

't Flikflakske



Onthaalbrochure

AUGUSTUS 2009, Jaargang 8, Nummer 1

Clubblad Turnkring Deugd en Moed Ekeren VZW

Voor leden, ouders, bestuur, lesgevers en sympathisanten

www.deugdenmoed.be

V.U. Deugd en Moed Ekeren VZW, Frans Lenaertsstraat 25, 2180 Ekeren



Activiteitenkalender 2009-2010

7 september 2009	start turnjaar
12 september 2009	testmoment gespecialiseerde turngroepen
4 oktober 2009	10 jaar Rolling Stars – Weesp – Nederland
11 oktober 2009	kaderdag Dans - Leuven
17/18 oktober 2009	kaderweekend Gymnastiek - Gent
18 november 2009	Gymland
27 november 2009	Lekkernijslag
2 december 2009	Sinterklaasfeest - Akerzaal
12 december 2009	Kwis - Moretus, campus Lourdes
6 februari 2010	Spaghettifuif - Moretus, campus Lourdes
3-8 mei 2010	opendeurweek en medailles kleuters

De wedstrijdkalender vindt u op p.27.

G-Gym

Zoals al aangekondigd werd, start onze club met een afdeling G-GYM in samenwerking met de VZW Camille Paulus Jeugdsportfonds en de provincie Antwerpen. G-GYM staat voor Gymnastiek voor personen met een handicap. We richten ons tot kinderen van 6 tot en met 12 jaar met een mentale handicap.



Vorig jaar vierden wij als club ons 50-jarig bestaan. Op deze manier laten we zien dat we nog steeds vernieuwend te werk gaan. Wij zijn dan ook de eerste club die gymnastiek voor deze doelgroep aanbiedt binnen de stad Antwerpen. Vier jonge gediplomeerde lesgevers zullen hun schouders onder dit project zetten. Met veel goede moed, hart en ziel, zullen zij elke zaterdagochtend klaar staan. Op deze manier hopen wij om elk kind een leuke vrijetijdsbesteding aan te bieden.

Meer inlichtingen i.v.m. de inschrijvingen vindt u op p10.

Beste lezer,

De vakantie is (bijna) gedaan en u heeft het eerste Flikflakske van ons 51^{ste} sportjaar ontvangen. Tamara heeft er een heuse onthaalbrochure van gemaakt met alle info over het reilen en zeilen binnen onze club. Zoals u kan lezen, hebben we weer een mooi aanbod proberen samen te stellen met enkele nieuwe groepen zoals G-Gym, ZUMBA en een extra kleutergroep.

Graag nodigen we u uit op de Bierpruverfeesten op zondag 13 september 2009 om 13.00u op de parking over de bibliotheek. Om 13.00u wordt 'Den Bierpruver' aangekleed met de Deugd en Moed clubuniform en kan u er iets komen drinken en naar de optredens kijken van onze gymnasten en dansers.

Begin september wordt door de Stad Antwerpen een jeugdsportcoördinator rechtstreeks bij ons in de club tewerkgesteld. Deugd en Moed is één van de 4 turnclubs van de stad die in dit project participeren. Doel is een hoog kwalitatief jeugd beleid uit te bouwen. Suggesties en opmerkingen over onze werking zijn steeds welkom bij ons.

Veel sportplezier en vergeet niet je tijdig in te schrijven op één van de vastgestelde data!

Sportieve groeten,
Eddy Aelbrecht, voorzitter raad van bestuur.

Inhoud	
Activiteitenkalender 2009-2010	2
G-Gym	3
Programma 2009-2010	4
Lidgeden 2009-2010	6
Adressen zalen	9
Inschrijvingen	10
Toelatingsvoorwaarden	11
Belangrijke opmerkingen	12
Uniformkledij	16
Nieuwe lesgevers	19
Verzekeringen bij AIG	20
Datums van leswisselingen	21
Raad van bestuur	22
Deugd en Moed @ the web	23
Ouderraad	24
Wedstrijdskalender 2009-2010	27

Redactie	
Tamara Vervoort	
Reacties: Pastorijveld 51 2180 Ekeren flikflakske@pandora.be	
	
Verschijnt op 800 exemplaren en digitaal op www.deugdenuoed.be	

Programma 2009-2010

Hieronder geven wij u ons aanbod voor het volgende turnseizoen. Dit programma is onder voorbehoud van kleine wijzigingen in september. Er staat ook een maximum op het aantal leden per groep.
(B = Blarenstraat; L = Moretus, campus Lambertus)

Kleuters

1 ^e kleuterklas	Wo	15.30u-16.30u	B	Marijke, Wendy
1 ^e en 2 ^e kleuterklas	Wo	14.30u-15.30u	B	Marijke, Wendy
2 ^e kleuterklas	Wo	16.30u-17.30u	B	Marijke, Roel
2 ^e en 3 ^e kleuterklas	Wo	17.30u-18.30u	B	Marijke, Roel
3 ^e kleuterklas	Ma	17.30u-18.30u	B	Joyce, Tatjana
Kleuterdans (2 ^e en 3 ^e)	Do	17.30u-18.30u	B	Joyce

G-gym

G-Gym (6-12 jaar)	Za	9.30u-10.30u	B	Marijke, Jessica, Astrid, Sabrina
G-Gym (6-12 jaar)	Za	10.30u-11.30u	B	Marijke, Jessica, Astrid, Sabrina

Recreatief turnen jeugd

1 ^e en 2 ^e leerjaar	Di	18.00u-19.00u	L	Sanne
1 ^e en 2 ^e leerjaar	Di	18.00u-19.00u	L	Olivier
1 ^e en 2 ^e leerjaar	Do	18.00u-19.00u	L	Kevin
3 ^e en 4 ^e leerjaar	Di	19.00u-20.00u	L	Sanne
3 ^e en 4 ^e leerjaar	Do	19.00u-20.00u	L	Olivier
5 ^e leerjaar	Wo	18.00u-19.00u	L	Kevin
6 ^e leerj. en 1 ^e middelb.	Wo	19.00u-20.00u	L	Kevin
1 ^e -5 ^e middelbaar	Wo	20.00u-21.30u	L	Kevin, Dana

