

't Flikflakske



AUGUSTUS 2022 | NO.1 | DRIEMAANDELIJKS | JAARGANG 21



ONTHAALBROCHURE



WWW.DEUGDENMOED.BE





ACTIVITEITENKALENDER

DATUM

1 tot 30 september 2022
 31 augustus 2022
 1 september 2022
 2 september 2022
 3 september 2022
12 september 2022
 23 september 2022
 24 september 2022
 24-25 september 2022
 27 september 2022
 1 oktober 2022
 22-23 oktober 2022
 26, 27 en 30 oktober 2022
 26 november 2022
 27 november 2022
 2-4 december 2022
 17-18 december 2022
 15, 16 en 19 februari 2023
 10 maart 2023
 24 maart 2023
 7, 8 en 11 juni 2023
 10 juni 2023
 18 juni 2023
 24 juni 2023

ACTIVITEIT

Maand van de sportclub (Blos) -
 Testmoment acrogym Gymhal Ekeren
 Testmoment trampoline Gymhal Ekeren
 Testmoment tumbling Gymhal Ekeren
 Testmoment freerunning expertgroep Gymhal Ekeren
Start van het nieuwe seizoen -
 Pasmoment uniformen Gymhal Ekeren
 Pasmoment uniformen Gymhal Ekeren
 Freerunning event "Move" Blaarmeersen, Gent
 Pasmoment uniformen Gymhal Ekeren
 Pasmoment uniformen Gymhal Ekeren
 Kaderweekend gymnastiek Gent
 Kleutergym thema's "Halloween" Gymhal Ekeren
 TU/TRA/ACRO "De nieuwe lichting" Gymhal Ekeren
 Sinterklaasfeest Gymhal Ekeren
 Lekkernijslag Gymhal Ekeren
 Gymgala Lotto Arena, Antwerpen
 Kleutergym thema's "Carnaval" Gymhal Ekeren
 Quiz Gymhal Ekeren
 Toonmoment TRA beginners Gymhal Ekeren
 Medailleuitreiking kleuters Gymhal Ekeren
 Medailleuitreiking G-gym Gymhal Ekeren
 Einde seizoen -
 Vrijwilligersfeestje Gymhal Ekeren

LOCATIE



2de EDITIE FEESTELIJK D&M GALABAL in 2023



VAKANTIEKALENDER

Tijdens vakantieperiodes of officiële feestdagen zijn er geen lessen tenzij anders afgesproken met de lesgever (vb. inhaalles).

Herfstvakantie

Vanaf maandag 31 okt
 tot en met zondag
 6 nov 2022

Kerstvakantie

Vanaf zondag 25
 december tot en met
 zondag 8 januari 2023

Krokusvakantie

Vanaf maandag 20
 februari tot en met
 zondag 26 februari 2023

Paasvakantie

Vanaf maandag 3 april
 tot en met zondag 16
 april 2023

Pinksteren

Wel op Pinksteren,
 geen les op Pinkster-
 maandag

Beste lezer,

Welkom (terug) bij onze vereniging! We zijn enthousiast om het 64ste seizoen te starten.

We behouden de traditie om in aanloop naar het nieuwe seizoen jullie deze eerste editie van ons clubblad, de onthaalbrochure, te bezorgen. De brochure omvat nuttige informatie over inschrijvingen, het aanbod, het uurrooster, de lidgelden, de kalender enz. Voor wie lid was in seizoen 2021-2022, openen we dit jaar de online inschrijvingen op 1 augustus. Schrijf je tijdig opnieuw in, want we willen niemand teleurstellen omwille van volle groepen. De voorrangsregeling loopt tot en met 14 augustus.

Ben je een nieuw lid? Dan hopen we dat deze brochure je kan helpen om je wegwijs te maken in onze club.

Na de succesvolle lancering van bootcamp en pilates tijdens het vorige seizoen, bieden we dit jaar nog meer aan voor volwassenen en senioren. Kom proeven van de gloednieuwe lessen "Dance workout", waarbij we fitness en dans samenbrengen in één effectieve work-out op verschillende muziekstijlen, ideaal voor 55-plussers.

En als we je niet warm kunnen maken voor meer sport, ben je misschien wel geïnteresseerd om de handen uit de mouwen te steken en ons te helpen in de cafetaria of bij clubactiviteiten. Het team van vrijwilligers in onze club is onmisbaar!

Naar goede gewoonte staan er dit seizoen heel wat leuke D&M activiteiten op het programma en we kunnen alvast verklappen dat we volop aan het brainstormen zijn over een 2de editie van het D&M galabal.

Hopelijk hebben jullie zin om (weer) te komen sporten bij Deugd en Moed ... en/of een glaasje te komen drinken tijdens onze gezellige D&M Thirsty Fridays. In onze cafetaria kunnen jullie niet alleen de sporters in actie zien tijdens de lessen, maar plannen we vele activiteiten, zoals het WK voetbal op groot scherm, een quiz, movie night, ... of gewoon een "terraske" bij mooi weer.

Het bestuur en lesgevers wensen jullie veel sportplezier toe dit seizoen en verwelkomen jullie heel graag in september. Tot dan!

