

't Flikflakske



Bestemd voor:

AUGUSTUS 2007, Jaargang 6, Nummer 1

Clubblad Turnkring Deugd en Moed Ekeren VZW

Voor leden, ouders, bestuur, lesgevers en sympathisanten

<http://www.deugdenmoed.be/>

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



Kalender 2007-2008

Activiteitenkalender 2007-2008

7 september 2007	Dansaudities 17u30	Ekeren
15 september 2007	Plantjesverkoop Kom op tegen kanker	Ekeren
26 september 2007	Instapmoment gespecialiseerde groepen 16u00, Moretus	Ekeren
14 november 2007	Gymnastiekland	Ekeren
23 november 2007	Truffelslag	Ekeren
5 december 2007	Sint bij de kleuters	Ekeren
16 februari 2008	Spaghettifuif	Ekeren
26/27 april 2008	Turn- en dansgala	Ekeren

Vanaf 2007-2008 is onze club **lid van de fusiefederatie GymnastiekFederatie Vlaanderen VZW**. Hierdoor vallen al onze wedstrijdgyrnasten onder nieuwe regels:

1. Wedstrijdgyrnasten van het I-C-B-A-niveau dienen over een wedstrijdlicentie te beschikken. De raad van bestuur beslist voor welke gymnasten deze licenties worden aangevraagd.
2. Gymnasten die aan wedstrijden deelnemen en een licentie bezitten, 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. Informatie wordt verstrekt bij de inschrijvingen of op www.deugdenmoed.be.

Wedstrijdkalender 2007-2008

24 november 2007	Acrohappening	Kapellen
12/13 januari 2008	PV1 tumbling A B I - niveau	Schelle
19/20 januari 2008	PV1 DMT A B C I - niveau	Beringen
	PV1 tumbling C D - niveau	Beringen
26/27 januari 2008	PV1 acro C D - niveau	Eeklo
	PV2 tumbling A B I - niveau	Diest
2/3 februari 2008	PV1 acro A B - niveau	Gent
9/10 februari 2008	PV2 acro C D - niveau	Mechelen
16/17 februari 2008	PV2 acro A B - niveau	TBA
	PV2 DMT A B C I - niveau	Oud-Turnhout
	PV2 tumbling C D - niveau	Oud-Turnhout
23/24 februari 2008	PV3 tumbling A B I - niveau	Gent
1/2 maart 2008	PV3 acro A B - niveau	Niel
	PV3 DMT A B C I - niveau	Evergem
	PV3 tumbling C D - niveau	Evergem
8/9 maart 2008	PV3 acro C D - niveau	Hasselt
15/16 maart 2008	VK tumbling A B I - niveau	Oostakker
22/23 maart 2008	VK acro A B - niveau	Puurs
	VK DMT A B I - niveau	Hamont
12/13 april 2008	VK DMT C - niveau	Bierbeek
	VK tumbling C D - niveau / coupe B	Bierbeek
19/20 april 2008	BK en Coupe KBT acro	Puurs
	BK DMT A I - niveau	Ingelmunster
	BK tumbling A I - niveau	Ingelmunster
10/11 mei 2008	VK acro C D - niveau	Gent
17/18 mei 2008	Megagym	Gent

Kalender onder voorbehoud van wijzigingen tijdens het jaar.

PV = Provinciale voorronde, VK = Vlaams kampioenschap,
BK = Belgisch kampioenschap

Beste lezer,

Na een welverdiende vakantie, hierbij het eerste nummer van ons 't flikflakske van de 6^{de} jaargang.

We hebben een druk en boeiend sportjaar voor de boeg. Vanaf 1 september is onze club immers lid van de fusiefederatie GymnastiekFederatie Vlaanderen VZW, de enige officiële federatie. Ook staat ons turn-en dansgala op het programma, dit jaar verdeeld over 2 dagen: 26 en 27 april 2008

We wensen U een aangenaam turn- en dansjaar toe.

