

FLIK-FLAK

Een nieuwsbrief met alle weetjes over de club

november 2023-januari 2024



Kijk jij ook uit naar onze nieuwe turnshow
op zaterdag 16 en zondag 17 maart 2024?



Driemaandelijks tijdschrift
Jaargang 20, nr. 2
V.U. Gym Haacht vzw p/a Renaat Willems, Poverstraat 26, 3150 Haacht

Inhoudstafel

Voorwoord	2
Administratieve inlichtingen	3
1. Inschrijving en lidgeld	3
2. Download je lidkaart op Mijn Gymfed	3
3. Attest voor de mutualiteit	3
4. Trainingen tijdens de kerstvakantie	3
Terugblik	4
1. Happy Cup Ritmische Gymnastiek te Gent	4
Komende activiteiten	4
1. Opendeurmomenten	4
2. Turnshow "Jobbeurs voor flexibele profielen"	5
In de kijker: VTS-initiatorcursus Gymnastiek te Haacht	7
Kalender seizoen 2023-2024	9

**Verantwoordelijke uitgever:**

Gym Haacht vzw
p/a Renaat Willems
Poverstraat 26
3150 Haacht

Inlichtingen:

016/60 73 93 Renaat Willems, *externe relaties*

info@gymhaacht.be


Gymnastiek
Federatie
Vlaanderen voor



www.gymhaacht.be

Voorwoord

Beste leden, ouders en sympathisanten van Gym Haacht,

Welkom in deze Flick Flak voor de periode november-januari. Ons nieuw seizoen is goed gestart vol sportieve uitdagingen, groei en plezier en we kunnen niet wachten om samen met jullie deze reis te maken.

Gym Haacht heeft altijd gestreefd naar het bevorderen van een gezonde levensstijl, fysieke fitheid en vooral een gemeenschap waarin vriendschap en teamgeest bloeien. Onze getalenteerde trainers en bestuursleden werken hard om ervoor te zorgen dat elk lid, jong en oud, zich thuis voelt in onze gym club.

In deze editie van ons boekje vind je belangrijke informatie over de komende evenementen, trainingsschema's en belangrijke mededelingen. Kijk zeker al eens naar de datum van onze turnshow, zodat deze reeds gereserveerd is jou agenda.

De komende maanden beloven opwindend te worden, gevuld met momenten van triomf en doorzettingsvermogen, en we hopen dat jullie deze tijd met volle teugen zullen benutten. Laten we samen streven naar persoonlijke doelen en genieten van de vreugde van beweging en prestatie.

Ik wil ook van de gelegenheid gebruikmaken om onze vrijwilligers en ouders te bedanken voor hun voortdurende steun. Hiervan waren onze mosseldagen het beste bewijs! Zonder jullie inzet en enthousiasme zou Gym Haacht niet kunnen bloeien zoals het dat doet.

Nog een geweldige tijd bij Gym Haacht in de komende maanden en ik wens jullie alvast een fijn eindejaar.

Met sportieve groeten,

Ruud Timmermans

Voorzitter Gym Haacht vzw

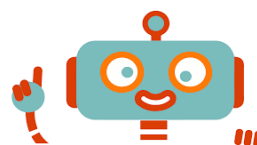
Uw reclame hier?

Stuur een bericht naar
info@gymhaacht.be
voor meer informatie

TROOPER

Steun Gym Haacht gratis via Trooper!

Surf naar <https://trooper.be/gymhaacht>



Administratieve inlichtingen

1. Inschrijving en lidgeld

Voor alle **wedstrijdploegen** werd bij inschrijving een eerste betaling opgevraagd. De **nog openstaande saldo's** zullen in de loop van november opgevraagd worden en kunnen betaald worden via overschrijving op het rekeningnummer BE05 0680 7213 4075 van Gym Haacht vzw met vermelding van naam, voornam(en) en groepsnummer(s).

Elektronisch inschrijven

1. Ga naar www.gymhaacht.be.
2. Klik in het menu op "Inschrijven" en volg de verdere instructies.

2. Download je lidkaart op Mijn Gymfed

Je kan zelf je lidkaart downloaden via je persoonlijke Gymfed-profiel. Vergeet je lidkaart (geprint of digitaal) niet mee te brengen naar onze activiteiten, dan geniet je van het ledentarief. Je kan zelfs je pasfoto toevoegen op je profiel voor een duidelijke identificatie!

Lidkaart printen

1. Ga naar www.gymfed.be/login en log in met je e-mailadres en wachtwoord.
Als je nog nooit ingelogd hebt op "Mijn Gymfed":
 - a) Klik op "Wachtwoord aanvragen/vergeten?".
 - b) Vul je e-mailadres in en klik op "Stuur wachtwoord".
 - c) Klik op de link die je via e-mail ontvangen hebt en registreer een wachtwoord.
 - d) Log in op "Mijn Gymfed".
2. Kies in het menu links "Mijn Lidkaart" en klik op "Download je lidkaart".
3. Open het pdf-bestand en druk af (vink "Ware grootte" aan of vink "Aanpassen aan pagina" uit).

