

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 17 - 18 MAART



Op vrijdag 17 en zaterdag 18 maart gaat eindelijk onze tweejaarlijkse Gymshow door. Tijdens dit wervelend spektakel geven meer dan 300 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 13 MEI / TEAMCUP TUMBLING 14 MEI

Tumbling, trampoline en dubbele minitrampoline



In het weekend van 13 en 14 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. Op zondag strijden tumblingteams van alle niveau's in team voor de beker! Spektakel verzekerd, want waarschijnlijk zijn ook de gymnasten van Team Belgium aanwezig! Afspraak in Sportcentrum De Stormmeeuw te Knokke.



BELANGRIJKE DATA

INSCHRIJVINGEN	vanaf 1 augustus (online)
REPETITIE SHOW	10 maart van 17u - 20u
ALG. REPETITIE SHOW	15 maart van 13u - 18u
GYMSHOW	17 - 18 maart
VL KAMPIOENSCHAP	13 mei
TEAMCUP TUM	14 mei
V+ GYMSTAGE	31 juli - 4 augustus

Infobrochure 2022-2023



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

volg ons op:  

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 350-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 20 jaar werken wij mee aan externe audits, dit leverde ons verschillende kwaliteitslabels op. In 2022 slaagden we opnieuw 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
Events & communicatie	Annelie Ingelbrecht
Alg. technische leiding recrea	Veerle Vandeweghe
Technische leiding recrea	Bruno Vandeweghe
Public Relations	Charlotte Vereecke
Verantwoordelijke competitie	Chiara Dell'Anno
Verantwoordelijke tumbling	Joyce Vanhollebeke
Verantwoordelijke trampoline	Tom Hofman

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 2022 - 2023
- verzekering sportongevallen
- club T-shirt

1u	1,5u	4u	6u	7u
€90	€135	€300	€400	€450

Gezinskorting vanaf 2de lid van hetzelfde gezin € 10
Korting bij combinatie meerdere lessen € 10
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):

- mogelijk vanaf 1 augustus
- vanaf geboortjaar 2018
- snel en eenvoudig
- betaling via online bankieren
- voor alle leden behalve TUM en wedstrijd TRA

In sportcentrum De Stormmeeuw:

- vrijdag 9 en 16 september van 17u - 20u
- dinsdag 13 en 20 september van 18u - 20u
- betaling cash of met DOE-bonnen

In sportcentrum Laguna:

- dinsdag 13 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 (2018 - 2017):	vrijdag 17u - 18u
Kapoentjes (2016 - 2015):	vrijdag 17u30 - 18u30
Miniemen (2014 - 2013):	vrijdag 17u30 - 19u
Kadetten (2012 - 2011):	vrijdag 18u - 19u30
Scholieren (2010 - 2009):	vrijdag 18u30 - 20u
Juniors (2008 - 1998):	vrijdag 18u30 - 20u
Volw. 25plus (1997 en vroeger):	vrijdag 19u - 20u

AIRTRACK

AIRTRACK 1 (2013 - 2011):	dinsdag 18u - 19u
AIRTRACK 2 (2010 en vroeger):	dinsdag 19u - 20u

TRAMPOLINE

RECREA TRA 1 (geb. 2013 - 2011):	dinsdag 18u - 19u
RECREA TRA 2 (geb. 2010 en vroeger):	dinsdag 19u - 20u

SPORTCENTRUM LAGUNA

TRAMPOLINE

BASIS TRA 1 (2016 - 2014):	dinsdag 17u - 18u
----------------------------	-------------------

WEDSTRIJDGROEPEN 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, recrea trampo 1-2 en airtrack
E. Verheyestraat 14, 8300 Knokke-Heist
Tel.: 050/630.480

Sportcentrum Laguna
Wedstrijdgroepen: tumbling en trampoline
Recreatiegroep: basis trampo 1
Krommedijk 32, 8300 Knokke-Heist
Tel.: 050/630.495

EERSTE TRAINING ! WE STARTEN LATER DOOR VERNIEUWING DAK !

Vrijdag 16 september gymnastiek
Dinsdag 20 september trampoline en airtrack

LAATSTE TRAINING

Dinsdag 20 juni trampoline en airtrack
Vrijdag 23 juni gymnastiek

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

12 MEI - GEEN TRAINING - Vlaams kampioenschap
24 MAART - GEEN TRAINING - BK Tafeltennis

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 of www.gymfed.be. De aangifteformulieren zijn aanwezig in de zaal en kan je bekomen via de trainers. (franchise €25,00 per ongeval)

Hervatten training na ongeval kan enkel na afgifte attest van genezing!