INHOUDSOPGAVE

2	Activiteiten- en vakantiekalender
4	Missie en visie
5	Algemene info
6	Uurrooster 2022-2023
8	Inschrijvingen
10	Lidgeld
13	Disciplines
16	Wedstrijdgroepen
18	Verzekeringen
20	Uniformkledij
22	Wedstrijdkalender
24	Wie is wie?

ADRES

MAATSCHAPPELIJKE ZETEL

TURNKRING DEUGD EN MOED EKEREN VZW

Oorderseweg 83 bus 6, 2180 Ekeren

REDACTIE

Yunsi Olyslager | flikflakske@deugdenmoed.be

OPLAGE

1200 exemplaren en digitaal op www.deugdenmoed.be

btw nummer - BE 0476.428.465

Erwin Weyers | foto's cover - turn- en dansgala 2022

WIST-JE-DAT...



De club behaalde het Q4 Gym kwaliteitslabel in juni 2019 met een totaalscore van 93,28%, de hoogste score van alle gescreende clubs!

VOLG ONS OP SOCIALE MEDIA



www.fb.com/deugdenmoed



@deugd_en_moed



Youtube kanaal @ Deugd enMoed



Missie

TK Deugd en Moed Ekeren vzw wil gezonde, aangename en verantwoorde sport aanbieden aan alle leeftijden, van peuter/kleuter tot senioren. TK Deugd en Moed Ekeren vzw streeft hierbij naar een evenwicht tussen recreatie- en wedstrijdturnen waarbij plezierbeleving steeds centraal staat.



Visie

TK Deugd en Moed Ekeren vzw wil haar missie tot leven brengen door haar visie, vertaald naar een uitgebreid sportaanbod.

Onze missie en visie met de uitgestippelde strategie, organisatie en toekomstplannen voor de club werden beschreven in het beleidsplan, dat u kan inkijken via onze website.

DE CLUB BESTAAT UIT 5 GROTE PIJLERS

Elke pijler is even belangrijk in ons aanbod en zal gelijk uitgebouwd worden.

Het aanbod voor dit seizoen staat verder opgesteld in deze onthaalbrochure - zie [p.6](#).

Wekelijks worden er meer dan 100 lesuren georganiseerd in 9 disciplines en er staat een team van bijna 100 lesgevers klaar om onze gymnasten, freerunners en dansers te trainen!



LOCATIE

Sportcentrum De Schinde, in het Hagelkruispark,
Oorderseweg 83 bus 6, 2180 Ekeren
Tel (gymhal) 03/322 63 12

SAMENWERKINGSVERBANDEN EN PARTNERS

Om onze visie te kunnen realiseren, werken wij nauw samen met de lokale leefgemeenschap.

Hiertoe is de vereniging lid van volgende organen: GymnastiekFederatie Vlaanderen vzw, Sportraad District Ekeren, Stedelijke Sportraad Antwerpen.

Onder "**Topgym Antwerpen**" werken wij samen met andere Antwerpse gymnastiekclubs. Trainers kunnen hierbij ervaringen delen, infrastructuur kan gedeeld worden en gymnasten kunnen samen extra trainen. Dit samenwerkingsverband biedt mogelijkheid om samen de uitstraling en het niveau van de gymnastiek te verhogen in Antwerpen.

ETHISCHE CODE

Met het project "**Gymtastisch sporten, daar staan we voor**" wil GymFed voor haar aangesloten clubs inzetten op een verantwoord en veilig klimaat in de gymclub en zorg dragen voor de integriteit van de leden. Als vereniging volgen we de gedrags- en ethische code opgesteld door GymFed.

Het beleidsdocument werd opgemaakt op basis van de geldende wetgeving en de richtlijnen van het Internationaal Centrum voor Ethiek in Sport (ICES).

Het volledige document kan via de website geraadpleegd worden.

GYMTASTISCH
SPORTEN DAAR STAAN WE VOOR

PRIVACYVERKLARING

Onze vereniging hecht veel waarde aan uw privacy en de bescherming van uw persoonsgegevens en gaat hierbij zorgvuldig om met uw gegevens. U hebt steeds het recht om uw gegevens die we bewaren in te kijken, te wijzigen of te laten verwijderen. In lijn met de GDPR regelgeving (General Data Protection Regulation) van kracht sinds 25 mei 2018 hebben we eveneens een privacyverklaring opgesteld om de privacy van onze leden, medewerkers en vrijwilligers te waarborgen.

U kan deze privacyverklaring volledig nalezen via onze website of een kopie verkrijgen op aanvraag. Mocht u een klacht hebben over de verwerking van uw persoonsgegevens, dan raden we aan om onmiddellijk contact op te nemen via een bestuurslid of e-mail naar info@deugdenmoed.be.

Foto's of filmpjes genomen tijdens clubactiviteiten of lessen kunnen gepubliceerd worden op onze website, clubblad 't flikflakske of facebookpagina. Het lid geeft aan de vereniging de toelating om in het kader van de activiteiten van de vereniging afbeeldingen van hem/haar te maken en eveneens om die afbeeldingen te gebruiken ter promotie van de activiteiten van de vereniging. Indien u hier niet akkoord mee bent, dient u dit aan te geven tijdens de inschrijvingen of kenbaar te maken via e-mail naar flikflakske@deugdenmoed.be.

