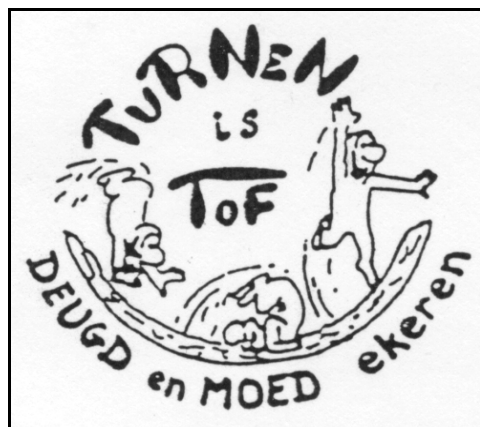


't Flikflakske



Bestemd voor:

OKTOBER 2004, Jaargang 3, Nummer 2

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, FR. Lenaertsstraat 25, 2180 Ekeren



Kalender 2004-2005

24 oktober 2004	Federale Ploegenwedstrijd Trampoline / Tumbling Ploegenwedstrijd Tumbling	Vosselaar
14 november 2004	Tumbling-happening	Buggenhout
20 november 2004	Recreatieve wedstrijd lange mat plus mini-trampoline C	Ravels
17 november 2004	Gymnastiekland	Ekeren
26 november 2004	Truffel-, marsepein- en wafelslag	Ekeren
27 november 2004	Danshappening	St-Niklaas
1 december 2004	Sint bij kleuters	Lambertus
29 januari 2005	Gouwkamp. Acro en Tumbling	Ravels-Weelde
30 januari 2005	Gouwkamp. Trampoline	Vosselaar
5 februari 2005	Gouwkampioenschap Dans	Berchem
27 februari 2005	Federaal Kamp. Acro en Tumbling	Beveren
26 februari 2005	Spaghettifuif	Ekeren
6 maart 2005	Federaal kamp. Jazz	Bornem
12 maart 2005	Federaal kamp. Trampoline	Vosselaar
13 maart 2005	Open trofee acro/tumbling	Beveren
5 juni 2005	Dames en Heren sportdag	Brasschaat
18 juni 2005	Eindejaarsfeest (lesgevers/bestuur)	Ekeren

Beste lezer,

De eerste hectische weken van dit turnjaar zijn weer achter de rug. Alles is voor de meeste groepen weer in zijn plooi gevallen. Indien er nog vragen/opmerkingen/klachten zijn, kan U steeds terecht bij de leden van het bestuur, de lesgevers of de technische leiding Katrien De Pauw (voor gespecialiseerde groepen) / Veerle De Pooter (voor recreatieve groepen).

Ook onze jaarlijkse truffelslag staat weer voor de deur. Hopelijk kunnen we weer op een prachtig resultaat rekenen zodat we weer nieuw materiaal kunnen aanschaffen. Deze keer zouden we graag de kleuters eens verwennen.

We wensen jullie fijne turnweken,

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

Inhoud

Voorpagina	1
Kalender	2
Voorwoord/inhoud/redactie	3
Programma 2003-2004	4
Datums van leswisselingen	5
Wafel-, marsepein- en truffelslag	6-7
Nieuwsflash	8-9
Keurgroepen	10
Wist-je-datjes	11
Spelpagina	12
Aandachtspunten	13
Deugd en Moed@the web	14
Medische attesten	15

Redactie:

Jessica Vervoort
Maria Verbelen
Eddy Aelbrecht
Katrien De Pauw

Reacties:

Plasstraat 73 bus 3
2940 Hoevenen
flikflakske@pandora.be

Drukker:

Martine De Witte

Programma 2004-2005

De lessen zijn allemaal reeds een aantal weken bezig en toch hebben we wat wijzigingen aan te brengen aan het uurrooster.

Zoals je verder kan lezen, zal het aanbod van de keurgroepen uitgebreid worden daar we veel leden hebben en allen van een verschillend niveau.

Groep 1(beginners): Woensdag 15u30-16u30
Groep 2 (gevorderden): Woensdag 16u30-18u00

Meer info op bladzijde: 10.

!!!!!!

Datums van leswisselingen

Op de volgende datums is het toneel of een andere activiteit in de Ekerse Theaterzaal en kan er bijgevolg niet geturnd worden of dient er stipt gestopt te worden. Voor de datums waarnaast niets vermeld is, geldt de vaste regeling (zie volgende bladzijde).

