardsbergsestraat 59 9300 Aalst  
O.N. 0656.760.868



## Welkom bij K.T. Aalst vzw

Dank je wel voor je inschrijving én voor het vertrouwen in onze club en onze trainers.

K.T. Aalst vzw is een club waar elke gymnast aanbod krijgt op zijn/ haar niveau: recreatief of competitief. Elke gymnast telt en daar zetten we ons 100% voor in.

K.T. Aalst vzw is aangesloten bij Gymnastiek Federatie Vlaanderen (Gymfed), werd gesticht in 1946 als feitelijke vereniging en is sinds 2016 omgevormd tot een vzw.

Alle trainingen gaan door in de turnhal van

Sportcomplex Schotte  
Kapellekensbaan 8  
9320 Erembodegem

K.T. Aalst vzw telt een 600-tal leden die de turnsport beoefenen.

We bieden kleuterturnen, toestelturnen, tumbling en trampoline, maxitrampoline, volwassenenturnen en competitie tumbling en acro aan.



K.T. Aalst vzw - Maatschappelijke zetel: Geraardsbergsestraat nr. 59 te 9300 Aalst

[www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be) [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)

## *Missie*

De Koninklijke Turnkring Aalst stelt zich tot doel de lichamelijke opvoeding en in het bijzonder de turnsport in al zijn facetten te bevorderen, aan te moedigen en bereikbaar te maken voor iedereen (Art 3 paragraaf 1 van de Statuten).

## *Visie*

De Koninklijke Turnkring Aalst wil, binnen haar maatschappelijke rol, bijdragen tot een gezonde manier van leven en dit voor al haar leden en lesgevers.

De Koninklijke Turnkring Aalst streeft ernaar:

- haar leden plezier te laten beleven aan sport;
- bij te dragen tot een gezonde en fitte levensstijl;
- te werken aan een prettige groeps sfeer en sociale vaardigheden;
- waarden zoals verdraagzaamheid, respect, fairplay, samenwerking en vriendschap als grondhouding te zien bij iedereen die betrokken is bij de Koninklijke Turnkring Aalst;
- haar vormende functie te bevestigen en te zorgen voor de nodige opleidingen: clubintern en extern;
- een club te zijn waar iedereen zich thuis voelt: zowel jongens als meisjes, van kleuter tot volwassene, van elke nationaliteit en levensovertuiging;
- iedereen de kans te geven om aan te sluiten. We houden het lidmaatschap betaalbaar en komen tegemoet aan leden met een Uitpas met kansentarief;
- met zijn sociale rol een bijdrage te leveren aan haar leden binnen de huidige diverse maatschappij.

## *Kwaliteit is belangrijk voor K.T. Aalst*

- In 2014 behaalde K.T. Aalst het Q4G-label. Het kwaliteitslabel verkregen we na een grondige audit op elk niveau. Onze doelstelling bestaat erin om kwalitatieve trainingen aan te bieden in elke afdeling, elke discipline en aan elke leeftijd. We willen de kinderen – ongeacht het niveau – aanzetten tot turnen.
- Onze groepen toestelturnen (kleuren) gebruiken de 'gymstars' voor een opbouwende leerlijn. Dit scheidt duidelijkheid voor ouders, gymnasten én trainers.
- Om de kinderen nog beter te begeleiden maken we de keuze om vanaf september 2017 ook in de recreatieve groepen met een hoofdtrainer en assistent trainer te werken. Dit kan enkel gerealiseerd worden door een uitbreiding en meerdere engagements van het hele trainerskorps.

Op onze website kan je meer info vinden over onze clubwerking:  
[www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be)



K.T. Aalst vzw - Maatschappelijke zetel: Geraardsbergsestraat nr. 59 te 9300 Aalst

[www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be) [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)

## Bestuur

Het bestuur is samengesteld uit (oud)trainers, ouders en sympathisanten van onze club.

De bestuursleden kregen een taak toegewezen maar werken als een team samen en ondersteunen elkaar in drukke periodes.