3. Attest voor de mutualiteit

Het attest van de mutualiteit werd jullie onlangs via email bezorgd. Je kan een duplicaat van het attest downloaden door in te loggen op www.gymfed.be.

4. Trainingen tijdens de kerstvakantie

Van maandag 25 december 2023 tot en met zondag 7 januari 2023 zijn er geen trainingen voorzien voor de dans- en recreatieve groepen. De wedstrijd ploegen trainen volgens de schema's opgesteld door hun trainers.

Terugblik

1. Happy Cup Ritmische Gymnastiek te Gent

Op 3 en 4 november namen Jitte, Noor en Lise deel aan de Happy Cup in Gent. De eerste wedstrijd ritmische gymnastiek van het seizoen. Onze meisjes leverden een uitstekende prestatie. Goed gedaan! We zijn trots op jullie!



Komende activiteiten

1. Opendeurmomenten

De ouders van onze jongerengroepen kunnen **van maandag 18 tot en met zaterdag 23 december 2023 de laatste 20 minuten van de training van hun kinderen bijwonen**. De ouders verzamelen in de inkomhal van de sporthal en zullen 20 minuten voor het einde van de lessen opgehaald worden door één van onze trainers. Schoenen moeten uitgedaan worden vooraleer de turnhal te betreden.

2. Turnshow “Jobbeurs voor flexibele profielen”

Op **zaterdag 16 en zondag 17 maart 2024** zal de jaarlijkse turnshow van Gym Haacht doorgaan. Hieronder vind je de indeling van de groepen (onder voorbehoud van wijzigingen, die via een aparte communicatie meegedeeld zullen worden).

<u>Groep</u>	<u>Show</u>
Kidies 1 (1 ^e kleuterklas)	zaterdagnamiddag
Kidies 2 (2 ^e kleuterklas)	zondagnamiddag
Kidies 3 en 3+ (3 ^e kleuterklas)	zaterdagavond
Kidies 3+	zaterdagavond
Gymtopia 1 en 1+ (1 ^e leerjaar)	zaterdagnamiddag
Gymtopia 2 en 2+ (2 ^e leerjaar)	zondagnamiddag
Gymtopia 1+ en 2+	zaterdagavond
Gymstars 3 ^e en 4 ^e leerjaar	zaterdagnamiddag
Gymstars 5 ^e en 6 ^e leerjaar	zaterdagavond
Gymstars middelbaar + Supernova's (meisjes)	zaterdagavond
Supernova's (jongens)	zondagnamiddag
Freerunning A (-12 jaar)	zaterdagnamiddag, zondagnamiddag
Freerunning B (+12 jaar)	zaterdagavond, zondagnamiddag
Tumbling	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
Acrobatische gymnastiek	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
RG recreatief (groep 30/54)	zondagnamiddag
Dames + Senioren	zaterdagnamiddag en zondagnamiddag
Dance Aerobics	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
Total Body Workout	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
Recre@ meisjes 1 (3 ^e en 4 ^e leerjaar)	zaterdagnamiddag
Recre@ meisjes 2 (5 ^e en 6 ^e leerjaar)	zondagnamiddag
Recre@ meisjes 3 (middelbaar)	zaterdagavond
Recre@ jongens + TTJ wedstrijdploeg	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
TTM wedstrijdploeg	zaterdagnamiddag, zaterdagavond en zondagnamiddag
RG wedstrijdploeg (jongeren)	zaterdagnamiddag
RG wedstrijdploeg (junioren)	zondagnamiddag
RG wedstrijdploeg (senioren)	zaterdagavond

TTJ = toestelturnen jongens, TTM = toestelturnen meisjes, RG = ritmische gymnastiek



TURNSHOW



JOBBEURS

voor flexibele profielen

za 16.03.2024 | 14U
za 16.03.2024 | 19U
zo 17.03.2024 | 14U

Sportcomplex Den Dijk
Haacht

Iedereen
welkom!



Toegangskarten te verkrijgen op
www.gymhaacht.be*

* vanaf half februari 2024

In de kijker: VTS-initiatorcursus Gymnastiek te Haacht

In augustus 2024 zal Gym Haacht, in samenwerking met de Vlaamse Trainersschool (VTS), een initiatorcursus organiseren. Alle trainers, die nog geen initiatordiploma hebben en 16 jaar oud zijn op de dag dat de cursus start, kunnen hieraan deelnemen. De inschrijvingskosten worden gedragen door Gym Haacht. De cursus wordt gegeven in het sportcomplex Den Dijk, dus je hoeft geen verre verplaatsingen te maken. Maak gebruik van deze kans!