Dans jeugd

Moderne dans basis (1 ^e en 2 ^e lj.)	Do	18.30u-19.30u	B	Sally
Moderne dans 3 ^e -6 ^e lj.	Di	17.00u-18.00u	B	Joke
Moderne dans middelb. (demo)	Di	18.00u-19.30u	B	Joke
Hip Hop 3 ^e -6 ^e leerjaar	Ma	18.30u-19.30u	B	Eliane
Hip Hop middelbaar	Ma	19.30u-20.30u	B	Eliane
Hip Hop demo	Do	19.30u-20.30u	B	Ellen

Gespecialiseerde turngroepen

Keur basis	Vr	18.00u-19.30u	L	
Keur (acrogym)	Wo	16.30u-18.00u	L	Tamara
Keur (tumbling/tramp)	Wo	15.00u-16.30u	L	
Acrogym basis	Za	11.30u-13.00u	L	Katrien
Acrogym wedstrijd	Wo	18.00u-20.00u	L	Katrien, Tamara
Acrogym wedstrijd	Vr	18.00u-20.00u	L	Katrien, Tamara
Acrogym wedstrijd	Za	11.30u-13.00u	L	Tamara
Trampoline basis	Wo	16.30u-18.00u	L	Kevin
Trampoline wedstrijd	Wo	15.00u-16.30u	L	Tania, Kevin
Trampoline wedstrijd	Do	18.00u-20.00u	L	Tania, Kevin
Trampoline wedstrijd	Za	16.30u-18.00u	L	Tania
Tumbling basis	Za	9.30u-11.30u	L	Eline, Dana
Tumbling techniek	Di	19.00u-20.30u	L	Eddy, Olivier
Tumbling wedstrijd	Vr	19.30u-21.00u	L	Eddy
Tumbling wedstrijd	Zat	9.30u-11.30u	L	Eddy

Volwassenen (vanaf 6^e middelbaar)

BBB - Dames grond	Di	19.30u-20.30u	B	Joke
BBB - Dames grond	Di	20.30u-21.30u	B	Joke
Dames 55+	Wo	20.30u-21.45u	B	Rita
Dames/Heren sprongen	Di	20.30u-22.00u	L	Eddy
Heren conditie en volleybal	Do	20.30u-22.30u	L	Kris
Jazz volwassenen	Ma	20.30u-22.00u	B	Marc
Hip Hop volwassenen	Do	20.30u-21.30u	B	Ellen
Total Body Conditioning	Do	20.00u-21.00u	L	Sally
Total Body Conditioning	Do	20.00u-21.30u	L	Sally
ZUMBA	Wo	18.30u-19.30u	B	Lucia
(dit uur wordt enkel ingericht als de groep van 19.30u volzet is)				
ZUMBA	Wo	19.30u-20.30u	B	Lucia




Lidgelden 2009-2010

Lidgelden worden onder geen beding terugbetaald!**Vaste premie**

Iedereen betaalt de vaste premie van €22 plus het lidgeld van de groep(en) die voor hem/haar van toepassing is (zijn).

De lidgelden zijn in de tabellen vanaf p.8 vermeld en gelden voor een lessenreeks vanaf 7 september 2009 tot en met 19 juni 2010.

In het lidgeld is inbegrepen: de verzekering, de bijdrage aan de turnfederatie 'GymnastiekFederatie Vlaanderen' waarvan onze club lid is, de administratiekosten, wedstrijdgelde, de huur van de zalen en de lesgelde. Ook ontvangt u tweemaandelijks het tijdschrift 'Zot van Gym' van GymnastiekFederatie Vlaanderen en vijf maal per jaar ons eigen clubblad. Met de lidkaart krijgt u ook korting op tal van activiteiten van de federatie.

Kortingen

Gepensioneerden:

Gepensioneerden genieten het tarief van de schoolgaanden. U bent gepensioneerd als u geboren bent in 1954 of vroeger en effectief gepensioneerd bent. Voor huisvrouwen(mannen) geldt de status van de partner.

Gezinskorting:

Gezinnen waarvan drie leden lid zijn van onze club, genieten een korting van 10% op het totale lidgeld. Gezinnen waarvan vier leden of meer lid zijn, genieten een korting van 20% op het totale lidgeld. Gezinsleden zijn gedomicilieerd op hetzelfde adres.

Aantal trainingsuren:

Gymnasten die 5u of meer per week trainen, genieten een korting van 10% op het totale lidgeld. Deze korting is niet cumuleerbaar met de gezinskorting.

Bestuursleden en trainers:

Bestuursleden, trainers, hulptrainers en hulpbestuursleden zijn vrijgesteld van de vaste premie van €22.

Boetes

Bij inschrijving in september dient het lidgeld betaald te zijn **voor 5 oktober 2009**. Bij laattijdige betaling wordt een administratiekost van €5 aangerekend.

Afbetalingsplannen

Indien u moeite heeft het lidgeld in een keer te betalen, voorzien wij de mogelijkheid tot gespreide betaling. U kan hiernaar informeren bij de bestuursleden. Bij lidgelden beneden de €100 is gespreide betaling niet mogelijk. Leden die een afbetalingsplan aanvragen, verbinden zich ertoe het volledige lidgeld te betalen, ook indien het lid omwille van welke reden dan ook stopt in de loop van het turnjaar. Men kan zich niet inschrijven voor een volgend turnjaar indien het volledige lidgeld niet betaald werd. Sowiezo vervalt het recht op een nieuw afbetalingsplan bij misbruik van het eerste.

Langdurige afwezigheid omwille van medische redenen

Indien u het turnjaar niet kan vervolmaken omwille van medische redenen (kwetsuur, ziekte, zwangerschap,...) kan u (of een van uw gezinsleden) een deel van uw lidgeld recupereren bij een volgende inschrijving. Als u niet meer aanwezig kan zijn in de lessen omwille van medische redenen (alleen medische redenen worden geaccepteerd, een doktersbewijs is dus noodzakelijk), meldt u dit best meteen aan een bestuurslid of via mail en bezorgt u zo snel mogelijk een doktersattest. Op de volgende raad van bestuur wordt dan uitgerekend hoeveel u kan recupereren voor het volgende turnjaar. Het lidgeld wordt niet terugbetaald, u krijgt het jaar nadien een korting op het lidgeld dat u of een van uw gezinsleden dan moet betalen.