Voorzitter	Tine Uvin	Algemene verantwoordelijkheid
Ondervoorzitter	Lieve Arijs	Online inschrijvingen en opvolging mailadres: <a href="mailto:info@turnkringaalst.be">info@turnkringaalst.be</a> Trainer kleuters
Secretaris	Paul Schollaert	Administratie, verzekeringen, subsidies, lid van RVB sportraad stad Aalst
Penningmeester	Mieke Guldemont	Opvolging financiën
Technisch voorzitter	Hannah Verdoodt	Verantwoordelijke trainers en sportkampen
Vertegenwoordiger tumbling	Natalie De Neef	Hoofdtrainer tumbling
Vertegenwoordiger acro	Shanti Van Lierde	Trainer acro
Vertegenwoordiger ouders acro	Gunther Roelandt	PR
Vertegenwoordiger ouders tumbling	Joëlle Camu	Juridisch advies

## Vrijwilligerswerking

We kunnen elk jaar rekenen op vrijwilligers en train(st)ers die helpen om alles in goede banen te leiden.

In de loop van dit turnjaar willen we nog meer werk maken van onze vrijwilligerswerking. Vele handen maken immers licht werk.

Heb je zin om mee te helpen bij een evenement, een clubactie, wil je graag een handje toesteken?

Ben je goed in het maken van een artikel, nieuwsbrief, sponsoring, website, boekhouding, administratie, ... en wil je je inzetten voor onze club?

Neem dan zeker contact op met een bestuurslid of mail naar [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)



## *We are Next*

Onze oudere gymnasten bieden we via het project 'We are next' van de GymFed extra kansen tot groei. We hopen zo hun enthousiasme nog meer aan te wakkeren om later mee verantwoordelijk te willen zijn voor één of andere taak binnen onze club. Zij assisteren ook dit jaar de trainers tijdens de wekelijkse trainingen.





## Turnjaar 2017-2018

Het turnjaar gaat van start op maandag 11 september 2017 en eindigt op zondag 10 juni 2018.

In de vakanties is er enkel training voor de competitiegroepen.

<b>Feestdagen en vakanties</b>	
De eerste zaterdag en zondag van een vakantie is er wel les, tenzij het een feestdag betreft of het sportcomplex Schotte gesloten is.	
Herfstvakantie	maandag 30 oktober tot en met zondag 5 november 2017
Wapenstilstand	zaterdag 11 november 2017
Kerstvakantie	maandag 25 december 2017 tot en met zondag 7 januari 2018
Krokusvakantie	maandag 12 februari tot en met zondag 18 februari 2018
Paasvakantie	maandag 2 april tot en met zondag 15 april 2018
Dag van de arbeid	dinsdag 1 mei 2018
Hemelvaart	donderdag 10 mei 2018
Pinksteren	zondag 20 mei 2018
2 <sup>de</sup> Pinksterdag	maandag 21 mei 2018

## Voorstelling van de groepen

We trainen met verschillende groepen, recreatief en competitief, samen in de turnhal.

Alle groepen werken aan vooropgestelde doelen. Het vraagt heel wat organisatie om iedereen de nodige toestellen te laten gebruiken.

Daarom is discipline zeer belangrijk: volg de richtlijnen van de trainers steeds stipt en correct op. Zo wordt niet nodeloos tijd verloren tijdens de lessen en kan iedere minuut gebruikt worden om te bouwen aan lenigheid, kracht, conditie en gymnastische bewegingen.

### 1. Recreatieve groepen

#### Kleuterturnen (3 tot 6 jaar)

Kinderen ontwikkelen en leren spelenderwijs, het krijgen van een breed basisaanbod is dan ook zeer belangrijk. We werken op een speelse manier aan kracht, lenigheid, uithouding, snelheid, coördinatie, vaak in combinatie met multimove. Deze manier van werken draagt bij tot een evenwichtige ontwikkeling en een gezonde en veilige levensstijl.

We leren de kleuters samenspelen, hun beurt afwachten, mekaar helpen, omgaan met fairplay, ... Zo werken we aan sociale vaardigheden.

Door het groepsgebeuren worden kleuters gestimuleerd in hun zelfredzaamheid. De kleuters krijgen cognitief ook heel wat bagage mee via onze bewegingslesjes: getalbegrip, kleuren en vormen, muziek, ritme... maar wat we vooral belangrijk vinden is dat de kinderen plezier beleven tijdens het bewegen.