2004:

Dinsdag	23/11/04	Tot 19u30
Dinsdag	21/12/04	idem
Donderdag	23/12/04	idem

2005:

Dinsdag	18/01/05	Tot 19u30
Woensdag	19/01/05	idem
Dinsdag	25/01/05	idem
Dinsdag	22/02/05	Tot 19u30
Dinsdag	15/03/05	idem
Woensdag	16/03/05	idem

Van donderdag 17/03 tot en met vrijdag 25/03/05 is er niets steeds mogelijkheid om te turnen wegens culturele week. Voor elke turngroep zullen later afspraken gemaakt worden.

Dinsdag	03/05/05	Tot 19u30
Zaterdag	04/06/05	Geen turnen mogelijk
Vrijdag	24/06/05	Geen turnen mogelijk.
Woensdag	29/06/05	Geen turnen mogelijk

VASTE REGELING:

Als de zaal op dinsdag bezet is:

Dames sprongen turnen van 21u00 tot 22u30 in de Blarenzaal
Tumbling turnt op donderdag van 18u30 tot 20u00

Als de zaal op vrijdag bezet is:

Groepen blijven behouden maar dienen stipt om 19u30 te stoppen

Als de zaal op zaterdag bezet is:

Geen tumbling

Als de zaal op andere dagen bezet is: aparte regeling wordt medegedeeld per groep.

Wafel-, marsepein- en truffelslag 2004

Beste ouders en leden,

Zonder materiaal kan er niet geturnd worden. Ook het onderhoud van onze toestellen en het huren van de zalen kosten ons enorm veel. Vorige jaren kwamen reeds de groepen trampoline, tumbling, jazz, step-aerobic, acro-gym, recreatieve groepen aan de beurt. Dit jaar zouden we graag materiaal voor onze **kleuterafdeling** aanschaffen. Hiervoor bestaat enorm veel (maar spijtig genoeg ook duur) materiaal.

In dit clubblad zitten voor alle gezinnen een vijftal bestelformulieren voor truffels, wafels en marsepein. Natuurlijk kan je er steeds extra bijvragen aan een bestuurslid of je lesgever.

Daarom durven we ook dit jaar erop rekenen dat iedereen die bij onze club aangesloten is, zijn beste beentje zal voorzetten om een denderend resultaat te bereiken. Per schijf van 80 euro verkochte truffels, wafels of marsepein ontvangt de verkoper een stripalbum.

Er zijn deze keer terug vanille en vanille/chocolade **wafels** te verkrijgen, **marsepein** trachten we ook weer aan de man te brengen. Zoals elk jaar zijn er weer **cacao- en schilfertruffels** te koop, bij deze laatste soort kan je kiezen uit een melkchocolade en pure chocolade. Er zijn ook nog truffels met hazelnootvulling te koop. Het klinkt dus lekker!

Hoe bestel je?

Vul bijgaande strookjes in en geef ze af tijdens de les aan je groepsverantwoordelijke of trainer/ster. Alles moet binnen zijn op **zaterdag 13 november 2004**. Wacht niet te lang met verkopen en spreek iedereen aan die je kent: familie, vrienden, burens en collega's.

Levering:

Al deze lekkernijen dienen afgehaald te worden op **vrijdag 26 november 2004 tussen 12u en 20u** in het kajotterslokaal achter het Ekershof (Kleine Steenstraatje).

**Nieuwsflash****Kom op tegen kanker**

Deugd en Moed nam deel aan de actie 'Kom op tegen Kanker': we verkochten plantjes aan de ingang van de GB in Ekeren op



18 september 2004. Enkele bestuursleden, lesgevers en leden namen deze taak op zich en toonden hiermee dat ook bij onze club het hart op de juiste plaats zit.

Gymgala

NIET TE MISSEN! Op vrijdag 17 december 2004 organiseert de Gymnastiek Federatie Vlaanderen de zesde editie van het Antwerp Olympic Gymgala Flanders. Het Antwerps sportpaleis verwelkomt opnieuw de beste nationale en internationale gymnasten in alle disciplines! Een uniek evenement waar heel wat turnfans naar uitkijken! Onze club ging al meermaals naar dit spektakel kijken en we hopen u ook dit jaar weer warm te krijgen.

Het zal een schitterende show worden met 's werelds beste gymnasten uit Rusland, Oekraïne, Roemenië, Brazilië en de Verenigde Staten. Ook de wereldtop Trampoline, Tumbling en Acro zal aanwezig zijn en uiteraard nemen onze topgymnasten ook weer een belangrijke plaats in!

OPGELET! In tegenstelling tot vorig jaar vindt er slechts één editie plaats van het gymgala! Snel tickets bestellen is dus de boodschap! Dit kan u doen via de website www.GymFed.be.