GEGEVENS LID

Indien er wijzigingen zijn in de gegevens van het lid, gelieve die dan zo snel mogelijk door te geven aan de lesgever of via ledenadmin@deugdenmoed.be

Het clubblad wordt via de post toegestuurd, dus zorg er zeker voor dat het adres volledig en correct is doorgegeven. Indien u enkel digitaal het clubblad wenst te ontvangen, kan u dit via e-mail laten weten aan flikflakske@deugdenmoed.be

HUISHOUDELIJK REGLEMENT/STATUTEN

Alle leden zijn onderworpen aan de statuten en aan de artikels van het huishoudelijk reglement.

Dit reglement ontvangt u op aanvraag. Het ligt ook ter inzage in de gymhal en het staat beschikbaar op de website.



1. **Q&A pagina:** Misschien kan je het antwoord al vinden onder de '[Veelgestelde vragen](#)' op de website.
2. **Stuur ons een e-mail:**
 - Voor algemene vragen: info@deugdenmoed.be
 - Voor vragen rond lidgelden/inschrijvingen/langdurige afwezigheid of uitschrijven: ledenadmin@deugdenmoed.be
 - Voor vragen omtrent de website/communicatie: flikflakske@deugdenmoed.be



Op het secretariaat van de club kan u terecht met praktische vragen. Hier kan u ook het kleefbriefje voor verhoogde tegemoetkoming binnenbrengen.

OPENINGSUREN SECRETARIAAT

Wekelijks:

- maandag 14u-20u
- woensdag 14u-19u

Om de twee weken (oneven weken):

- vrijdag 15u-19u
- zaterdag 13u-17u

Om de twee weken (even weken):

- woensdag 11u-13u
- vrijdag 13u-19u

E-mail: secretariaat@deugdenmoed.be

Tel (gymhal): 03/322 63 12



WIST-JE-DAT...

Vorig seizoen overschreden we de kaap van 1000 leden. Hierdoor zijn we de grootste turnclub van de provincie, en bij de 10 grootste van België. We zijn een dynamische vereniging die op professionele wijze streeft naar kwaliteit.



PROGRAMMA 2022-2023

In onderstaande tabel geven wij het aanbod voor het volgende seizoen. Dit programma is onder voorbehoud van kleine wijzigingen in september.

- Er is een maximum aantal leden per groep bepaald. Schrijf dus tijdig in. Zit een groep vol, dan werken we met wachtlijsten en proberen alsnog om iedereen een plaatsje te geven.
- Ten opzichte van vorig seizoen zijn tijdstippen van sommige lessen gewijzigd en enkele nieuwe groepen bijgekomen (in o.a. tumbling, freerunning en het volwassen aanbod). Opgelet, want hierdoor zijn ook code(s) van bepaalde groepen gewijzigd.