## Kleuren (6 tot 18 jaar)

In deze groepen bieden we verder basisgymnastiek op volgende toestellen aan: grond – balk – damesbrug – rekstok – herenbrug – ringen – paard met bogen – Pegasus – plint – minitrampoline en maxitrampoline. Hier verwerven de kinderen, naast het verder ontplooiën van hun motorische competenties, ook verschillende gymnastiekbewegingen aangepast aan de leeftijd. Niet alle toestellen worden bij alle groepen gebruikt. Bij de recreagym gaat de aandacht meer naar het trainen van specifieke vaardigheden, de vooropgestelde doelen per groep zijn gebaseerd op de 'gym stars', een instrument van de GymFed.



## Dieren (10 tot 18 jaar)

Deze groepen zijn gericht op tumbling en trampoline. De gymnasten blijven recreatief aan de slag en hebben reeds heel wat basisvaardigheden verworven die aangeleerd werden in de 'kleur groepen'.

## **NIEUW: sprinkhaan (vanaf geboortjaar 2005)**

Aanbod basis maxitrampoline: gymnasten moeten beschikken over een basis aan turnvaardigheid.



## **Volwassenenturnen (vanaf 18 jaar)**

Een wekelijkse dosis turnen voor late beginners, turners en turnsters van weleer.

## 2. Beloftevolle jongeren (6 tot 7 jaar)

Doel: beloftevolle jongeren voorbereiden op de overstap naar een competitiegroep.

Binnen de groep 5- jarige kleuters wordt gekeken wie interesse en aanleg heeft om een extra moment te trainen. Er wordt verder gewerkt aan een breed gymnastisch basisaanbod. Twee keer per jaar is er een tussentijdse evaluatie die besproken wordt met de ouders.

## 3. Competitie

Heb je voldoende talent en motivatie om aan wedstrijden deel te nemen, dan kan je door de trainers voor de diverse competitieploegen geselecteerd worden. Deze specialiseren zich in een bepaalde discipline: acrobatische gymnastiek of tumbling. Er is een scoutmoment voorzien eind mei.

**Acro:** dit is een dynamische spectaculaire gymnastiekdiscipline voor jongens en meisjes. Indrukwekkende piramides en salto's worden afgewisseld met dans en grondoefeningen. Aangezien er gewerkt wordt in een vast team van 2 à 3 gymnasten speelt wederzijds vertrouwen en een goede samenwerking tussen de partners een belangrijke rol. Daarnaast moet de gymnast ook over de nodige lenigheid, kracht en afwerking beschikken.

**Tumbling:** tumbling is een aaneenschakeling van turnoefeningen op een 25 meter lange, verende baan. Bij tumblingreeksen wisselen rondat, fliks, salto's en schroeven elkaar in een snel tempo af. Kracht, snelheid en lenigheid zijn basisvoorwaarden.

Gymnasten die deelnemen aan A-wedstrijden moeten een medisch geschiktheidsattest indienen (medisch protocol). De hoofdtrainers bezorgen de nodige informatie.

De club betaalt voor elke westrijdgyrnast een licentie om deel te nemen aan officiële wedstrijden georganiseerd door de GymFed. Deelname aan internationale wedstrijden is niet inbegrepen in het lidgeld.

Indien je niet deelnam aan een wedstrijd moet je binnen de 3 dagen na de competitie een medisch attest aan je trainer bezorgen. Indien dit niet gebeurt, krijgt de club een boete (ook al is het bijvoorbeeld de laatste wedstrijd van het seizoen en niet meer belangrijk voor je selectie).

Uitslagen van alle wedstrijden kan men steeds raadplegen en afdrukken op de website van de gymnastiekfederatie: [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be). Je vindt er tevens de geldende reglementeringen en alle praktische informatie betreffende jouw discipline terug. Hiervoor moet je een account aanmaken.

Let op bij het gebruik van medicatie, raadpleeg je huisarts om zeker te zijn dat de gebruikte middelen niet op de verboden lijst voorkomen. Iedereen kan immers te allen tijde getest worden. Zie ook [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be)

Draag steeds de K.T. Aalst kledij, zodat je overal herkenbaar en uniform bent.

Blijkt na verloop van tijd dat een gymnast toch niet over voldoende motivatie, inzet of talent beschikt, óf zich niet goed voelt in de groep en daardoor binnen een competitiegroep moeilijk kan mee draaien, dan zal in overleg met de ouders en gymnast, de gymnast geheroriënteerd worden.