Namens de raad van beheer van Deugd en Moed Ekeren VZW,
Eddy Aelbrecht, Voorzitter

Inhoud

Voorpagina	1
Kalender 2007-2008	2-3
Voorwoord/inhoud/redactie	4
Programma 2007-2008	5-6
Toelatingsvoorwaarden	7
Adressen Raad van Bestuur	8
Lidgelden	9-10
Inschrijvingen	11
Leswisselingen	12
Belangrijke Opmerkingen	13
Informatie T-shirts	14
Technische rubriekje	15
De achterkant	16

Redactie:

Katrien De Pauw
Eddy Aelbrecht

**Reacties:**

Plasstraat 73 bus 3
2940 Hoevenen
flikflakske@pandora.be

Drukker:

Martine De Witte

Verschijnt op 380
exemplaren en digitaal op
www.deugdenmoed.be

Programma 2007-2008

1 ^e kleuterklas	Woe	15u30-16u30	Blarenstraat	Wendy/Marijke
2 ^e en 3 ^e kleuterklas	Woe	16u30-17u30	Blarenstraat	Wendy/Marijke
2 ^e en 3 ^e kleuterklas	Woe	17u30-18u30	Blarenstraat	Wendy/Marijke
3 ^e kleuterklas	Ma	17u30-18u30	Blarenstraat	Veerle DP
Kleuterdans (3 ^e kl.)	Do	17u30-18u30	Blarenstraat	Sally
1 ^e en 2 ^e leerjaar	Di	18u00-19u00	Lambertus	Wendy J
1 ^e en 2 ^e leerjaar	Do	18u00-19u00	Lambertus	Sanne
3 ^e en 4 ^e leerjaar	Di	19u00-20u00	Lambertus	Wendy J
3 ^e en 4 ^e leerjaar	Do	19u00-20u00	Lambertus	Sanne
5 ^e en 6 ^e leerjaar	Woe	18u30-19u30	Lambertus	Kevin
1 ^e -5 ^e middelbaar	Woe	19u30-21u00	Lambertus	Kevin
BBB / Dames grond	Di	19u30-20u30	Blarenstraat	
BBB / Dames grond	Di	20u30-21u30	Blarenstraat	
Dames grondoef.	Woe	20u30-21u45	Blarenstraat	Rita
Dames/Heren sprong	Di	20u30-22u00	Lambertus	Eddy
		(vanaf 6 ^{de} middelbaar)		
Heren conditie en Volleybal	Do	20u30-22u30	Lambertus	Hans
		(vanaf 6 ^{de} middelbaar)		
Basiskeur	Vrij	18u00-19u30	Lambertus	Ellen
Keur	Woe	16u30-18u00	Lambertus	Ellen/Kevin
Acrogym Basis	Zat	11u30-13u00	Lambertus	Katrien/Tamara
Acrogym Wedstrijd	Woe	18u00-20u00	Lambertus	Katrien/Tamara
Acrogym Wedstrijd	Vrij	18u00-20u00	Lambertus	Katrien/Tamara
Basistrampoline	Woe	15u00-16u30	Lambertus	Kevin
Trampoline wedstr 2	Woe	16u30-18u00	Lambertus	Tania
Trampoline wedstr 1	Do	18u30-20u00	Lambertus	Tania

Tumbling Techniek	Di	19u00-20u30	Lambertus	Eddy
Tumbling Basis	Za	09u30-11u00	Lambertus	Katrien/Eline
Tumbling gevorderd	Za	09u30-11u30	Lambertus	Eddy
Moderne Dans Basis	Do	18u30-19u30	Blarenstraat	Sally
		(1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar)		
Moderne dans 2	Di	17u00-18u00	Blarenstraat	Kristof
Moderne dans 1	Di	18u00-19u30	Blarenstraat	Kristof
Jazz volwassenen	Ma	20u30-22u00	Blarenstraat	Marc
Hip Hop 2	Ma	18u30-19u30	Blarenstraat	Orry
Hip Hop 1	Ma	19u30-20u30	Blarenstraat	Orry
Hip Hop volwassenen	Ma	20u45-21u45	Lambertus	Orry
Total Body Conditioning	Do	20u00-21u00	Lambertus	Sally
Total Body Conditioning	Do	20u00-21u30	Lambertus	Sally

Dit programma is onder voorbehoud van kleine wijzigingen in september! Op sommige groepen staat een maximum aantal inschrijvingen.