Jazz volwassenen en ZUMBA

De groepen Jazz volwassenen en Zumba werken met een 10 beurtenkaart. Alle leden van deze groepen betalen wel de vaste premie van €22 en het lidgeld van de groep (resp. €19 of €12). Verder kopen zij een 10 beurtenkaart bij de respectievelijke lesgevers van deze groepen. De 10 beurtenkaarten tellen niet mee bij de berekening van de kortingen.

Terugbetalingen ziekenfonds

U bent slechts ingeschreven na storting van het lidgeld op rekening 'Turnkring Deugd en Moed Ekeren VZW' (KBC) **733-0065181-27**.

Na betaling van het lidgeld ontvangt u een betalingsbewijs. Een kopie hiervan kan u binnenbrengen bij het ziekenfonds waarbij u aangesloten bent voor een eventuele gedeeltelijke terugbetaling van het lidgeld.

Tabel lidgelden

s/g: schoolgaanden/gepensioneerden

v: volwassenen

Vergeet de vaste premie van €22 niet bij de lidgelden van de verschillende groepen te tellen!

code	groep	s/g	v
	Vaste premie	22	22
	te laat betaald	5	5
K1	1 ^{ste} kleuterklas	32	
K2	1 ^{ste} en 2 ^{de} kleuterklas	32	
K3	2 ^{de} kleuterklas	32	
K4	2 ^{de} en 3 ^{de} kleuterklas	32	
K5	3 ^{de} kleuterklas	32	
K6	kleuterdans	66	
G1	G-gym groep 1 9.30u	32	
G2	G-gym groep 2 10.30u	32	
M1	1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar dinsdag	32	
M2	1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar dinsdag groep 2	32	
M3	1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar donderdag	32	
M4	3 ^{de} en 4 ^{de} leerjaar dinsdag	32	
M5	3 ^{de} en 4 ^{de} leerjaar donderdag	32	
M6	5 ^{de} leerjaar	32	
M7	6 ^{de} leerjaar en 1 ^{ste} middelbaar	32	
M8	1 ^{ste} – 5 ^{de} middelbaar	48	
Q1	Keur basis	48	
Q2	Keur specialisatie tumbling en trampoline	48	
Q3	Keur specialisatie acro	48	
A1	Acrogym basis	48	
A2	Acrogym wedstrijd woensdag	64	100
A3	Acrogym wedstrijd vrijdag	64	100
A4	Acrogym wedstrijd zaterdag	48	75
TU1	Tumbling basis	64	
TU2	Tumbling techniek en wedstrijd dinsdag	48	75
TU3	Tumbling wedstrijd vrijdag	48	75
TU4	Tumbling wedstrijd zaterdag	64	100

TR1	Trampoline basis	48	
TR2	Trampoline wedstrijd woensdag	48	75
TR3	Trampoline wedstrijd donderdag	64	100
TR4	Trampoline wedstrijd zaterdag	48	75
V1	Dames – Heren sprongen	48	75
V2	BBB – Dames grond 19.30u	46	66
V3	BBB – Dames grond 20.30u	46	66
V4	Dames 55+	32	50
V5	Heren conditie en volleybal	64	100
D1	Moderne dans 1ste en 2de leerjaar	66	
D2	Moderne dans 3 ^{de} -6 ^{de} leerjaar	66	
D3	Moderne dans middelbaar (demo)	99	
D4	Jazz volwassenen *	19	19
H1	Hip Hop 3 ^{de} -6 ^{de} leerjaar	66	
H2	Hip Hop middelbaar	66	
H3	Hip Hop demo en wedstrijd	66	
H4	Hip Hop volwassenen	66	86
TBC1	Total Body Conditioning 1u	66	86
TBC2	Total Body Conditioning 1,5u	99	129
Z1	Zumba groep 1 18.30u **	0	0
Z2	Zumba groep 2 19.30u **	0	0
E	Ereleden → alleen vaste premie	22	22

*+10 beurtenkaart (€35 voor s/g; €59 voor v) of losse beurt (€7)

**+ 10 beurtenkaart (€55 voor s/g/v) of losse beurt (€6)

Adressen zalen

Clubhuis

Frans Lenaertsstraat 25, 2180 Ekeren
over de blauwe poort van Moretus, campus Lambertus (boven medisch centrum)

Turnzalen

-Moretus, campus Lambertus: ingang via Frans Lenaertsstraat, blauwe poort
-Blarenstraat: Blarenstraat 19, 2180 Ekeren, ingang via bruine deur

Inschrijvingen

Voorinschrijvingsmomenten

Vanaf dit turnjaar werken we met twee voorinschrijvingsmomenten waarop alleen onze **oude leden** ingeschreven kunnen worden. Zo trachten we te vermijden dat zij niet meer kunnen aansluiten bij een groep die volzet is. Nieuwe leden (ook broertjes/zusjes/... van oude leden) moeten sowieso wachten tot de volgende inschrijvingsdata.

Vrijdag	28 augustus 2009	18.00u-21.00u	Clubhuis
Zaterdag	29 augustus 2009	10.00u-13.00u	Clubhuis
		14.00u-16.00u	Clubhuis

Inschrijvingsmomenten

Woensdag	2 september 2009	18.00u-20.00u	Clubhuis
Zondag	6 september 2009	10.00u-16.30u	Clubhuis
		(tijdens de rommelmarkt van de Kattenberg)	
Maandag	7 september 2009	17.00u-20.30u	Blarenstraat
Dinsdag	8 september 2009	17.30u-20.30u	Clubhuis
Woensdag	9 september 2009	16.00u-20.30u	Clubhuis
Donderdag	10 september 2009	17.30u-20.30u	Clubhuis
Zondag	13 september 2009	13.00u-16.00u	parking
		bibliotheek (tijdens aankleden Bierpruver)	
Woensdag	16 september 2009	16.00u-20.00u	Clubhuis
Zaterdag	19 september 2009	14.00u-18.00u	Veltwijckpark
		(tijdens septemberkermis/vuurwerk op het B-terrein in het Veltwijckpark)	

Inschrijvingsmomenten G-gym

Voor deze doelgroep is er een informatieavond op vrijdag 28 augustus 2009. Tijdens deze avond wordt er een korte schets van de club gegeven, gaan we dieper in op de afdeling G-gym en geven we graag antwoord op uw vragen. Het is tevens het moment om kennis te maken met de lesgevers.