Wat staat er op het programma?

datum	uren	vak	module
za 17 aug 2024	9.00 - 17.30 uur	Start 2 Coach	M1
zo 18 aug 2024	9.00 - 16.30 uur	Start 2 Coach	M1
zo 25 aug 2024	9.30 - 11.00 uur	Examen Start 2 Coach	M1
zo 25 aug 2024	11.00 - 16.30 uur	Initiator	M2/M3
ma 26 aug 2024	9.00 - 17.00 uur	Initiator	M2/M3
di 27 aug 2024	9.00 - 18.00 uur	Initiator	M2/M3
wo 28 aug 2024	9.00 - 17.00 uur	Initiator	M2/M3
do 29 aug 2024	9.00 - 18.00 uur	Initiator	M2/M3
vr 30 aug 2024	9.00 - 17.00 uur	Initiator	M2/M3
vr 15 nov2024	19.00 - 21.00 uur	Feedback en reflectie stage	M4
zo 24 nov2024	4 uur	Examen theorie M2 en didactiek + methodiek M3	M2/M3

Hoe inschrijven?

Vanaf woensdag 8 november om 09.30u kan je je inschrijven voor deze cursus via de website: <https://www.sport.vlaanderen/vlaamse-trainersschool/vts-organiseert-kwaliteitsvolle-opleidingen/>

Opgelet! Het aantal plaatsen is beperkt, dus wees er snel bij!

Meer informatie?

Meer informatie kan je terugvinden op de website van GymFed:

- Voor "Start 2 coach": <https://www.gymfed.be/kalender/event/2833>
- Voor modules M2/M3/M4: <https://www.gymfed.be/kalender/event/2834>

SPELLETJESHOEK

Los samen met Gymbó en Gymba alle spelletjes op. Ga jij de uitdaging aan? Veel succes!

Oh nee, Nina is de weg kwijt. Breng jij haar veilig terug naar de toesporthal? Je mag enkel over de plaatjes lopen die iets met de discipline Toestelturnen te maken hebben.










De ritmiekmeisjes staan mode opvolgjes met hun folgen, maar de ontbrekende heeft je op het einde. Vind jij wat er nu komt in de laatste volgorde? Denk het in alka rij welke eruit moet komen.



Verbind de punten en ontdek op welke toestellen Gymbó aan het turnen is. Weet jij in welke disciplines deze toestellen voorkomen? Kleur het toestel uit de discipline Acro mooi in!

De jongens in de discipline Toestelturnen turnen aan maar liefst 6 toestellen; brug met gelijke leggers, rek, sprong, ringen, paard met bogen en grond. De gymnasten krijgen elk 1 of 2 elementen per toestel om te oefenen, maar de letters staan helemaal door elkaar. Vul de vakjes aan met de letters in de juiste volgorde en vind het verborgen woord.



	TENESKIR	[] [] [] [] [] [] [] []
	RUBG	[] [] [] [] [] []
	DALTS	[] [] [] [] [] [] []
	UOWAHNGV	[] [] [] [] [] [] [] [] [] []
	UZEEIRNZAWA	[] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []
	TNUOEEHKS	[] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []
	NDAASNTDH	[] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] [] []

Wist je dat deze gymnast zijn eigen element heeft in de FIG-code? Kei cool!

Check hier Hoel's element!



Toestelturnen jongens: kreten, brug, salto, vouwbrug, reuzenwaan, hoeksteen, handstand, verborgen woord: kwartaal. Toestelturnen meisjes: ritmiek, 1e lint, 2e hoepel, 3e hoepel, 4e hoepel, 5e hoepel, 6e hoepel, 7e hoepel, 8e hoepel, 9e hoepel, 10e hoepel, 11e hoepel, 12e hoepel, 13e hoepel, 14e hoepel, 15e hoepel, 16e hoepel, 17e hoepel, 18e hoepel, 19e hoepel, 20e hoepel, 21e hoepel, 22e hoepel, 23e hoepel, 24e hoepel, 25e hoepel, 26e hoepel, 27e hoepel, 28e hoepel, 29e hoepel, 30e hoepel, 31e hoepel, 32e hoepel, 33e hoepel, 34e hoepel, 35e hoepel, 36e hoepel, 37e hoepel, 38e hoepel, 39e hoepel, 40e hoepel, 41e hoepel, 42e hoepel, 43e hoepel, 44e hoepel, 45e hoepel, 46e hoepel, 47e hoepel, 48e hoepel, 49e hoepel, 50e hoepel, 51e hoepel, 52e hoepel, 53e hoepel, 54e hoepel, 55e hoepel, 56e hoepel, 57e hoepel, 58e hoepel, 59e hoepel, 60e hoepel, 61e hoepel, 62e hoepel, 63e hoepel, 64e hoepel, 65e hoepel, 66e hoepel, 67e hoepel, 68e hoepel, 69e hoepel, 70e hoepel, 71e hoepel, 72e hoepel, 73e hoepel, 74e hoepel, 75e hoepel, 76e hoepel, 77e hoepel, 78e hoepel, 79e hoepel, 80e hoepel, 81e hoepel, 82e hoepel, 83e hoepel, 84e hoepel, 85e hoepel, 86e hoepel, 87e hoepel, 88e hoepel, 89e hoepel, 90e hoepel, 91e hoepel, 92e hoepel, 93e hoepel, 94e hoepel, 95e hoepel, 96e hoepel, 97e hoepel, 98e hoepel, 99e hoepel, 100e hoepel.