De lessen vangen aan op maandag 10 september 2007

Adressen sportzalen:

Moretus-instituut, Campus Lambertus: ingang Frans Lenaertsstraat, 2180 Ekeren, blauwe poort

Blarenstraat: Blarenstraat, 2180 Ekeren, bruine deur, 1^e verdieping

Adres Clubhuis:

Frans Lenaertsstraat 25, 2180 Ekeren, over de blauwe poort van het Moretus-instituut, Campus Lambertus (eerste verdieping, boven medisch centrum)

Toelatingsvoorwaarden:

1. **Alle groepen:** attest medische geschiktheid om te sporten
2. **Recreatieve groepen:** de juiste leeftijd hebben bij aanvang in de respectievelijke groepen
3. **Keur:** via instapmoment (zie verder) of selectie door een lesgever. Een lid blijft basiskeur/keur volgen tot een bepaalde norm behaald is. Indien geen lid van andere gespecialiseerde groep is recreatief turnen verplicht. Een lid van de keur MOET een andere gespecialiseerde groep volgen.
4. **Acrogym:** selectie door iemand van de technische leiding en basiskeur/keur blijft verplicht tot de norm behaald werd.
5. **Trampoline:** selectie na instapmoment (vanaf 2^{de} leerjaar en lid van een recreatieve groep (basiskeur niet verplicht, wel aan te raden)
6. **Moderne Dans basis:** minimumleeftijd: eerste leerjaar. Geen selectie vereist.
7. **Tumbling:** selectie door iemand van de technische leiding en basiskeur/keur blijft verplicht tot de norm behaald werd. Enkel indien de norm in keur behaald werd, staat de training op dinsdag open voor het lid.
8. **Moderne Dans / Hip Hop :** Volgens niveaus, de trainer bepaalt in welk niveau je kan inschrijven. Vanaf 3^{de} leerjaar
9. **Wedstrijdgroepen:** actieve deelname aan de voorziene wedstrijden en aanwezigheid op de trainingen.

Instapmoment basiskeur/trampoline/tumbling/acro
Woensdag 26 september 2007 om 16u00 in
Lambertus

Dansaudities voor Hip Hop en Moderne Dans
Vrijdag 7 september om 17u30 in de Blarenstraat.

Adressen Bestuur**Voorzitter:**

Eddy Aelbrecht, Plasstraat 73 bus3, 2940 Hoevenen, 03/297.08.19

Ondervoorzitter / Technische Leiding Wedstrijdgroepen:

Katrien De Pauw, Coquilhatstraat 49b Bus 3.6, 2000 A'pen, 0499/33.03.44

Ledenadministratie:

Tamara Vervoort, Pastorijveld 51, 2180 Ekeren, 0485/74.50.59

Technische Leiding Recreatieve groepen:

Veerle De Pooter, Kardelaan 122, 2180 Ekeren, 03/541.67.15

Verantwoordelijke kledij en vervangingen lesgevers/lesgeefsters:

Hilda Vennekens, Moerenhoutlaan 35, 2180 Ekeren, 03/542.67.88

Verslaggeefster:

Veerle Verresen, Van De Willei 72, 2930 Brasschaat, 0478/29.80.29

Clubhuis/kopies:

Martine van Bergen, Oorderseweg 117, 2180 Ekeren, 03/290.53.15

Verzekeringen:

Lieve Schoenmaeckers, De Beukelaarlaan 58, 2180 Ekeren, 03/542.17.05

Maintenance Manager:

Chris Pauwels, Bredestraat 93, 2180 Ekeren, 0475/83.28.96

Bestuurslid:

Ellen Strauven, Vogelkersstraat 28, 2180 Ekeren, 0472/39.95.90,

Bestuurslid:

Frank Vermeylen, Vogelkersstraat 26, 2180 Ekeren, 03/664.23.83,

Veerle Verresen fungeert als ombudsvrouw voor de turnkring. Bij problemen tussen lesgevers of bestuursleden en leden zal zij optreden als bemiddelaar volgens de regels van het huishoudelijk reglement. Het huishoudelijk reglement kan op eenvoudige vraag aan een bestuurslid door eenieder verkregen worden of op de site gedownload. Alle leden vallen onder de regels van het huishoudelijk reglement en de statuten van 'Deugd en Moed Ekeren VZW'.