Uniform

Alle leden van Deugd & Moed dienen over het uniform te beschikken en dit te dragen tijdens de lessen. Er kunnen nog steeds T-shirts besteld worden tegen de democratische prijs van 11,20 EUR. Onze wedstrijdgymnasten dienen ook over het trainingspak van de club te beschikken, er zijn er nog steeds in stock. De prijzen, afhankelijk van de maat, bedragen 30 EUR en 32,50 EUR. Uniform nodig? Vraag informatie bij de zaalverantwoordelijke.

2^{de} hands Uniformen te koop

TE KOOP: bij Stef Van Looveren (tel: 03/605 31 69),

1. Maillot jongens: leeftijd 7-8 (128-140)
+ short: leeftijd 9-10 (140-152) Dit samen voor de prijs van € 25.
2. Trainer : maat 152 prijs € 20

Verloren voorwerpen

Elke week blijft er veel kleding achter in de kleedkamers, dit bewaren wij allemaal. Ben je iets kwijt, vraag er dan naar! De verantwoordelijke hiervoor is Martine de Witte.

Kleuterturnen

Wij willen de ouders er nog eens op wijzen dat zij tijdens de les buiten op hun kleutertjes dienen te wachten, zodat de kinderen rustig kunnen turnen. Graag vragen we ook dat de ouders hun kleutertjes eerst naar het toilet laten gaan alvorens ze naar de les te brengen.

Keurgroepen - Belangrijke informatie

Beste turnertjes en ouders,
Zoals jullie de afgelopen weken al hebben gemerkt, is het heel druk tijdens de turnles van de keurploeg.

Om het voor juf Ellen iets rustiger te maken en om ervoor te zorgen dat alle turnertjes voldoende aandacht krijgen, heeft het bestuur beslist om de keurploeg op te splitsen. De eerste groep zal vanaf de herfstvakantie een uurtje turnen - van 15.30 tot 16.30 u - en de andere groep anderhalf uur van 16.30 tot 18 u (dus zoals het nu is).

De groepen worden door juf Ellen ingedeeld en de nieuwe indeling gaat in na de herfstvakantie.

Er was nog een andere opmerking. De keurgroep is bedoeld voor kinderen die talent hebben en/of graag wat **extra turnen**. Daarom is het noodzakelijk dat de turnertjes van de keur nog minstens 1 andere turnles volgen, dat kan in een **gespecialiseerde groep** (tumbling, trampoline, acrogym) maar diegene die niet in een gespecialiseerde groep kunnen aansluiten omdat ze er nog niet klaar voor zijn, omdat ze iets te jong zijn of omdat er geen plaats is in de gespecialiseerde groep, vragen wij om aan te sluiten bij **hun leeftijdsgroep**.

Voor de leden van het eerste leerjaar valt het uurtje turnen van hun leeftijdsgroep niet ideaal omdat die groep ook op woensdag turnt. Deze meisjes mogen daarom aansluiten bij juf Christien van het tweede leerjaar. (dinsdag 17u30 tot 18u30)

Als er nog vragen zijn, mag je altijd even bellen naar Katrien De Pauw op het nummer 0499/33.03.44/ of haar even aanspreken na de les van de keurploeg.