Inschrijven voor deze doelgroep kan bij voorkeur op volgende data:

Vrijdag	28 augustus 2009	20.00u-21.30u	Ekers Hof
			(op de ouderavond)
Donderdag	3 september 2009	20.00u-21.00u	Clubhuis

Inschrijven op een ander moment kan na telefonische afspraak met Jessica Vervoort (0498/675022).

Toelatingsvoorwaarden

Medisch attest

Al onze actieve leden dienen een attest medische geschiktheid om te sporten voor te leggen. Zo'n attest wordt ingevuld door de huisarts en blijft vijf jaar geldig. Wedstrijdgyrnasten (ook recreatieve wedstrijden) dienen elk jaar hun medisch attest te vernieuwen, net als 65-plussers. Het medisch attest kan je downloaden op onze website bij 'downloads' of je kan het meenemen bij de inschrijvingen.

Recreatieve turngroepen

Alle deelnemers dienen de juiste leeftijd te hebben bij aanvang in de respectievelijke groepen. Er worden slechts uitzonderingen toegestaan door de raad van bestuur na het ontvangen van een gefundeerde reden.

Dansgroepen

Alle deelnemers van de kleuterdans of de moderne dans basis dienen de juiste leeftijd te hebben bij aanvang in de respectievelijke groepen, verder is er geen selectie vereist.

De andere dansgroepen worden ingedeeld op niveau, de trainer bepaalt in welk niveau je kan inschrijven. Leden van de groep Hip Hop demo sluiten verplicht ook aan bij de groep Moderne Dans 1 (demo).

G-gym

Wij richten ons tot kinderen met een mentale handicap van 6 t.e.m. 12 jaar. In eerste instantie vertaalt zich dit naar kinderen met een type-1 attest. Indien uw kind een ander attest heeft, is dit altijd bespreekbaar. Meer info op p10 van deze onthaalbrochure.

Gespecialiseerde turngroepen

De groep basiskeur bereidt voor op de andere keurgroepen en op de verschillende disciplines. Deze groep moet nog niet gecombineerd worden met een andere gespecialiseerde turngroep, maar de leden van deze groep moeten wel tweemaal per week turnen.

Leden van de keurgroepen moeten een andere gespecialiseerde groep volgen (tumbling / trampoline / acro). Leden van een van deze drie disciplines blijven de keurgroep volgen tot een bepaalde norm behaald is. De technische leiding bepaalt bij welke van de twee keurgroepen je ingedeeld wordt. Sowieso moeten leden van deze groepen minimum twee

gespecialiseerde trainingen per week volgen, dit om de vooruitgang en het niveau te garanderen.

De leden van deze gespecialiseerde groepen worden elk jaar geëvalueerd, zij krijgen dan een evaluatiebrief mee waarin staat voor welke groepen zij zich het volgende turnjaar kunnen inschrijven.

Gespecialiseerde turngroepen bereiden sowieso voor op wedstrijden, van de leden die tot deze groepen behoren, wordt dan ook verwacht dat zij aan de wedstrijden deelnemen zodra zij het gewenste niveau bereikt hebben.

Men kan slechts toetreden tot onze gespecialiseerde turngroepen via het instapmoment. Het instapmoment vindt plaats op **zaterdag 12 september 2009 om 14.00u in de turnzaal van Moretus, campus Lambertus**. Op deze middag kunnen gymnasten die zich verder willen specialiseren zich laten testen door de trainers van de tumblinggroepen, de trampolinegroepen en de acrogroepen. Zij kijken dan of de gymnast geschikt is voor een specialisatie in de turnsport en bij welke disciplines de desbetreffende turner eventueel kan aansluiten. Een tweede instapmoment zal in de loop van de maand mei plaatsvinden. Op het instapmoment wordt niet zozeer getest wat de gymnast al kan, maar wordt er gekeken naar een aantal basisvaardigheden als coördinatie, lenigheid, kracht en sprongkracht,... kortom er wordt gekeken hoe snel de gymnast kan bijleren.

Het is **verplicht om vooraf in te schrijven** voor het instapmoment. Het einduur van het instapmoment zal rond 16.00u zijn, maar dit hangt af van het aantal inschrijvingen.

Inschrijven kan voor turnertjes **vanaf het eerste leerjaar tot en met het vierde leerjaar**, uitzonderingen op de maximumleeftijd worden toegestaan, maar dan zal de gymnast turntechnisch al wat verder moeten staan.

Inschrijven kan bij onze jeugd sportcoördinator Kevin Van Rompaey (jeugd sport@deugdenmoed.be of 0497/865643) of tijdens de inschrijvingsmomenten voorafgaand aan het instapmoment. Bij inschrijving vermeld je zeker de naam van de gymnast, de geboortedatum en eventueel de disciplines waarin de gymnast geïnteresseerd is (tumbling / trampoline / acrogym).

Leden die vorig jaar al van onze gespecialiseerde turngroepen lid waren of leden die op het laatste instapmoment geselecteerd werden, kregen een **brief** waarop de groepen waarvoor zij zich kunnen inschrijven, vermeld staan. Gelieve deze brief mee te nemen naar de inschrijvingen om het onderzoekwerk te vergemakkelijken.

Wedstrijdgroepen

Leden van de wedstrijdgroepen dienen actief deel te nemen aan de voorziene wedstrijden en regelmatig aanwezig te zijn op de trainingen. De club betaalt de inschrijvingsgelden voor de wedstrijden. Bij niet-gewettigde afwezigheid op wedstrijden (niet deelnemen = doktersattest voorleggen) wordt het inschrijvingsgeld belast aan de gymnast. Wedstrijdkledij moet in overeenstemming zijn met de voorschriften (zie 'uniformkledij' op p16).