Kalender seizoen 2023-2024

DECEMBER	
18-23	Opendeurmomenten
25-31	Geen training voor recreatieve gymnasten (kerstvakantie)
JANUARI	
1-7	Geen training voor recreatieve gymnasten (kerstvakantie)
FEBRUARI	
3-4	Provinciale voorronde RG niveau A, B en C vanaf +13 jaar (Den Dijk)
12-18	Geen training voor recreatieve gymnasten (krokusvakantie)
MAART	
16-17	Turnshow
APRIL	
1-14	Geen training voor recreatieve gymnasten (Paasvakantie)
20-21	Vlaams Kampioenschap RG A- en B-niveau (Den Dijk)
JUNI	
8	Kleuterhappening
9	Laatste trainingsdag recreatieve ploegen
JULI	
4-7	Rock Werchter
26-28	Jan Primusfeesten
29-31	Gymweek (Den Dijk)
AUGUSTUS	
1-2	Gymweek (Den Dijk)

Wedstrijdgymnasten zullen door hun trainers op de hoogte gebracht worden van het specifieke wedstrijdprogramma waaraan zij deelnemen.

Intern aanspreekpunt integriteit (API):

- Freddy Machiels : machiels_freddy@yahoo.com – 0498/48 69 66

Externe aanspreekpunten integriteit (API's):

- Veerle Van Eylen : veerle.vaneylen@aveb.be – 0479/39 89 49
- Kathleen Vercauteren: kathleenvercauteren@gmail.com – 0494/89 05 73

Garage WOUTERS - HAACHT

CITROËN
Specialist



Verkoop- Onderhoud- Herstellingen

Wespelaarsesteenweg 101, 3150 HAACHT 016/600.130

EQUINE ACADEMY: BOARDING-TRAINING-BREEDING
TALLAART 39, 2500 KONINGSHOOIKT. 0477/40 85 73



Pct Horse



Piazzetta Pellet- en houtkachels
Devroe Danny

0495/24 06 90

danny.devroe@skynet.be

topkwaliteit, comfort en milieuvriendelijk



**Metsel-, voeg-
en tegelwerken**

Devroe Danny

0495/24 06 90

danny.devroe@skynet.be

BTW-nummer: BE0732.352.869

Brasserie
Hof ter Dijle

Keerbergenbroek 79 | 3150 Haacht

016/84.34.64

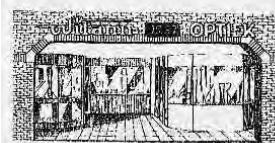
info@hofterdijle.be | www.hofterdijle.be

openingsuren: zie website

regelmatig nieuwe suggesties | streekgerechten
gebruik van eigen groenten en verse kruiden

groot terras | zandbak en speeltuigen voor kinderen
fiets- en wandelroutes in de nabije omgeving
erkend fietscafé door toerisme Vlaams-Brabant

wilann
www.wilann.be



STATIONSSTRAAT 4
3150 HAACHT
☎ 016 60 11 46
info@wilann.be

 **Belfius**
Bank & Verzekeringen

Agentschap Haacht
016/61 79 90

 Ellentric
Pigeon

Algemene electriciteitswerken
0495/78 87 94 Wespelaar

Drankenhandel Swinnens



Rijmenamsesteenweg 165
3150 Haacht
Tel 016/60.26.60
Fax 016/60.68.13
drankenhandel@swinnens.be

DISCOUNT en LEVERING AAN HUIS

Alle soorten bieren, frisdranken, wijnen

Wij leveren ook alle materialen
voor uw feestjes thuis
(tapinstallatie, frigo, stoelen, tafels)

 **KLUSJESMAN
GEERT**
ALGEMENE RENOVATIEWERKEN BINNEN EN BUITEN

www.klusjesmangeert.be

0477/21.51.41

klusjesmangeert@hotmail.com