## Clubkledij

In samenwerking met onze hoofdsponsor Comar Sport organiseren we 2 keer op een turnjaar de verkoop van clubkledij. Dit aanbod is vrijblijvend. Via een flyer, onze website en FB worden jullie op de hoogte gebracht van de verkoopmomenten.

De eerste verkooperperiode voor het huidige turnjaar loopt van maandag 11 september tot en met zaterdag 23 september 2017.



## *Afspraken voor alle gymnasten en gebruikers van de turnhal*

In Schotte geldt het huishoudelijk reglement van het sportcomplex en het specifieke reglement voor de turnhal.

Deze reglementen kan je vinden op onze website [www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be), op de website van Schotte [www.aalstsport.be](http://www.aalstsport.be) en aan de deur van de turnhal.

- Alle gymnasten zijn 5 minuten voor de aanvang van de les aanwezig en wachten in de kleedkamer op de trainer alvorens de turnhal te betreden.
- De turnhal mag enkel blootvoets of met propere sokken betreden worden.
- Enkel zuiver water in afsluitbare en niet breekbare drinkbussen is toegelaten. Drankflesjes horen in de daarvoor voorziene bak.
- Neem steeds alles terug mee naar huis, vergeet je kousen, trui, waterflesje... niet mee te nemen.
- Probeer vóór de les naar het toilet te gaan.
- Een short met T-shirt volstaan voor de kleuters en beginnende recreatieve groepen.
- Voor je de turnhal binnengaat, is je haar samengebonden.
- Tijdens het turnen worden geen juwelen gedragen, laat ze thuis dan kan je ze niet kwijt raken.
- Eten, kauwgom en snoep zijn verboden in de turnhal.
- Stoor je de les, dan kan je door de trainer aan de kant geplaatst worden.
- Nooit mag er in de valkuil gesprongen worden of aan de toestellen geturnd worden zonder toelating van de trainers. Dit kan ook enkel in aanwezigheid van je trainer en binnen de eigen les.
- Na de les wordt alles opgeruimd en netjes achtergelaten, óók de kleedkamers en de zaal.
- Publiek is niet toegelaten in de zaal, er is een ruimte voorzien die bereikbaar is via de cafetaria.



## *Gedragscode voor gymnasten, ouders en trainers*

De gedrags- en ethische code van de GymFed ter bevordering van veiligheid, gezondheid en welbevinden kan je vinden op [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) -> meer sites -> ethisch -> gedrags- en ethische code.

Ook op de website van onze club kan je het document terugvinden.

### *Ethisch verantwoord sporten*

De Gymnastiekfederatie ondertekende de Panathlon-verklaring, over de rechten van het kind in de sport.

Met deze verklaring gaan we de verbintenis aan om, over de discussie heen, heldere gedragsregels vast te leggen bij het nastreven van de positieve waarden in de jeugdsport.

#### 'Panathlon Charter over de Rechten van het Kind in de Sport'

Alle kinderen hebben het recht:

1. Sport te beoefenen
2. Zich te vermaken en te spelen
3. In een gezonde omgeving te leven
4. Waardig behandeld te worden
5. Getraind en begeleid te worden door competente mensen
6. Deel te nemen aan training die aangepast is aan hun leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden
7. Zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau in een aangepaste competitie
8. In veilige omstandigheden aan sport te doen
9. Te rusten
10. De kans te krijgen kampioen te worden, of het niet te worden

## Lidmaatschap

Inschrijven doe je via de onlinemodule, meer uitleg hierover kan je vinden op onze website [www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be) bij 'inschrijvingen'.

Wat is er in het lidgeld inbegrepen?

- Lidmaatschap van de Koninklijke Turnkring Aalst vzw.
- Lidmaatschap van de Gymnastiek Federatie Vlaanderen. Deze lidkaart kan je downloaden via je account op [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be), ze geldt als reductiekaart bij toegang tot wedstrijden georganiseerd door de GymFed.
- De verzekering.
- Een digitaal abonnement op het magazine 'Gymtalk'.
- Het lidgeld is voor één turnjaar.
- Wedstrijdlicentie voor competitiegymnasten.
- Vakantietrainingen voor (pre-)competitiegymnasten.

