

Met dank aan onze partners

**INGELBRECHT
SYNDIC
VERZEKERINGEN
BANK**

www.ingelbrecht.be

DemeyereCars
uw rijplezier, onze passie
NISSAN RENAULT DACIA

Lycke & Van Huffel
BELEGGEN & VERZEKEREN

KNOKKE HEIST

GYM Knokke-Heist vzw
Dorpsstraat 132, 8301 Knokke-Heist
Ond. nr. 0472 921 916 RPR Gent, afd. Brugge

TRAININGEN

Een heel team van lesgevers staan 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, tablet,... 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 kunnen op onze website en/of 'sociale media' geplaatst worden en kunnen gebruikt worden voor promotie van de eigen club. Gymnasten en ouders gaan hiermee akkoord bij inschrijving van het lid.

GYMSHOW - 21-22 FEBRUARI



Op vrijdag 21 en zaterdag 22 februari gaat onze tweejaarlijkse Gymshow door. Tijdens dit wervend spektakel geven meer dan 300 gymnasten het beste van zichzelf, van jong tot oud! Als ouder of grootouder mag u dit voor geen geld missen. Noteer dus zeker de datums in uw agenda! We willen graag al onze leden oproepen om hieraan deel te nemen.

GYMSTAGES



Tijdens de zomervakantie organiseren we altijd onze gymstage voor jong en oud. We zullen dit jaar ook tijdens verschillende andere vakanties stages organiseren! De inschrijvingen verlopen steeds via vakantieplus van de gemeente Knokke-Heist dus wees er snel bij. Stages worden steeds gegeven door onze trainers. De exacte data liggen nog niet vast maar bekijk zeker de brochures van vakantieplus! Hopelijk zien we dan veel gymnasten op de stages.



BELANGRIJKE DATA

INSCHRIJVINGEN	vanaf 1 augustus (online)
REPETITIE SHOW	14 februari van 17u - 20u
ALG. REPETITIE SHOW	19 februari van 13u - 19u
GYMSHOW	21 - 22 februari
V+ GYMSTAGE	28 juli - 1 augustus

Infobrochure 2024-2025



GYM KNOKKE-HEIST vzw
Dorpsstraat 132, 8301 Knokke-Heist
info@gymkh.be | www.gymkh.be | Tel. 0474/55.74.29

volg ons op:  

ONTSTAAN

Onze club bestaat bijna 50 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 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 dat wij steken in onze lessen en de omkadering ervan.

**BESTUUR & TECHNISCHE LEIDING**

Voorzitter	Pierre Tiebout
Secretaris en API (aanspreekpunt integriteit)	An Muylaert
Penningmeester & PR	Charlotte Vereecke
Sponsorwerving	Jürgen Corveleyn
Events & communicatie	Annelie Ingelbrecht
Events & communicatie	Megan Leroy
Alg. technische leiding recrea	Veerle Vandeweghe
Verantwoordelijke competitie	Chiara Dell'Anno

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 2024 - 2025
- verzekering sportongevallen
- club T-shirt

1 u	1,5u	2u	2,5u
€100	€150	€190	€240

Gezinskorting vanaf 2de lid van hetzelfde gezin € 10
Supplement volwassenen 25plus € 20

GRATIS CLUB T-SHIRT :
Afhalen tijdens de inschrijvingen

INSCHRIJVING

- via internet (www.gymkh.be):
- mogelijk vanaf 1 augustus
 - vanaf geboortjaar 2020
 - snel en eenvoudig
 - betaling via online bankieren
 - voor alle leden behalve TUM en wedstrijd TRA

In sportcentrum de Laguna:

- vrijdag 6, 13 en 20 september van 17u - 19u
- dinsdag 10 en 17 september van 18u - 19u30
- betaling cash - UITPAS - DOE-bonnen

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

SPORTCENTRUM DE STORMMEEUW**GYMNASTIEK**

Bengeltjes (2020 - 2019):	vrijdag 17u - 18u
Kapoentjes (2018 - 2017):	vrijdag 17u30 - 18u30
Miniemen (2016 - 2015):	vrijdag 17u30 - 19u
Kadetten (2014 - 2013):	vrijdag 18u - 19u30
Scholieren (2012- 2011):	vrijdag 18u30 - 20u
Juniors (2010 - 2000):	vrijdag 18u30 - 20u
Volw. 25plus (1999 en vroeger):	vrijdag 19u- 20u

AIRTRACK

AIRTRACK 1 (2015 - 2013):	dinsdag 18u - 19u
AIRTRACK 2 (2012 en vroeger):	dinsdag 19u - 20u

TRAMPOLINE

RECREA TRA 1 (geb. 2015 - 2013):	dinsdag 18u - 19u
RECREA TRA 2 (geb. 2012 en vroeger):	dinsdag 19u - 20u

SPORTCENTRUM LAGUNA**TRAMPOLINE**

BASIS TRA 1 (2018 - 2016):	dinsdag 17u - 18u
----------------------------	-------------------

**WEDSTRIJDGROEPEN
TRAMPOLINE (na selectie)**

Trainingsuren worden meegedeeld na selectie

TUMBLING (na selectie)

Trainingsuren worden meegedeeld na selectie

Opgelet! In september trainen alle groepen in sportcentrum Laguna wegens de dakproblemen in de Stormmeeuw.

TRAININGSLOCATIES

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

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

EERSTE TRAINING

Vrijdag 6 september	gymnastiek
Dinsdag 10 september	trampoline en airtrack

LAATSTE TRAINING

Dinsdag 17 juni	trampoline en airtrack
Vrijdag 20 juni	gymnastiek

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

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 ingescande formulier **binnen de 8 werkdagen** na het ongeval naar:

Gym Knokke-Heist, ter attentie van An Muylaert,
info@gymkh.be

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.

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