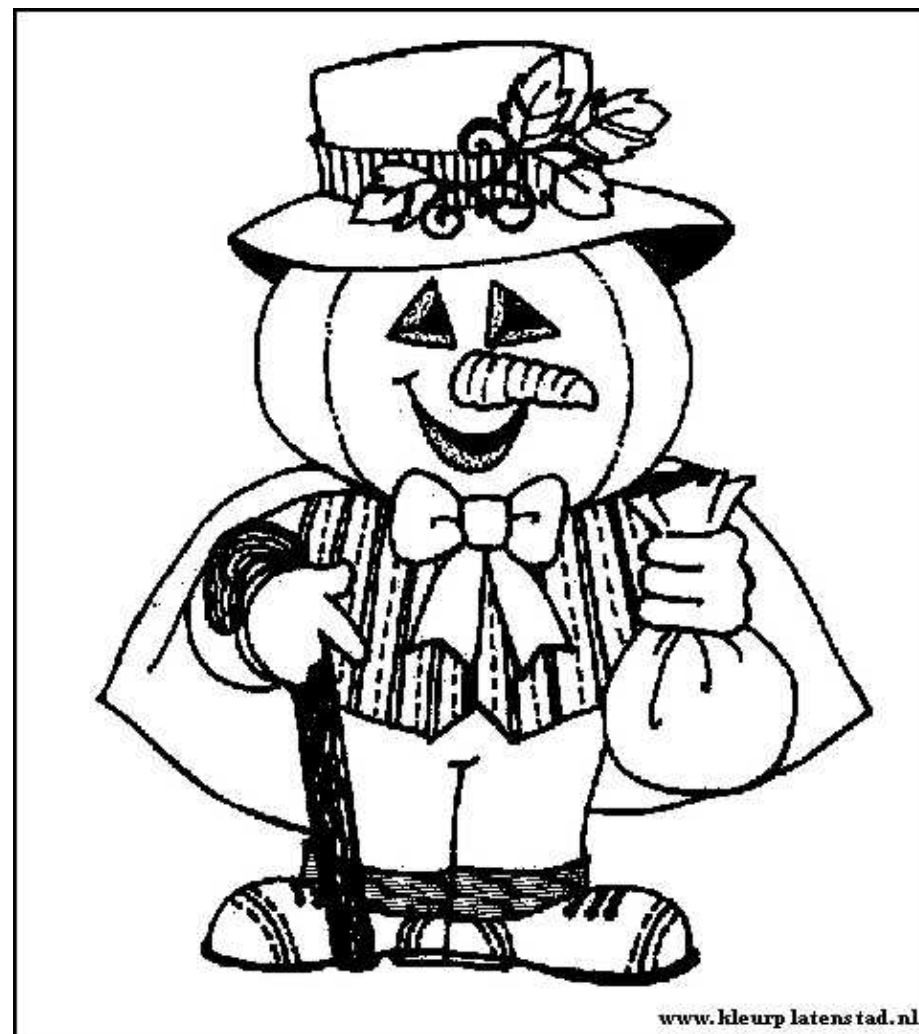
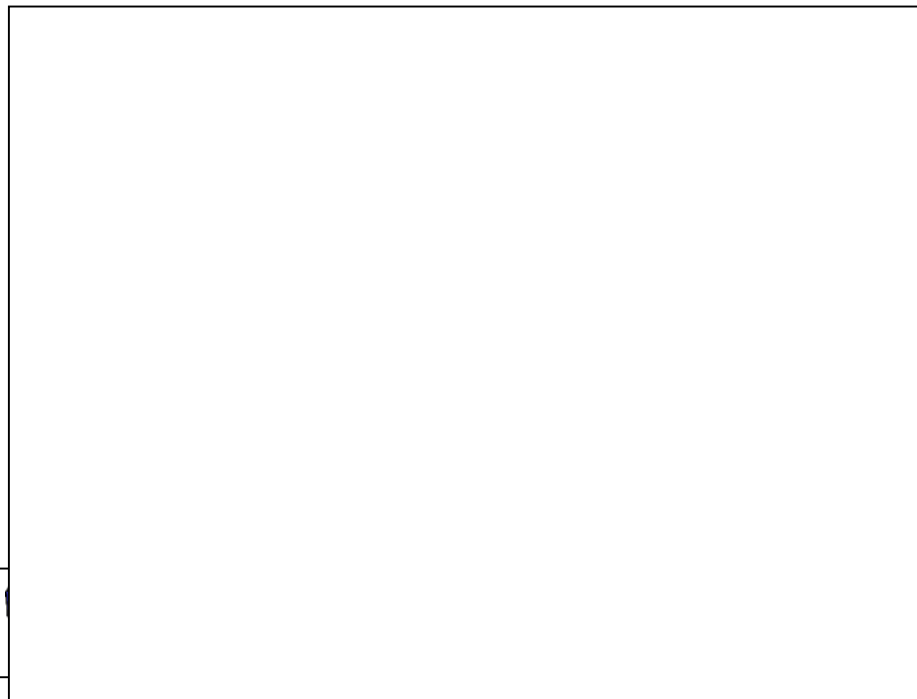
Groeten namens de technische leiding en de trainster, Katrien en Ellen



Wist-je-datjes

Wist je dat ...

- we een nieuwe trainster hebben voor het 2^{de} leerjaar, het 5^{de}/6^{de} leerjaar en de dames grond oefeningen van de dinsdag?
- Ze Christien Van Bouwel heet
- We haar succes wensen.
- Veerle Stals om beroepsredenen niet meer kon komen?
- Maria Verbelen, onze secretaresse/penningmeester reeds geruime tijd met haar gezondheid sukkel
- We haar veel beterschap wensen
- Tamara Vervoort nu assisteert bij de ledenadministratie
- Wij haar daarvoor enorm dankbaar zijn



[www.kleur latens tad.nl](http://www.kleurlatens.tad.nl)

Aandachtspunten voor de ouders / grootouders

Beste turnertjes, mama's, papa's, moekes, vakes, ...

Het nieuwe turnseizoen is al weer enkele weken bezig maar hier en daar zijn er nog enkele dingen waar we jullie aandacht op willen vestigen.