Technische Commissie (bevoegd voor inhoud van de lessen):

Veerle De Pooter, Katrien De Pauw

Lidgeld

In het lidgeld is inbegrepen: de verzekering, bijdrage aan de turnfederatie 'Gymnastiek Federatie Vlaanderen' waarvan onze club lid is, de administratiekosten, wedstrijdgeden en huur van de zalen.

Iedereen betaalt de vaste premie plus het lidgeld van de groep die voor hem/haar van toepassing is. De lidgeden staan in onderstaande tabel vermeld en gelden voor een lessenreeks vanaf 11 september 2007 tot en met de voorlaatste week van juni 2008.

code	groep	Schoolaanden	Volwassenen
	Vaste premie	20	20
K1	1ste kleuterklas	31	/
K2	2de en 3de kleuterklas 16.30u	31	/
K3	2de en 3de kleuterklas 17.30u	31	/
K4	3de kleuterklas	31	/
K5	kleuterdans	65	/
M1	1ste en 2de leerjaar dinsdag	31	/
M2	1ste en 2de leerjaar donderdag	31	/
M3	3de en 4de leerjaar dinsdag	31	/
M4	3de en 4de leerjaar donderdag	31	/
M5	5de en 6de leerjaar	31	/
M6	1ste - 5de middelbaar	46,5	/
Q1	Basiskeur	46,5	/
Q2	Keur	46,5	/
Q3	Acroqym basis	46,5	73,5
Q4	Acroqym wedstrijd woensdag	62	98
Q5	Acroqym wedstrijd vrijdag	62	98
Q6	Tumbling techniek	46,5	73,5

Q7	Tumbling basis	46,5	/
Q8	Tumbling gevorderden	62	98
T1	Basistrampoline	46,5	/
T2	Trampoline wedstrijd 2	46,5	/
T3	Trampoline wedstrijd 1	46,5	/
V1	Dames - Heren sprong	46,5	73,5
V2	BBB - Dames rond 19.30u	45	65
V3	BBB - Dames rond 20.30u	45	65
V4	Dames grond oefeningen	31	49
V5	Heren conditie en volleybal	62	98
D1	Moderne dans 1ste en 2de leerjaar	65	/
D2	Moderne dans 2	65	/
D3	Moderne dans 1	97,5	/
D4	Jazz volwassenen *	18	18
D5	Hip Hop 2	65	/
D6	Hip Hop 1	65	/
D7	Hip Hop volwassenen *	45	65
D8	Total Body Conditioning 1u	65	85
D9	Total Body Conditioning 1,5u	97,5	127,5

- **Jazz volwassenen:** Lidgeld plus 10-beurtenkaart (34 euro/55 euro voor kinderen/volwassenen bij lesgever te kopen) of 7 euro per losse beurt. Jazz-kaarten tellen niet mee in het berekenen van kortingen.
- **Hip Hop Volwassenen:** Het lidgeld is berekend op een lessenreeks van 25 lessen ipv 34 lessen. Hierdoor worden de lessen die niet kunnen plaatsvinden doordat de theaterzaal bezet is, niet vervangen. Gemiddeld valt er dus 1 les per maand weg.