GROEPSNAAM	CODE	DAG	UUR	LESGEVERS
PEUTER- EN KLEUTERGYM				
Peutergym (vanaf 20 maanden) *	P1	zondag	8.30u-9.30u	Evelien, Jotti, Nick, Bart
Peutergym (vanaf 20 maanden) *	P2	zondag	9.30u-10.30u	Evelien, Jotti, Bart, Bo
Kleutergym - 1ste kleuterklas (vanaf 2019)	K1	zondag	11.00u-12.00u	Lobke, Lieselotte, Juliette
Kleutergym - 1ste/2de kleuterklas (vanaf 2019)	K2	woensdag	14.30u-15.30u	Jill VB, Kyanni
Kleutergym - 1ste/2de kleuterklas (vanaf 2019)	K3	zondag	12.00u-13.00u	Lobke, Lore, Juliette
Kleutergym - 1ste/2de kleuterklas (vanaf 2019)	K4	zondag	13.00u-14.00u	Lore, Lieselotte, Lani
Kleutergym - 2de/3de kleuterklas	K5	woensdag	14.30u-15.30u	Sally, Jana, Kato D
Kleutergym - 2de/3de kleuterklas	K6	zondag	11.00u-12.00u	Katleen, Anne, Yuna
Kleutergym - 2de/3de kleuterklas	K7	zondag	12.00u-13.00u	Katleen, Anne, Yuna, Lieselotte
Kleutergym - 3de kleuterklas	K8	woensdag	15.30u-16.30u	Sally, Jana
Kleutergym - 3de kleuterklas	K9	zondag	13.00u-14.00u	Katleen, Demi C, Rania
Kleutergym plus - 3de kleuterklas	K10	donderdag	17.00u-18.00u	Fleur Pe, Fleur DC, Sofie
G-GYM				
G-gym groep 1 (1u)	G1	zaterdag	9.30u-10.30u	Jolien, Dagny, Anaïs, Katleen, Lin, Tine
G-gym groep 2 (2u)	G2	zaterdag	9.30u-11.30u	Jolien, Dagny, Anaïs, Katleen, Lin, Tine
LAGERE SCHOOL				
Recreatief turnen - 1ste en 2de leerjaar	M1	maandag	17.30u-18.30u	Maxime, Johan, Thalia, Marie
Recreatief turnen - 1ste en 2de leerjaar	M2	woensdag	15.30u-16.30u	An, Demi C, Lindsay
Recreatief turnen - 3de en 4de leerjaar	M3	maandag	18.30u-19.30u	Maxime, Johan, Thalia, Marie
Recreatief turnen - 3de en 4de leerjaar	M4	woensdag	16.30u-17.30u	An, Demi C, Rosalie
Recreatief turnen - 5de en 6de leerjaar	M5	woensdag	17.30u-18.30u	Rosalie
Recreatief turnen - 5de en 6de leerjaar	M6	donderdag	18.30u-19.30u	Jill, Fatiha
Clipdance - 1ste en 2de leerjaar	D1	dinsdag	17.30u-18.30u	Hanne
Clipdance - 3de en 4de leerjaar	D2	maandag	17.00u-18.00u	Larissa
Clipdance - 5de en 6de leerjaar	D3	maandag	18.00u-19.00u	Larissa
Freerunning/Parkour - 3de en 4de leerjaar	F1	zaterdag	14.30u-15.30u	Tom, Helena
Freerunning/Parkour - 3de en 4de leerjaar	F2	zaterdag	15.30u-16.30u	Tom, Helena
Freerunning/Parkour - 3de en 4de leerjaar	F3	zondag	14.30u-15.30u	Tom, Seppe
Freerunning/Parkour - 5de en 6de leerjaar	F4	zaterdag	14.30u-15.30u	Kian
Freerunning/Parkour - 5de en 6de leerjaar	F5	zaterdag	15.30u-16.30u	Kian, Grim
Freerunning/Parkour - 5de en 6de leerjaar	F6	zondag	15.30u-16.30u	Yannick, Maxime
MIDDELBAAR				
Recreatief turnen - 1ste tem 4de middelbaar	M7	donderdag	19.30u-21.00u	Jill C, Fatiha
Clipdance - 1ste tem 4de middelbaar	D4	maandag	19.00u-20.00u	Larissa
Freerunning/Parkour - 1ste-3de middelbaar	F7	zaterdag	16.30u-18.00u	Wouter, Mauro
Freerunning/Parkour - 1ste-3de middelbaar	F8	zondag	16.30u-18.00u	Yannick, Maxime
Freerunning/Parkour - expertgroep vanaf 3de lj (selectie via testmoment, zie p.14)	F10	zaterdag	18.00u-19.30u	Sybre

* peutergym: enkel inschrijving van zodra de peuter 20 maanden is.

GROEPSNAAM	CODE	DAG	UUR	LESGEVERS
VOLWASSENEN				
Clipdance - vanaf 5de middelbaar	D5	maandag	20.00u-21.00u	Larissa
Freerunning/Parkour - vanaf 4de middelbaar	F9	zaterdag	16.30u-18.00u	Tim, Sybren
Ochtendgym (volwassenen)	V1	dinsdag	9.30u-10.30u	Silvania
Pilates	V2	dinsdag	19.30u-20.30u	Lucia
Recreatief turnen - vanaf 5de middelbaar	V3	dinsdag	20.30u-22.00u	Eline B.
Bootcamp	V4	dinsdag	20.45u-21.45u	Kenny, Jan
Dance Mix Workout - vanaf 6de middelbaar	V5	woensdag	20.00u-21.00u	Lucia
Total Body Conditioning	V6	donderdag	20.00u-21.00u	Silvania
Heren Volleybal en Conditie	V7	donderdag	20.30u-22.30u	Jan
Pilates	V8	vrijdag	9.00u-10.00u	Lucia
Ochtendgym (55+)	S1	dinsdag	10.30u-11.30u	Silvania
Ochtendgym (55+)	S2	donderdag	10.00u-11.00u	Silvania
Dance Workout (55+) "NIEUW" - zie p.15	S3	vrijdag	10.00u-11.00u	Lucia
WEDSTRIJDGYMNASTIEK (enkel na selectie via testmomenten, data testmomenten zie pagina 17)				
Acrogym beginners	A1	dinsdag	17.30u-19.00u	Roos, Liselot
Acrogym beginners	A2	zaterdag	09.30u-11.00u	Roos, Maren
Acrogym gevorderden	A3	dinsdag	17.30u-19.30u	Cato, Fleur Pl.
Acrogym gevorderden	A4	donderdag	17.30u-19.30u	Nette, Ayla
Acrogym wedstrijd	A5	woensdag	17.00u-19.30u	Kato V, Demi D, Sam, Tania
Acrogym wedstrijd	A6	vrijdag	17.30u-20.00u	Demi, Tamara, Fleur Pl, Margot, Kato V
Acrogym wedstrijd	A7	zaterdag	11.00u-13.00u	Margot, Demi D, Fleur Pl
Trampoline beginners	TR1	woensdag	16.30u-18.30u	Lina, Anne
Trampoline beginners	TR2	vrijdag	17.30u-19.00u	Lina, Anne
Trampoline wedstrijd DMT I	TR3	woensdag	18.00u-19.30u	Joppe, Merel
Trampoline wedstrijd DMT I	TR4	vrijdag	18.30u-20.00u	Joppe, Merel
Trampoline wedstrijd DMT I	TR5	zaterdag	11.30u-13.00u	Joppe
Trampoline wedstrijd DMT AB	TR6	woensdag	18.00u-20.00u	Sandra, Renate
Trampoline wedstrijd DMT AB	TR7	donderdag	18.00u-20.00u	Sandra, Xuyên
Trampoline wedstrijd DMT AB	TR8	zaterdag	11.30u-13.30u	Sandra, Stephanie
Trampoline wedstrijd maxi BI	TR9	maandag	19.00u-21.00u	Sandra, Martin
Trampoline wedstrijd maxi B	TR10	woensdag	20.00u-21.00u	Sandra, Renate
Tumbling beginners	TU1	dinsdag	17.30u-19.00u	Mirte, Kaïn
Tumbling beginners	TU2	vrijdag	18.00u-19.30u	Jade, Adnane
Tumbling beginners	TU3	zaterdag	13.00u-14.30u	Jade, Rosalie, Siebe
Tumbling I9	TU4	dinsdag	17.30u-19.00u	Guillaume
Tumbling I9	TU5	vrijdag	18.00u-19.30u	Guillaume, Mirte
Tumbling I9/I10	TU6	zaterdag	9.00u-11.30u	Eline H
Tumbling I9/I10	TU7	zondag	18.00u-19.30u	Eline H, Rosalie
Tumbling wedstrijd I10-AB	TU8	dinsdag	19.00u-20.30u	Merel DK, Lianne, Nathalie
Tumbling wedstrijd I10-AB	TU9	vrijdag	19.30u-21.00u	Eddy, Lianne, Merel DK
Tumbling wedstrijd AB	TU10	zaterdag	9.30u-11.30u	Eddy, Lianne
Tumbling wedstrijd A	TU11	zaterdag	12.00u-13.00u	Eddy
Tumbling wedstrijd AB	TU12	zondag	18.00u-19.30u	Eddy, Merel DK