Een wedstrijdlicentie is verplicht voor wedstrijdgyrnasten die deelnemen in het A, B, C en I-niveau. De trainers van de verschillende disciplines bepalen in onderling overleg per gymnast het wedstrijdniveau voor het komende seizoen en of er een licentie vereist is. Deze licentie wordt aangekocht door de club. Gymnasten met een licentie vallen onder de wetgeving over de transferregelingen. Transfers van de ene naar de andere club kunnen enkel aangevraagd worden tussen 1 en 30 juni van het lopende jaar. Een medisch protocol is vereist voor licentiehouders die deelnemen in het A-niveau. Informatie wordt verstrekt bij de inschrijvingen of op www.deugdenmoed.be.



Pastorijveld 25
2180 Ekeren
tel. 03 542 15 69

THUISZORGWINKEL

Knie- enkel- en polsbandages
van o.a. VULKAN en BOTA,
pleisters, Ginseng-crèmes,
zitballen...

Ook podologische hulpmiddelen,
krukken, rollators, rolstoelen,
aderspatkousen en
incontinentiemateriaal

Openingsuren:
ma 14u - 17u
wo 10u-12u en 14u-17u
vrij 14u-17u
of na telefonische afspraak

Belangrijke opmerkingen

Tijdens de lessen worden er geen sierraden en horloges gedragen, lange haren worden netjes bij elkaar gebonden. Turnen kan enkel in aangepaste kledij en schoeisel. Het is verboden de turntoestellen te betreden zonder aangepast schoeisel. Zo zullen alle trampolinespringers verplicht worden turnpantoffels te dragen.

De club heeft een uniform T-shirt dat iedereen verplicht is om te dragen tijdens de lessen. Verdere bepalingen over uniformkledij kan je terugvinden op p16. Zeker de leden die willen toetreden tot gespecialiseerde groepen dienen dit grondig te lezen.

De leden wachten voor het aanvangen van de turnles in de kleedkamer en komen pas in de zaal op teken van een bestuurslid of lesgever. Ouders zijn niet toegelaten tijdens de lessen.

Ongevallen tijdens de lessen dienen onmiddellijk gemeld te worden aan de verantwoordelijke verzekeringen, Frank Vermeylen (vermeylen-rossau@telenet.be of 03/6642383). Vraag uw verzekeringsformulier!

Alle leden zijn onderworpen aan de statuten en aan de artikels van het huishoudelijke reglement. Dit reglement ontvang je op aanvraag, maar het ligt ook ter inzage in de turnzalen en het staat op de website.

Leden worden slechts als lid beschouwd na betaling van de volledige som van het lidgeld. Indien nog niet helemaal zeker of aan een bepaalde discipline zal worden deelgenomen, dient toch reeds het saldo van het lidgeld voor de andere disciplines overgemaakt te worden.



Kantoor Ekeren Centrum

LINDERS
Schoenen - Sportartikelen

Dames en Herenschoenen

Sportartikelen

Ara

ROMIKA

SCOLARO

MEPHISTO.....

ADIDAS

NIKE

OLYMPIC

AGIVA

BLEYER

SASAKI(linten,ballen
knotsen, hoepels...)

Turn&trainingspakken volgens
eigen ontwerp. Speciale
voorwaarden voor club's

Driehoekstraat47 2180 Ekeren ☎03/541.20.86

lindersmonique@telenet.be

www.tempobvba.be



Bredabaan 1121 Tel. 03/663 66 38
2930 Brasschaat Fax 03/663 80 20
Email : info@tempobvba.be

Uniformkledij

T-shirt

Voor wie?

Voor iedereen! Iedereen is verplicht dit T-shirt aan te schaffen en tijdens de lessen te dragen!

Prijs?

€10 (kindermodel) / €13 (vrouwen-, heren- en unisexmodel)

Hoe aanschaffen?

T-shirts passen kan tijdens de inschrijvingen, het lidgeld wordt vermeerderd met het bedrag van het T-shirt. Na overschrijving van het bedrag, ontvang je dan je T-shirt.

In de loop van het jaar een extra T-shirt aanschaffen kan altijd nog. Je vraagt gewoon een overschrijving aan je zaalverantwoordelijke die daarop het model en de maat noteert. Na betaling ontvang je je T-shirt.



Modellen en maten?

Kind:



K3/4
K5/6
K7/8
K9/11
K12/14

Vrouw:



VXS
VS
VM
VL

Man:



HS
HM
HL
HXL

Unisex:



US
UM
UL
UXL
UXXL

Trainingspak

Voor wie?

Voor alle leden van de gespecialiseerde turngroepen met uitzondering van diegenen die naast basiskeur nog geen andere gespecialiseerde groep volgen. Dit wil zeggen dat alle leden van de trampoline- en tumblinggroepen, de acrogroepen en beide gespecialiseerde keurgroepen verplicht zijn dit trainingspak aan te kopen.

Het wordt steeds gedragen op wedstrijden, trainingen, het turn- en dansgala,... Ook onze lesgevers en bestuursleden dragen dit trainingspak tijdens de lessen.



Prijs?

€65 (maat 22 tot 34, d.w.z. 2-15 jaar)

€70 (maat 36 tot 44, vanaf 15jaar)

Hoe aanschaffen?

Trainingspakken passen kan bij de inschrijvingen, je krijgt dan een overschrijving mee met de maat op. Na betaling ontvang je je trainingspak. Ook na de inschrijvingen kan je nog trainingspakken passen bij de zaalverantwoordelijke.

Model en maten?

Model: Milano team, model Trieste

Maten: 22 (2-3j.), 24 (3-4j.), 26 (5-6j.), 28 (7-8j.), 30 (9-10j.), 32 (11-13j.), 34 (13-15j.), 36 (15+), 38 (17+), 40, 42 en 44

Men is niet verplicht om de broek en de vest van dezelfde maat te nemen, de grootste maat telt voor de prijs.