Bijkomende informatie omtrent het lidgeld:

- Het bedrag is afhankelijk van de groep waartoe je hoort.
- Voor de competitiegroepen wordt het lidgeld in 3 schijven betaald.
- Vanaf het derde gezinslid, actief in de club, krijgt men korting.
- Wie inschrijft voor twee verschillende disciplines krijgt korting.
- Heb je een Uitpas met kansentarif, dan betaal je één vierde van het lidgeld voor de groep waar je bij aansluit.
- Alleen wie het lidgeld betaalde, kan verzekerd worden.  
Niet betaald = niet verzekerd.
- Na betaling van het lidgeld zal iedere gymnast in de maand september een document toegestuurd worden voor tussenkomst van het ziekenfonds.

## *De verzekering*

Elk lid van K.T. Aalst is verzekerd voor ongevallen op weg van huis naar de turnhal, tijdens de training en op weg van de turnhal naar huis.

De verzekering geldt ook voor de door ons georganiseerde randactiviteiten. De volledige polis kan je raadplegen op [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) onder de rubriek downloads.

Verlaat bij een kwetsuur nooit de les zonder je lesgever hiervan op de hoogte te brengen. Elk ongeval dient binnen de 24 uur aangegeven te worden! De lesgever geeft een ongevallenformulier mee met het slachtoffer of je downloadt het van onze website [www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be).

Het slachtoffer vult de rubriek ongevallenaangifte in.

Vergeet je handtekening niet te plaatsen onderaan de voorzijde van het blad.

De rubriek "Medisch attest" wordt (volledig) ingevuld door de behandelende geneesheer.

Alles wordt dan zo snel mogelijk terug bezorgd aan een trainer. Na verloop van tijd krijg je de nodige papieren thuis opgestuurd.

Het is noodzakelijk alle briefjes van het remgeld te bewaren alsook briefjes van de apotheker.

Wij willen de ouders erop wijzen dat de verzekering een franchise aanhoudt van € 25,00.

Elk dossier wordt afgesloten met een genezingsattest.

## Communicatie

Wij danken je dat je de stap zet om lid te worden van K.T. Aalst. Vanaf nu ben je onze ambassadeur of ambassadrice.

De meest recente info kan je vinden op onze website [www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be)

Je kan ons steeds bereiken via mail op [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)

We proberen zo snel mogelijk je mail te beantwoorden. Toch willen we begrip vragen voor het feit dat de club enkel werkt met vrijwilligers.

Op regelmatige basis zal je onze nieuwsbrief in je mailbox krijgen. Zo informeren we jullie over al onze groepen, wedstrijden en nevenactiviteiten.

Snelle nieuwtjes en foto's kun je 'liken' op onze Facebookpagina [www.facebook.com/KoninklijkeTurnkringAalst](http://www.facebook.com/KoninklijkeTurnkringAalst)

Heb je vragen, suggesties of opmerkingen, contacteer dan een verantwoordelijke of mail naar [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be). Indien nodig wordt je vraag op de bestuursvergadering aandachtig behandeld.

En hoewel het niet mogelijk is op alle individuele vragen of opmerkingen in te gaan, proberen wij er altijd voor te zorgen dat iedereen tevreden is bij K.T. Aalst.

De trainers en het bestuur zijn er immers voor jullie!

## Reeds gekende Clubactiviteiten

Zondag	12 november 2017	Eetfestijn (De Snip - Moorsel)
Vrijdag	15 december 2017	Verkiezing Sportlaureaat + Kampioenenviering
Zaterdag	5 mei 2018	Recreatornooi
Zondag	6 mei 2018	(onder voorbehoud)
Zondag	3 juni 2018	Kleuterspetters
	April 2018	Wafelactie
	Juni 2018	Scoutmoment



K.T. Aalst vzw - Maatschappelijke zetel: Geraardsbergsestraat nr. 59 te 9300 Aalst

[www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be) [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)

*Dit boekje is van*

*NAAM:*

*Ik turn in volgende groep*

*NAAM GROEP:*

*Mijn trainer heet*

*NAAM:*

*Noteer hier je eigen ervaringen*

## Partners Koninklijke Turnkring Aalst



Deze brochure en ons volledige uurrooster kunt u ook terugvinden op onze website

K.T. Aalst vzw - Maatschappelijke zetel: Geraardsbergsestraat nr. 59 te 9300 Aalst

[www.turnkringaalst.be](http://www.turnkringaalst.be) [info@turnkringaalst.be](mailto:info@turnkringaalst.be)