Inschrijvingen

Gezinnen met 3 actieve leden krijgen een korting van 10% op het totale gezinsbedrag, gezinnen met 4 actieve leden of meer krijgen een korting van 20% op het totale gezinsbedrag. Gepensioneerden genieten van het tarief van de schoolgaanden. Gepensioneerden = vanaf 55 jaar (geboren in 1952 of vroeger) en effectief gepensioneerd. Voor huisvrouwen/mannen geldt de situatie van de partner. Er is geen maximumbedrag voorzien voor het lidgeld. Leden die minstens 5 uur per week les volgen krijgen een korting van 10% op het totale bedrag dat voor hen van toepassing is. (niet cumuleerbaar met andere kortingen, dus zij die niet genieten van een gezinskorting).

Inschrijven kan in ons clubhuis (Frans Lenaertsstraat 25, Ekeren, over Moretusinstituut) op volgende vastgestelde data:

Zondag 2 september 2007	10u00-16u00
<i>(tijdens rommelmarkt van de Kattenberg)</i>	
Woensdag 5 september 2007	18u00-20u00
Zaterdag 8 september 2007	10u00-12u00
Maandag 10 september 2007	17u00-20u30
Dinsdag 11 september 2007	18u00-20u30
Woensdag 12 september 2007	16u00-20u00
Donderdag 13 september 2007	17u30-20u30
Zaterdag 22 september 2007	10u00-12u00

U bent slechts ingeschreven na storting van het lidgeld op rekening 'Turnkring Deugd en Moed Ekeren VZW' (KBC)

733-0065181-27

Voordelen bij ons lidmaatschap!!!!

Alle leden ontvangen:

- 3 maal per jaar gratis het tijdschrift *GYM* van onze federatie 'GymnastiekFederatie Vlaanderen VZW' boordevol turn- en dansnieuws
- een lidkaart van de federatie waarmee je korting krijgt bij de activiteiten van de federatie

!!!!!!

Datums van leswisselingen!!!

Wisselingen gelden enkel voor turnzaal Moretus-instituut / Lambertus

Woensdag	19/09/07	Turnen tot 19.50u.
Maandag	01/10/07	Geen les
Dinsdag	02/10/07	Turnen tot 19.50u.
Maandag	22/10/07	Turnen tot 19.50u.
Dinsdag	23/10/07	Turnen tot 19.50u.
Woensdag	24/10/07	Turnen tot 19.50u.
Maandag	05/11/07	Geen les
Dinsdag	06/11/07	Turnen tot 19.50u.
Vrijdag	16/11/07	Turnen tot 19.50u.
Maandag	17/12/07	Geen les
Dinsdag	18/12/07	Turnen tot 19.50u.
Maandag	21/01/08	Geen les
Dinsdag	22/01/08	Turnen tot 19.50u.
Vrijdag	01/02/08	Turnen tot 19.50u.
Maandag	18/02/08	Geen les
Dinsdag	19/02/08	Turnen tot 19.50u.
Maandag	11/03/08	Geen les
Dinsdag	12/03/08	Turnen tot 19.50u.
Vrijdag	18/04/08	Turnen tot 19.50u.
Maandag	21/04/08	Geen les
Dinsdag	22/04/08	Turnen tot 19.50u.

Indien niet mogelijk op maandag:

Indien niet mogelijk op dinsdag:

Geen Hip Hop Volwassenen

Dames sprongen verhuizen naar

woensdag 20u30-22u00

Tumbling krijgt les tot 19u50

Indien niet mogelijk op donderdag:

Total body conditioning/heren werken

aparte regeling uit

Indien niet mogelijk op woensdag:

Trainer/ster spreekt aparte regeling

af.

Indien niet mogelijk op vrijdag:

De lessen acro stoppen om 19u50

Indien niet mogelijk op zaterdag:

Geen les

Belangrijke opmerkingen

1. 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.
2. **Er wordt geturnd in het nieuwe uniform T-shirt d.w.z. dat iedereen VERPLICHT is om dit T-shirt aan te schaffen en te dragen.** De keur- en wedstrijdgroepen bezitten tevens de clubtraining en de clubmaillot. Maillots en T-shirts kunnen bekomen worden bij Hilda Vennekens.
3. 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.
4. Ongevallen tijdens de lessen dienen onmiddellijk gemeld te worden aan de verantwoordelijke verzekeringen, Lieve Schoenmaeckers. Vraag uw verzekeringsformulier!
5. Nieuwe leden dienen het attest medische geschiktheid voor sport te laten invullen door hun arts. Zonder dit attest kan de verzekering weigeren tussen te komen.
6. Alle leden zijn onderworpen aan de artikels van het huishoudelijk reglement. Reglement op aanvraag, ter inzage in de turnzalen of op de website.
7. 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.