Maillot

Voor wie?

Voor alle leden van de gespecialiseerde turngroepen, ook voor de leden van de basiskeur.

De maillot wordt steeds gedragen op wedstrijden, het turn- en dansgala,... Tijdens de lessen kan de clubmaillot uiteraard ook gedragen worden.

Prijs?

€46 meisje kleine maat

€49 meisje grote maat

€40 jongen

€22 broekje (verplicht voor de jongens, mag voor de meisjes)

€4 haarlint (mag voor de meisjes)

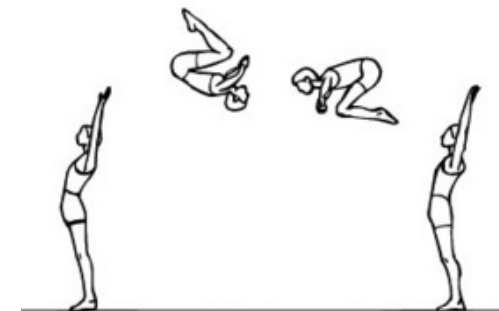
Hoe aanschaffen?

Maillots passen gebeurt tijdens de les in oktober. De club bestelt de maillots en je krijgt een overschrijving mee. Als de maillot gemaakt en betaald is, ontvang je je maillot.



Tweedehandsuniformen - oproep

Steeds weer is er vraag naar tweedehands maillots en trainingspakken. Als u een maillot of trainingspak van de club te koop hebt, gelieve dan de juiste maten door te geven. Wij beginnen binnenkort volop met het passen en de verkoop voor de nieuwe leden van de gespecialiseerde turngroepen, laat dus gauw iets weten aan Katrien De Pauw.



(katriendepauw76@hotmail.com of 0499/330344)

Aandacht Aandacht Aandacht Aandacht Aandacht Aandacht
Willen alle leden/ouders ervoor zorgen dat turnsloefen, T-shirts, maillots,... genaamtekend zijn? Er blijven vaak T-shirts liggen en aangezien iedereen dezelfde draagt, is het vaak moeilijk de juiste eigenaar op te sporen.



De Kort
 MENS MOBIEL COMFORT



Nieuwe lesgevers

Ook dit jaar komen enkele nieuwe trainers ons team vervoegen of worden enkele helpers vaste trainers. We wensen hen veel succes en willen hen graag beknopt voorstellen.

Sabrina Embrechts:	Initiator Gymnastiek in opleiding G-Gym
Joyce Kloek:	Initiator Gymnastiek in opleiding Kleuterleidster in opleiding 3de kleuterklas en kleuterdans
Kris Jennes:	Master LO Trainer A Fitness Heren Conditie en volleybal
Eliane Adler:	Dansinstructeur, specialisatie Hip Hop Hip Hop 3 ^e -6 ^e leerjaar en middelbaar
Joke Heylen:	Hedendaagse en klassieke dansstudies, choreografie Koninklijk conservatorium Moderne dans 3 ^e -6 ^e leerjaar en middelbaar en BBB
Ellen Smits:	TEC 2 TEACH Hip Hop demo en volwassenen
Lucia Salvo:	Instructeur ZUMBA (Zumba.com) ZUMBA

Vanaf begin september stelt de Stad Antwerpen een jeugdsportcoördinator rechtstreeks tewerk in 4 Antwerpse turnclubs waaronder Deugd en Moed. In het totaal zullen 12 clubs in 3 sporttakken (voetbal, zwemmen en gymnastiek) van dit project kunnen genieten. Vier turnclubs werden geselecteerd op basis van objectieve gegevens zoals het aantal jeugdleden, het aantal gediplomeerde trainers en enkele kwaliteitsparameters.

Koen Holvoet komt ons team versterken en Kevin Van Rompaey zal samen met hem werken aan het jeugdbeleid binnen onze club. Succes heren!

Verzekeringen bij AIG

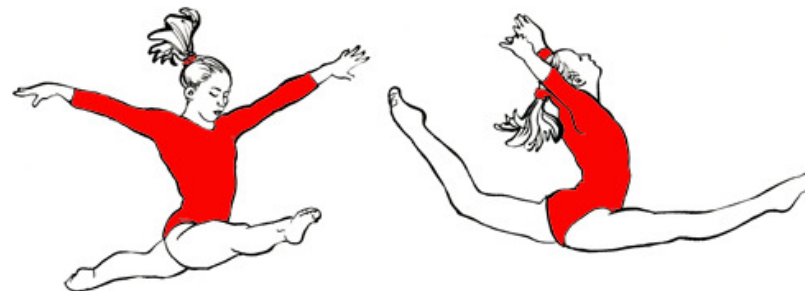
Uiteraard zit je bij onze club ook goed als het op de verzekering van de leden aankomt. Dankzij de degelijke en betrouwbare polis van AIG, zijn de leden van onze club verzekerd tegen lichamelijke ongevallen, burgerlijke aansprakelijkheid en op de weg van en naar de turn- of dansles. De polisvoorwaarden kan je op onze site downloaden.

Voor meer informatie verwijzen we u graag naar onze verantwoordelijke verzekeringen Frank Vermeylen (vermeylen-rossau@telenet.be of 03/6642383).

Procedure ongevalsangifte

Enkel de ongevallen aangegeven via het ongevalaangifteformulier van de GymnastiekFederatie Vlaanderen worden in aanmerking genomen. Dit formulier kan altijd worden gedownload op de website.

- Het slachtoffer meldt het schadegeval aan de club (verantwoordelijke verzekeringen Frank Vermeylen).
- Het getekende aangifteformulier wordt binnen de 8 werkdagen na het ongeval naar de GymnastiekFederatie gezonden.
- De federatie kent, na controle van lidmaatschap, het schadegeval een dossiernummer toe. Het slachtoffer wordt hiervan schriftelijk verwittigd. Tegelijkertijd krijgt de verantwoordelijke van de club voor de ongevallen een mail dat de aangifte op de federatie is binnengekomen met vermelding van het dossiernummer, toegekend aan deze schadeclaim.
- Samen met het dossiernummer ontvangt het slachtoffer een formulier voor de behandelingskosten en een voorgedrukt attest van genezing.
- De federatie handelt rechtstreeks het dossier, tot en met de schadebetaling, verder af met het slachtoffer.