- Het is voor de lesgevers heel vervelend als kinderen te laat in de les binnenkomen want dan zijn de anderen afgeleid en vaak moet een uitleg dan opnieuw gegeven worden. Zorg er dus voor dat de turnertjes 5 minuten voor het begin van de les klaar staan om te turnen.
- De verantwoordelijkheid van de lesgevers en de zaalwachten eindigt in principe met het einde van de les. Toch gebeurt het regelmatig dat trainers met turnertjes op ouders moeten wachten omdat die hun kinderen te laat komen ophalen. Probeer ook hier zoveel mogelijk op tijd te komen.
- Om de turnles niet te storen, vragen wij aan de ouders om te wachten in de gang of in de kleedkamers. In de Blarenstraat willen we aan de ouders daar vragen om beneden te wachten (daar staan stoelen) en niet op het balkon. Zelfs als je boven fluistert, is dat beneden goed te horen en dat stoort de les behoorlijk.
- Tijdens de turnlessen dragen de turnertjes een donkere short en een T-shirt van de turnclub (turnen is tof of 40 jaar Deugd en Moed Ekeren) of een maillot. T-shirts zijn steeds verkrijgbaar bij de zaalwachten en in november kunnen ook turnpakjes van de club (blauw velours) gepast en besteld worden. De leden van de jazz krijgen binnenkort een brief met de voor hun gekozen uniform.

Als iedereen zich aan deze afspraken houdt, zal de turnles voor de kinderen en de lesgevers een stukje aangenames verlopen.

@

Deugd en Moed @ the Web

Vandaag de dag hebben de meeste mensen wel een computer, met internet! Daarom leek het ons interessant om elke week enkele turnlinks in de kijker te zetten.

Onze turnkring is aangesloten bij Turnsport Vlaanderen vzw. Op hun site, <http://www.turnsportvlaanderen.be>, kan je bekijken welke andere clubs ook lid zijn. Je kan er ook terecht voor de resultaten van de georganiseerde wedstrijden te bekijken, leuke activiteiten te ontdekken, en natuurlijk het recentste turnnieuws te ontdekken! Kortom een informatieve site over een, toch niet onbelangrijke, organisatie binnen de Vlaamse turnwereld!

De olympische spelen zijn nog al een tijdje achter de rug maar we vergeten de opmerkelijke prestatie van Aagje van Wallegem toch niet gauw. Wil je meer over haar te weten komen? Of wil je foto's bekijken? Dat kan allemaal op haar site: <http://www.aagje.gymworld.de>. Je kan er ook de laatste nieuwtjes over haar lezen of een berichtje achterlaten op het gastenboek. Veel plezier!

De besproken links zullen ook op onze site, <http://www.deugdenmoed.be>, verschijnen.



Attesten medische geschiktheid om te sporten

Door onze federatie Turnsport Vlaanderen VZW, BLOSO en de verzekeringsmaatschappij Ethias, werd er beslist dat er voor sporters attesten ivm de 'medische geschiktheid om te sporten' dienen afgeleverd te worden voor alle sporters aangesloten bij een club.

Deze regel dient als volgt te worden geïnterpreteerd:

1. Jaarlijks hernieuwd attest voor wedstrijdturners en 65-plussers.
2. 4-jaarlijks attest voor recreanten

Uw zaalverantwoordelijke zal U melden of U reeds in regel bent of nog steeds een attest dient binnen te brengen.

Omdat niet iedereen in de mogelijkheid verkeert om dit attest binnen te brengen binnen korte termijn, biedt onze club U de volgende service aan in samenwerking met dokter Van Tulder.

Op woensdag 17 november 2004 om 16u00 kan U Uzelf of uw kind laten komen testen door dokter Van Tulder in ons clubhuis, Frans Lenaertsstraat 25, 2180 Ekeren. Er wordt U enkel het remgelmd aangerekend en niet de volledige consultatie.

Maak er gebruik van !

Uniform Maillots

Op **vrijdag 29 oktober 2004** is er gelegenheid om maillots van de turnkring te bestellen in het Sint-Lambertusinstituut van 18u30 tot 19u00. Daar de maillots op maat gemaakt worden, gelieve daar uw maten te laten opnemen. Er kan achteraf bij de levering betaald worden.

Het aanschaffen van maillots is verplicht voor alle leden van keur, tumbling, trampoline en acro-gym.

Vriendenkring Deugd & Moed Ekeren

presenteert

Wafel-, Marsepein- en Truffelslag

ten voordele van het materiaalfonds

meer info op p 6-7 in dit boekje