INSCHRIJVINGEN

INSCHRIJVINGEN VOOR SEIZOEN 2022-2023 VANAF 1 AUGUSTUS VOORRANGSREGELING OUD-LEDEN EN GEZINSLEDEN TOT EN MET 14 AUGUSTUS

HERINSCHRIJVING OUD-LEDEN

1 TOT EN MET 14 AUGUSTUS 2022

Belangrijk! Al lid in seizoen 2021-2022? Je bent niet automatisch heringeschreven. Iedereen dient opnieuw in te schrijven zodat we weten in welke groep(en).

Dit kan eenvoudig **online** - zie p.9.

De inschrijving wordt pas **definitief na goedkeuring door de leden-administratie**.

Deze worden verwerkt in de volgorde van de online inschrijving.

Een **aparte e-mail** wordt hierna toegestuurd met het te betalen lidgeld waarin eventueel extra kortingen verrekend zijn. In deze e-mail staat ook de mededeling vermeld om over te nemen bij de overschrijving.

Baseer je dus niet op de automatische e-mail die je krijgt na de online inschrijving, maar wacht tot deze definitieve e-mail volgt.

NIEUWE INSCHRIJVING GEZINSLEDEN

1 TOT EN MET 14 AUGUSTUS 2022

Gezinsleden (broertjes, zusjes, mama, papa, ...) genieten eveneens van een voorrangsregeling.

Zij kunnen aangemeld worden vanaf 1 augustus via een twizzitformulier.

Dit is geen voorrang op oud-leden, maar de inschrijvingen worden verwerkt, vooraleer deze voor nieuwe leden starten. Zo is de kans groter op een plaatsje in de groep naar voorkeur.



[twizzit.com/go/](https://twizzit.com/go/DMEinschrijvinggezinsleden2022)

[DMEinschrijvinggezinsleden2022](https://twizzit.com/go/DMEinschrijvinggezinsleden2022)

SCAN ME



NIEUWE LEDEN

VANAF 1 AUGUSTUS 2022

Nieuwe leden kunnen **aanmelden** vanaf 1 augustus via een twizzitformulier.

Op basis van dit formulier contacteren we je **telefonisch** vanaf 17 augustus en maken de inschrijving compleet. Pas daarna ben je officieel ingeschreven. Deze formulieren worden verwerkt in volgorde van aanmelding.

De **onthaaltbrochure** met een overschrijvingsformulier voor het lidgeld worden in je brievenbus gestoken of meegegeven bij het onthaal tijdens de eerste les. Je krijgt ook een e-mail toegestuurd met de details over inschrijving en lidgeld.



twizzit.com/go/DMEinschrijvingnieuweleden

SCAN ME



Wat kijken we ernaar uit om in september terug te sporten!

WAT NA DE INSCHRIJVING?