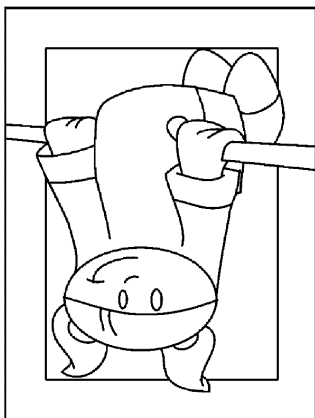




Datums van leswisselingen

Hierbij de data waarop er niet geturnd kan worden in de turnzaal van **Moretus, campus Lambertus** wegens activiteiten in de theaterzaal

dinsdag	15 september 2009	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	13 oktober 2009	lessen stoppen om 19.50u
vrijdag	16 oktober 2009	geen les
dinsdag	27 oktober 2009	onder voorbehoud
vrijdag	30 oktober 2009	lessen stoppen om 20.00u
dinsdag	10 november 2009	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	24 november 2009	lessen stoppen om 19.50u
woensdag	9 december 2009	geen les van 15u tot 16.30u
dinsdag	15 december 2009	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	12 januari 2010	lessen stoppen om 19.50u
vrijdag	15 januari 2010	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	9 februari 2010	lessen stoppen om 19.50u
woensdag	3 maart 2010	lessen stoppen om 19.50u
vrijdag	5 maart 2010	lessen stoppen om 18.50u
dinsdag	23 maart 2010	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	27 april 2010	lessen stoppen om 19.50u
dinsdag	23 maart 2010	lessen stoppen om 19.50u
vrijdag	7 mei 2010	lessen stoppen om 20.00u
vrijdag	21 mei 2010	lessen stoppen om 18.50u



Regeling voor lessen die regelmatig wegvallen:

- op dinsdag: groep Dames/Heren sprongen verhuist naar woensdag, turnzaal Moretus, campus Lambertus, om 20.30u
- op vrijdag: les tumbling verhuist naar de Blarenstraat

Uitzonderingen worden door de train(st)ers meegedeeld, eventueel niet gegeven lessen worden ingehaald op een ander tijdstip (bijvoorbeeld in de vakantie).

Raad van bestuur

Voorzitter/penningmeester:

Eddy Aelbrecht, Plasstraat 73 bus3, 2940 Hoevenen, 03/2970819
voorzitter@deugdenmoed.be

Ondervoorzitter/hoofd technische commissie wedstrijdtunen:

Katrien De Pauw, Coquilhatstraat 49 b, Bus 3.6, 2000 Antwerpen, 0499/330344
katriendepauw76@hotmail.com

Secretaris:

Tamara Vervoort, Pastorijveld 51, 2180 Ekeren, 0485/745059
tvervoort78@hotmail.com

Ledenadministratie:

Maria Verbelen, Pierre Van Gehuchtenstraat 9, 2030 Antwerpen, 03/5412537
marverbelen@pandora.be

Verantwoordelijke kledij en vervangingen lesgevers/sters:

Hilda Vennekens, Moerenhoutlaan 35, 2180 Ekeren, 03/5426788

Clubhuis/kopieën:

Martine van Bergen, Oorderseweg 117, 2180 Ekeren, 03/2905315
De_Witte_M@hotmail.com

Verzekeringen/ouderraad:

Frank Vermeylen, Vogelkersstraat 26, 2180 Ekeren, 03/6642383
vermeylen-rossau@telenet.be

Maintenance manager:

Chris Pauwels, Bredestraat 93, 2180 Ekeren, 0475/832896
cpelektro@skynet.be

G-Gym/verslaggeefster:

Jessica Vervoort, Paleisstraat 7 bus 1, 2018 Antwerpen, 0498/675022
jvervoort@hotmail.com

Bestuurslid:

John Roelens, Baljuwlaan 2, 2180 Ekeren, 03/6442102
johnroelens@skynet.be

Bestuurslid:

Nathalie Oger, Leopoldlei 15, 2180 Ekeren, 03/5418646
nathalie.oger@skynet.be

Veerle Verresen fungeert als **ombudsvrouw** voor onze turn- en dansclub. Bij problemen tussen lesgevers of bestuursleden en leden zal zij optreden als bemiddelaar volgens de regels van het huishoudelijke reglement.

Kevin Van Rompaey is de **jeugdsportcoördinator** van de club (jeugdsport@deugdenmoed.be of 0497/865643). Een uitgebreide taakomschrijving van de jeugdsportcoördinator vindt u op onze website.

De ombudsvrouw en de jeugdsportcoördinator zijn geen lid van de raad van bestuur om hun onafhankelijkheid te vrijwaren, maar zij rapporteren wel aan de raad van bestuur.

De **Algemene Vergadering** bestaat uit onze leden van de raad van bestuur versterkt door Veerle Verresen en Lieve Schoenmaeckers, beide oud-leden van de raad van bestuur.

@

Deugd en Moed @ the web

Wij proberen samen met de **webmaster Erwin Weyers** onze website heel up-to-date te houden. U kan er alle informatie vinden over de inschrijvingen, de groepen, de uurroosters, de lidgelden, onze sponsors, ... Ook het huishoudelijk reglement en de statuten kan u er downloaden. Alle informatie over het uniform, de jeugdsportcoördinator en onze verhuurservice (airtrack, borden en bestek, bain-marie) staat er eveneens op. In het wedstrijdseizoen zetten wij na elk wedstrijdweekend de resultaten die onze gymnasten behaalden op de site en ook foto's van onze turners en dansers kan u er terugvinden. Ga dus zeker eens een kijkje nemen op **www.deugdenmoed.be**.

Ouderraad

Vorig jaar werd de start gegeven aan de eerste ouderraad van onze club. Zo kunnen we de samenwerking tussen onze club en haar leden bevorderen. Wij kunnen enkel groeien door middel van kritische evaluatie, een objectieve kijk op onze werking en activiteiten. Voor deze samenwerking, evaluatie en wat hulp bij de jaarlijkse activiteiten doen wij beroep op de ouderraad.

