



Steun ons via Trooper !

Met Trooper kan jij de kas van onze club spijzen door gewoon online te shoppen. Bezoek ons op <https://www.trooper.be/turnkringtengaerde>, klik op de online shop van jouw keuze, en shop gewoon zoals je anders doet. Je betaalt exact dezelfde prijs als normaal. Door via onze Trooperpagina naar een online shop te gaan, weet de shop dat jij ons wil steunen. Per aankoop van € 100, geeft de shop +/- € 5 aan onze turnclub. Alvast bedankt!

Free... WAT?

Freerunning is een sport in opkomst, maar nog ver van bekend bij iedereen. Sinds dit jaar bieden ook wij freerunning aan in onze turnkring. Freerunning wordt vaak omschreven als 'turnen, maar dan buiten'. Dit klopt niet helemaal. Veel freerunners trainen vaak binnen, net zoals wij. Maar het ultieme doel speelt zich wel buiten af, in een bebouwde omgeving.

Flips, swings, sprongen,... het hoort er allemaal bij. Deze gymnastische technieken zijn een must om buiten over obstakels te kunnen springen. Je merkt al snel de gelijkenis met turnen, vandaar dat deze discipline perfect past in onze turnkring. Ons doel is leden de basisbewegingen aan te leren in de turnzaal. Nadat ze deze voldoende beheersen, kunnen de sprongen ook buiten uitgevoerd worden. Creativiteit speelt een belangrijke rol bij deze sport. We oefenen nieuwe bewegingen afzonderlijk in, maar maken ook parcours waarbij onze freerunners hun vrije gang kunnen gaan. Wie weet zien we binnenkort, tussen alle spectaculaire video's op YouTube, een freerunner van Turnkring Ten Gaerde aan het werk.

Sport jij deze zomer ook mee?

Je kan je inschrijven voor ons sport- en turnkamp ter hoogte van de sporthal en dit tot eind juni. Je kan bij ons terecht op zaterdagen van 14.00u tot 19.00u en woensdagen van 15.30u tot 18.30u.

SPORTKAMP van 5 tot 9 augustus 2019 (inschrijven per dag of voor een hele week mogelijk)

Vanaf 4 jaar tot en met 12 jaar

PER WEEK: € 95 voor onze leden, €110 voor niet-leden (€15 extra voor de verzekering), € 90 voor 2de kind, € 85 voor 3de kind

PER DAG: €20 + eenmalig €15 voor niet-leden

UREN: Opvang vanaf 8.00 uur - les van 9.00 uur tot 16.00 uur – opvang tot 18.00uur

PLAATS: Sporthal Ten Gaerde, J. Mertensstraat 27, 1702 Groot-Bijgaarden

TURNKAMP van 19 tot 23 augustus 2019 (enkel inschrijven per week mogelijk)

Vanaf 4 jaar tot en met 14 jaar

PER WEEK: € 95 voor onze leden, €110 voor niet-leden (€15 extra voor de verzekering), € 90 voor 2de kind, € 85 voor 3de kind

UREN: Opvang vanaf 8.00 uur - les van 9.00 uur tot 16.00 uur – opvang tot 18.00uur

PLAATS: Sporthal Ten Gaerde, J. Mertensstraat 27, 1702 Groot-Bijgaarden

Werking in de kijker: de jeugdraad

De jeugdraad: het spreekt een beetje voor zich. In essentie zijn we een groep proactieve jongeren die bestaan uit monitoren en gymnasten van alle disciplines. Wij proberen met een creatieve en jeugdige blik het bestuur bij te staan en te helpen bij het verbeteren van de werking van onze turnclub. In februari bestaan we net 1 jaar. Hoe gaan we te werk? Wel, de jeugdraad komt ongeveer maandelijks samen. Vervolgens worden ideeën verzameld en gecommuniceerd naar het bestuur. Maar het blijft heus niet bij enkel gebabbel, we ondernemen actie: van de wafels op de familiedag tot een opleidingsnamiddag voor onze monitoren, wij organiseren het allemaal. Heb je als ouder/gymnast/monitor suggesties e.d., kan je ons altijd aanspreken in de turnzaal. Wij zullen deze dan bespreken op onze vergadering en verder doorgeven aan het bestuur.

Monitoren gezocht

Wij zijn steeds op zoek naar toffe, gemotiveerde en gediplomeerde monitoren om enkel uren turnles te geven op woensdag en/of zaterdag!
Voor meer informatie mail naar Marianne via recrea@turnkringtengaerde.be

Lidkaart en tussenkomst mutualiteit

Je kan je lidkaart downloaden op de website van de Gymfed <https://www.gymfed.be/lidkaart>

Attesten voor een tussenkomst in het lidgeld van de mutualiteit kunnen afgeleverd worden in de gouden brievenbus aan de muur in de sportzaal. In het vakje 'KLAAR' vind je het ingevulde attest terug.

Wat te doen bij een Ongeval


Een ongeval is nooit welgekomen, maar als sporter kan je wel eens te maken krijgen met een blessure. Leden aangesloten bij Turnkring Ten Gaerde zijn ook lid bij de Gymfed. Hierdoor is elk lid via Ethias verzekerd tegen lichamelijke schade en burgerlijke aansprakelijkheid. Graag geven wij de stappen mee die je dient te doorlopen bij een ongeval:

- Je vult het ongevallenformulier in dat de clubverantwoordelijke of de trainer je bezorgt.
- De ouder of gymnast begeeft zich naar de dokter voor een medisch attest (terug te vinden bij formulier ongeval) en **geeft dit medisch attest samen met het ongevallenformulier binnen de 7 dagen aan Hugo Vanherp.**
- **Opgelet: zeker je IBAN nummer op de aangifte vermelden.**
- De club geeft het ongeval door aan de federatie.
- De federatie handelt het dossier verder af tot en met de schadebetaling met het slachtoffer of zijn of haar ouder.
- Via de website van Gymfed kan je de status van jouw dossier verder opvolgen (mijn ongevallenstatus).
- **Voor je terug kan starten, stuur je een genezingsattest door. Zonder dit attest kan je helaas niet opnieuw starten.**

Voor meer informatie en alle formulieren ga naar www.gymfed.be/over-gymfed/een-ongeval-wat-nu

Helaas geen les op volgende dagen voor onze recreatiegroepen:

- Woensdag 10 april
- Zaterdag 13 april
- Woensdag 17 april
- Zaterdag 20 april
- Woensdag 1 mei
- Zaterdag 11 mei
- Zaterdag 25 mei
- Zaterdag 1 juni
- Zaterdag 8 juni

 Info over onze wedstrijden, foto's, e.d zijn terug te vinden op onze Facebookpagina

 De jaarkalender, documenten, e.d. kan je terugvinden op onze website

U ontvangt deze mail omdat u of een gezinslid lid is van Turnkring Ten Gaerde. Wenst u geen nieuwsbrieven te ontvangen? Gelieve ons dit via secretariaat@tumkringlengaerde.be te laten weten.