- ♦ Je kan als nieuw lid 2 gratis proeflessen volgen. Nadien vragen we het lidgeld over te maken.
- ♦ Indien je toch na de proeflessen niet definitief wenst in te schrijven, gelieve dit te melden via een mailtje naar ledenadmin@deugdenmoed.be zodat we eventueel voor iemand van de mogelijke wachtlijst een plaatsje in de groep kunnen vrijmaken.
- ♦ Het club t-shirt is **verplicht** aan te kopen bij definitieve inschrijving. Dit kan tijdens de openingsuren in de cafetaria vanaf de eerste lesweek, betaling cash of met bancontact mogelijk.
- ♦ Een afzonderlijk medisch attest is niet vereist. Lidmaatschap impliceert dat u zich gezond verklaart om de gekozen sportdiscipline uit te oefenen.
- ♦ Kleefbriefje van het ziekenfonds (voor statuut verhoogde tegemoetkoming) kan ingescand/als foto via e-mail bezorgd worden aan ledenadmin@deugdenmoed.be, ofwel binnengebracht worden op het secretariaat.
- ♦ U ontvangt een attest voor de mutualiteit per e-mail.

ONLINE INSCHRIJVEN (VOOR OUD-LEDEN SEIZOEN 2021-2022)

Via de inschrijvingstool van Gymfed is het mogelijk om online in te schrijven. Via een extra kortingssysteem kunnen we een korting geven aan schoolgaanden/gepensioneerden die in de volwassengroepen inschrijven en aan de leden met het statuut verhoogde tegemoetkoming. Deze extra kortingen verlopen echter niet via de online tool, maar worden achteraf toegekend.

U kan direct **inloggen met het e-mailadres (=mailadres waarop u e-mails van de club ontvangt)** via onderstaande link. Om deze online tool te gebruiken, moeten leden van hetzelfde gezin inschrijven via hetzelfde e-mailadres. De logingegevens van vorig jaar kunnen hergebruikt worden.

Indien u het paswoord vergeten bent of nog niet eerder online inschreef, kan u een nieuw paswoord aanvragen via het login scherm.

Link naar online inschrijvingstool:



<http://inschrijvingen.gymfed.be/wizard/index?get=stamnummer=1048>

SCAN ME



Vanaf 1 augustus!

Nadat u aangemeld bent, kan u al **uw gezinsleden (indien al lid seizoen 2021-2022) inschrijven**. U kan uw gegevens controleren en aanvullen en per gezinslid kan u inschrijven voor de groepen die voor dat gezinslid beschikbaar zijn (gekoppeld aan geboortedatum).

Controleer in stap 2 zeker of al uw gegevens nog correct zijn.

U krijgt een mooi **overzicht** van de door u uitgevoerde inschrijving(en) in uw mailbox. Een aparte e-mail volgt nadien met de betalingsgegevens.

De inschrijving wordt pas definitief na goedkeuring door de ledenadministratie in het ledenbeheer.

© 2022 - Contacteer TK DEUGD EN MOED EKEREN vzw 0477/829471

Ondernemingsnummer: 0476.428.465



Opgelet: Er wordt een tweede aparte e-mail uitgestuurd na goedkeuring door de ledenadministratie waarin u het correcte lidgeldbedrag (met o.a. kortingen verrekend) en mededeling voor de overschrijving toekrijgt.



Problemen bij online inschrijven?

Contacteer ons dan via e-mail: ledenadmin@deugdenmoed.be of telefonisch op maandag 1 of dinsdag 2 augustus tussen 9u-14u op het nummer 03/322 63 12.



LIDGELDEN ALGEMEEN

Lidgelden worden onder geen beding terugbetaald!

VASTE PREMIE

Iedereen betaalt de **vaste premie van €50 plus het lidgeld van de groep(en)** die voor hem/haar van toepassing is (zijn). De lidgelden zijn in de tabel op [p.11](#) vermeld en gelden voor een lessenreeks vanaf 12 september 2022 tot en met 18 juni 2023.

In het lidgeld is inbegrepen: de verzekering, de bijdrage aan GymnastiekFederatie Vlaanderen waarvan onze club lid is, de administratiekosten, de leselden, het sinterklaasfeest voor de allerkleinsten, ... Ook ontvangt u vier maal per jaar ons eigen clubblad. Voor recreatieve gymnasten is het inschrijvingsgeld voor de gymstars-sterrendag inbegrepen. Met de GymFed lidkaart krijgt u ook korting op tal van activiteiten van de GymnastiekFederatie.

KORTINGEN

De verschillende kortingen zijn cumuleerbaar!

1. GEZINSKORTING: Gezinnen waarvan drie of meer leden lid zijn van onze club, genieten een gezinskorting. Vanaf het derde lid krijg je €15 korting. Deze korting geldt dus enkel voor het derde, vierde,... lid. Gezinsleden zijn gedomicilieerd op hetzelfde adres.

Om van de gezinskorting te kunnen genieten, is het heel belangrijk dat u bij het online inschrijven het e-mailadres van het gezinshoofd gebruikt (zie p. 9).

2. AANTAL TRAININGSUREN: Leden die zich inschrijven voor minstens drie groepen, genieten een korting van 10% op de som van de groepsbedragen. Deze korting geldt dus niet op de vaste premie.

3. STATUUT VERHOOGDE TEGEMOETKOMING:

Leden met het statuut verhoogde tegemoetkoming genieten een korting van 20% op het totale lidgeld. Leden mailen of brengen een klevertje van het ziekenfonds binnen op het secretariaat om aan te tonen dat ze dit statuut hebben. De aanvraag wordt discreet behandeld. Deze korting wordt niet in rekening gebracht via de online inschrijvingsmodule, maar wordt achteraf toegekend.