Onze ouderraad komt vier maal per jaar samen: in oktober, in januari, in maart en in mei. Er is steeds een vertegenwoordiger van de raad van bestuur op deze vergaderingen aanwezig, deze taak heeft Frank Vermeylen op zich genomen.

Momenteel bestaat onze ouderraad uit 6 leden: Ingrid Gruppings (secretaris), Luc de Somville, Annemie Plompen, Anton Ven, Patricia Vervroegen en Annemie Willemsen.

Natuurlijk mogen nog meer ouders zich kandidaat stellen want wij willen dat deze ouderraad representatief is voor de hele club en zoeken vertegenwoordiging binnen alle groepen.

Wie kan zich kandidaat stellen?

- ouders en leden die minstens 16 jaar oud zijn
- zowel mannen als vrouwen
- ouders/leden van alle groepen binnen onze club
- familieleden van leden van de raad van bestuur en van lesgevers zijn uitgesloten van deelname

Geïnteresseerd? Neem dan gewoon even contact op met Frank Vermeylen.

(vermeylen-rossau@telenet.be of 03/6642383)



**Uw zekerheid...
ons vak!**

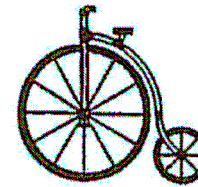
**Zakenkantoor Ludo Elst BVBA
Parijseweg 145
2940 HOEVENEN**

Naast zeer scherpe en concurrentiële tarieven voor al uw verzekeringen, bieden wij u volgende extra troeven:

- **24 u op 24 u** telefonische bijstand
- **Gratis expertise** voor de waardebeoordeling van uw woning via de brandpolis
- Uitgebreide **volmachtregeling**, waardoor uw schade snel en efficiënt kan geregeld worden. In de meeste gevallen betalen wij **rechtstreeks** uit.
- Nauwe samenwerking met gespecialiseerde advocaten, experts en risk-managers

Voor geheel vrijblijvende informatie, kunt u steeds langs komen op kantoor, of telefonisch een afspraak maken voor een bezoek bij u thuis op het nummer 03 660 12 49. U kunt ons ook steeds contacteren per mail ludo@zkle.be.

Neem ook eens een kijkje op onze nieuwe website www.zkle.be



Kanora
B.v.b.a

Fietsen & bromfietsen

Ludo Kanora

Dorpstraat 35
2180 Ekeren
Tel/Fax 03/541.14.05

Guy Kanora

Laageind 29
2940 Stabroek
Tel/Fax 03/568.03.10

Alle elektriciteitswerken -> specialiteit renovatiewerken.

Nieuwbouw, tele- en datacommunicatie, parlo- en videofonie, automatisatie, verlichting, camerabewaking over IP, alarm, enz...

Zowel particulier als KMO. Gratis prijsofferte

PAUWELS CHRIS
BREDESTRAAT 93
2180 EKEREN
TEL. : 03/605.91.98
FAX : 03/605.92.01
GSM : 0475/83.28.96
<http://www.cpelektro.be>
e-mail : cpelektro@skynet.be



GASPAR
INSTALLATIE TECHNIEK
bvba
SANITAIR VERWARMING

Stefan Gaspar

Gsm : 0495 525 668
Louisalei 36 - 2660 Hoboken
Tel / Fax : 03 239 89 61



Wedstrijdkalender 2009-2010

22 november 2009	acrohappening – Kapellen
9/10 januari 2010	PV1 TU ABI – Ingelmunster
16/17 januari 2010	PV1 DMT ABI – Recre@DMT– Recre@tumbling – Bierbeek
	acro Zeestern Trials – De Panne
23/24 januari 2010	PV2 TU ABI – Deinze
30/31 januari 2010	PV2 DMT ABI – MT – Recre@MT– TU C – Gent
	PV1 ACRO BC – Eeklo
	DanceMania – Sint-Gillis-Waas
6/7 februari 2010	PV3 TU ABI – Meerhout
	PV1 ACRO AI – Gent
20/21 februari 2010	PV2 ACRO AI – Breendonk
21 februari 2010	Kampse Danscup – Beringen
27 februari 2010	Ros Beiaard Cup – Dendermonde
27/28 februari 2010	PV3 DMT ABI – MT – Recre@MT – TU C – Hulshout
	PV2 ACRO B + Recre@acro – Niel
6 maart 2010	PV4 Recre@DMT – Recre@tumbling – Oostende
6/7 maart 2010	PV3 ACRO AI – Haacht
13 maart 2010	Dans Op – Schoten
13/14 maart 2010	VK TU ABI – Oostakker
	PV2 ACRO BC – Oud-Turnhout
20 maart 2010	Klokke Roeland Cup – Mariakerke
20/21 maart 2010	Recre@acro – Bree
21 maart 2010	VK DMT ABI – Schelle
3/4 april 2010	VK ACRO ABI – Breendonk
24/25 april 2010	BK DMT – TU – Diest
	BK / Coupe KBT ACRO – Breendonk
25 april 2010	Jazz & Modern Dance Happening – Heusden-Zolder
1 mei 2010	Maneblusserscup – Mechelen
1/2 mei 2010	Coupe KBT DMT – TU + VK– TU C – MT
	+ Finale Recre@DMT + Recre@tumbling – Herentals
2 mei 2010	Dance Cup – Heusden-Zolder
	VK ACRO C + Finale Recre@acro – Bazel
8 mei 2010	Megagym – Gent

Instapmoment gespecialiseerde turngroepen

**zaterdag 12 september 2009
14.00u**

turnzaal van Moretus, campus Lambertus

Inschrijven bij Kevin Van Rompaey
jeugd sport@deugdenmoed.be of 0497/865643

meer informatie op p11



ZUMBA

op woensdagavond om 18.30u (onder voorbehoud) of om 19.30u

G-Gym

op zaterdagochtend om 9.30u of om 10.30u

De lessen starten op 7 september 2009.

Schrijf je vooraf in!

meer informatie op p10