Deugd en Moed @ the web

Onze eigen website is sterk uitgebreid. We zoeken nog helpende handen die allerlei informatie willen aanbrengen over turnen en dans. U kunt U steeds wenden tot onze webmaster Erwin Weyers via onze webstek:

www.deugdenmoed.be

Informatie uniform-T-shirts:

Kinderen:	3/4	5/6	7/8	9/11	12/14
Vrouwen:	XS	S	M	L	XL
Heren:	S	M	L	XL	
Unisex:	XL	XXL			

Let op: iedereen is verplicht dit T-shirt aan te schaffen en tijdens de lessen te dragen!!! Dit werd opgenomen in ons huishoudelijk reglement. Personen die geen T-shirt bezitten, zullen tot de lessen geweigerd worden.

Prijs bij aankoop: euro 10 / euro 13 voor kind/volwassene

Onderstaand de modellen (met logo van de club)

Vrouw

Man

Kind

Unisex





Technisch Rubriekje

Instapmoment gespecialiseerde groepen
(Trampoline / Acrogym / Keur / Tumbling)

Onze club heeft naast recreatieve turngroepen (de groepen per leerjaar) ook nog een aantal gespecialiseerde turngroepen: de keur, de tumbling-, de trampoline- en de acrogymploeg maar ook de wedstrijdgroepen dans. Voor deze groepen zijn we altijd op zoek naar jong talent en daarom houden we op 26 september 2007, van 16u00 tot 17u30 uur, een testmoment in de turnzaal van het Moretus-instituut, Campus Lambertus.

Alle meisjes en jongens van het eerste tot het vierde leerjaar die graag willen meeturnen in een gespecialiseerde groep worden op het testmoment verwacht. Daar zullen de trainers nakijken bij welke groep je eventueel kan aansluiten. Ouder dan 4^{de} leerjaar kan ook op aanvraag.

Het is niet belangrijk dat je alle turnoefeningen al kan, je komt natuurlijk naar een turnles om iets bij te leren. Waar de trainers vooral op letten, is of je snel iets kan bijleren en gemotiveerd bent om meer en beter te turnen.

Dus ... tot 26 september 2007
En vergeet je turngerief niet!

**Alle inlichtingen: Katrien De Pauw,
Hoofd Technische commissie, gsm: 0499/33.03.44**



Technisch Rubriekje

Dansaudities

Op vrijdag 7 september 2007 om 17u30 vinden in de turnzaal van de Blarenstraat audities plaats voor onze groepen Hip Hop en Moderne Dans. Trainers Kristof Goffin en Orry Moeyaert zullen door middel van enkele kleine choreografieën, iedereen proberen in te delen in een van de groepen. Iedereen is van harte welkom. Ook dansers die aan wedstrijden willen deelnemen en op hoger niveau willen dansen. Meisjes en jongens van de 3de kleuterklas tot en met het 2de leerjaar dienen geen audities te doen en kunnen direct aansluiten.

Voor wie: Iedereen vanaf het 3de leerjaar tot en met het 6de middelbaar die wil dansen / Hiphoppen
Waar: Turnzaal Blarenstraat, 2180 Ekeren
Meebrengen: Danskledij
Inlichtingen: Katrien De Pauw, 0499/33.03.44,
katriendepauw76@hotmail.com

**Alle inlichtingen: Katrien De Pauw,
Hoofd Technische commissie, gsm: 0499/33.03.44**

**De lessen starten op
maandag 10 september 2007!**

Nieuwe leden kunnen 2 maal gratis proberen!