4. BESTUURSLEDEN EN TRAINERS:

Bestuursleden, trainers, hulptrainers en hulpbestuursleden zijn vrijgesteld van de vaste premie van €50.

5. STARTDATUM:

Leden die zich na 11 december 2022 aansluiten, genieten een korting van 40% op het groepsbedrag, op de vaste premie wordt geen korting toegekend. Deze korting geldt ook voor extra trainingsgroepen waarvoor bestaande leden zich pas na 11 december 2022 inschrijven. Na de paasvakantie worden er geen nieuwe inschrijvingen meer gedaan.

6. ERELID:

Ben je (even) geen actief lid, maar wil je graag je lidmaatschap behouden? Dan is het mogelijk als erelid aan te sluiten. Zo kan je genieten van aansluiting bij de GymFed en blijf je het clubblad ontvangen. Hiervoor betaal je dan enkel de vaste premie van €50.

AFBETALINGSPLANNEN

Indien je het lidgeld niet in één keer kan betalen, voorzien wij de mogelijkheid tot gespreide betaling. Je kan hier naar informeren op het secretariaat of via secretariaat@deugdenmoed.be. Hiervoor wordt een document met de afspraken opgesteld en ondertekend op het secretariaat. Bij lidgelden onder €125 per lid is gespreide betaling niet mogelijk tenzij u het statuut verhoogde tegemoetkoming hebt. Leden die een afbetalingsplan aanvragen, verbinden zich ertoe het volledige lidgeld te betalen, eveneens indien het lid omwille van welke reden dan ook stopt in de loop van het seizoen. Men kan zich niet inschrijven voor een volgend seizoen indien het volledige lidgeld niet betaald werd van vorig seizoen. Sowieso vervalt het recht op een nieuw afbetalingsplan bij misbruik van het eerste.



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 discipline(s) overgemaakt te worden.



WIST-JE-DAT...

Bij kleuters en g-gym organiseren we themalessen, o.a. bij Halloween, carnaval, ... Wat vinden onze gymnasten het leuk om verkleed te komen!



LIDGELDEN 2022-2023 | TABEL

Code	Groep	s	v
	Vaste premie	50	50
	Erelid	50	50
	Te laat betaald	10	10
Peuters/Kleuters			
P1/P2	Alle groepen peutergym	80	-
K1 tem K10	Alle groepen kleutergym	40	-
G-Gym			
G1	G-gym groep 1 (1u)	40	-
G2	G-gym groep 2 (2u)	80	-
Recreatief turnen			
M1 tem M6	Alle groepen lagere school	40	-
M7	1ste-4de middelbaar	60	-
Dans			
D1 tem D4	Alle groepen clipdance (behalve D5)	72	-
D5	Clipdance (vanaf 5de mb)	72	92
Volwassenen			
V1	Ochtendgym	60	80
V2/V8	Pilates	72	92
V3	Recreatief turnen (vanaf 5de mb)	60	80
V4	Bootcamp	72	92
V5	Dance mix workout	107	127
V6	Total Body Conditioning	72	92
V7	Heren conditie en volleybal	80	100
S1/S2	Ochtendgym (55+)	60	-
S3	Dance workout (55+)	107	127

Voorbeeld:

Uw dochter/zoen neemt deel aan de groep recreatief turnen 1ste-4de middelbaar (M7)

Het lidgeld voor het volledige seizoen bedraagt:

110 euro =

50 euro vaste premie + 60 euro bedrag voor groep M7

Het club t-shirt is verplicht en apart aan te kopen in de cafetaria aan 16 euro.

Code	Groep	s	v
Freerunning/Parkour			
F1 tem F6	Freerunning/Parkour F1 tem F6	40	
F7-F8	Freerunning/Parkour F7 en F8	60	
F9	Freerunning/Parkour (vanaf 4de mb)	60	80
F10	Freerunning/Parkour expertengroep	60	80
Acrogym			
A1	Acrogym beginners dinsdag	60	-
A2	Acrogym beginners zaterdag	60	-
A3	Acrogym gevorderden dinsdag	80	-
A4	Acrogym gevorderden donderdag	80	-
A5	Acrogym wedstrijd woensdag	100	100
A6	Acrogym wedstrijd vrijdag	100	100
A7	Acrogym wedstrijd zaterdag	80	80
Tumbling			
TU1, TU2 en TU3	Tumbling beginners	60	-
TU4	Tumbling I9 dinsdag	60	-
TU5	Tumbling I9 vrijdag	60	-
TU6	Tumbling I9/I10 zaterdag	100	-
TU7	Tumbling I9/I10 zondag	60	-
TU8	Tumbling wedstrijd I10/AB dinsdag	60	60
TU9	Tumbling wedstrijd I10/AB vrijdag	60	60
TU10	Tumbling wedstrijd AB zaterdag	80	80
TU11	Tumbling wedstrijd A zaterdag	40	40
TU12	Tumbling wedstrijd AB zondag	60	60
Trampoline			
TR1	Trampoline beginners woensdag	80	-
TR2	Trampoline beginners vrijdag	60	-
TR3	Trampoline wedstrijd I woe	60	-
TR4	Trampoline wedstrijd I vrij	60	-
TR5	Trampoline wedstrijd I za	60	-
TR6	Trampoline wedstrijd DMT AB woe	80	80
TR7	Trampoline wedstrijd DMT AB do	80	80
TR8	Trampoline wedstrijd DMT AB za	80	80
TR9	Trampoline wedstrijd maxi BI ma	80	80
TR10	Trampoline wedstrijd maxi B woe	40	40

s: schoolgaanden/studenten/senioren (55+), v: volwassenen

LANGDURIGE AFWEZIGHEID

omwille van medische redenen

Indien u het turnjaar niet kan vervolmaken omwille van medische redenen (kwetsuur, ziekte, zwangerschap,...) kan u (of één 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 door een mail te versturen naar ledenadmin@deugdenmoed.be en bezorgt u zo snel mogelijk een doktersattest. Het bestuur zal deze aanvraag dan verder evalueren en er zal dan worden berekend hoeveel u kan recupereren voor het volgende seizoen. Het lidgeld wordt echter niet terugbetaald, u krijgt het jaar nadien een korting op het lidgeld dat u of één van uw gezinsleden dan moet betalen.

REKENINGNUMMER

U bent slechts ingeschreven na storting van het lidgeld op rekening

'Turnkring Deugd en Moed Ekeren VZW'

KBC - 733-0065181-27

IBAN BE48 7330 0651 8127

TEGEMOETKOMING ZIEKENFONDS

Na betaling van het lidgeld ontvangt u **via e-mail** een attest voor de mutualiteit. Een kopie hiervan kan u binnenbrengen bij het ziekenfonds waarbij u aangesloten bent voor een eventuele gedeeltelijke terugbetaling van het lidgeld.

Link naar informatie omtrent het sportvoordeel voor de verschillende ziekenfondsen kan u vinden via onze website.

BOETES

Bij inschrijving in september dient het lidgeld betaald te zijn na twee proeflessen.

Bij laattijdige betaling (na 2 oktober 2022) wordt een administratiekost van €10 aangerekend.



PRAKTISCHE INFORMATIE



- Alle leden komen tijdig naar de lessen: 5 tot 10 minuten voor het begin van de les. Kinderen worden niet meer dan 10 minuten voor de les afgezet en binnen de 10 minuten na het einde van de les afgehaald, tenzij er een andere afspraak werd gemaakt met de lesgever.
- Kinderen worden aan de kleedkamers in de gymhal afgezet en opgehaald. Graag kinderen op voorhand en onder begeleiding van de ouders naar het toilet laten gaan. De leden wachten voor het aanvangen van de les in de kleedkamer en komen pas in de zaal op teken van de lesgever. Ouders zijn niet toegelaten in de zaal tijdens de lessen (uitzondering: de begeleiding voor peutergym), maar kunnen vanuit de ontmoetingsruimte de lessen volgen.
- Het is enkel toegelaten de gymhal blootvoets of met indoor sportschoenen/turnpantoffels te betreden (op verschillende van de toestellen zijn geen sportschoenen toegestaan, zoals op de verende vloer of fasttrack). Zwarte zolen of sportschoenen die buiten gedragen zijn, worden niet toegelaten.
- Als uw kind met de fiets naar de club komt, stimuleren we graag de veiligheid op weg naar de club (gebruik een fluohesje, fietshelm, ...). Er is een fietsenstalling naast de gymhal.
- Gelieve reglementair te parkeren bij het afzetten/ophalen van uw kind, op één van de parkings van het Hagelkruispark of in de straten rondom de gymhal.

Buiten bovenstaande afspraken kan Turnkring Deugd en Moed vzw niet meer verantwoordelijk zijn voor uw kind.



PEUTER- EN KLEUTERGYM

Een eerste sportieve stap voor je peuter!

Peuters kunnen bij ons terecht op zondag **vanaf 20 maanden**. Onder begeleiding van mama, papa, grootouder, ... en onze ervaren trainers elke week een uurtje komen turnen in onze club in een speels en avontuurlijk parcours, kortom een leuke uitdaging voor elke peuter!



Een sportief uurtje voor je kleuter

Voor wie? Vanaf geboortjaar 2019 - Op woensdag of zondag

Tijdens kleutergym, bouwen we verder op deze bewegingsvaardigheden met een leuke, actieve en leerrijke beleving voor elke kleuter aan de hand van de vele kleuterm modules en een uitdagend bewegingsparcours opgesteld door onze enthousiaste lesgevers. Ze werken hiervoor met het Kidiesprogramma, ontwikkeld door Gym-Fed, met als doel een gevarieerde en gestructureerde aanpak te brengen in alle kleutergymlessen.

Kleutergym plus

In "Kleutergym plus" zal er gewerkt worden aan basisturnen, met meer uitdaging op turntechnisch vlak, zoals het aanleren van radslag, handstand, ... en met de bedoeling om nadien eventueel door te stromen naar een wedstrijdafdeling.

Voor wie? Gemotiveerde kleuters **uit de 3de kleuterklas** die het doel hebben om later aan wedstrijdgyrnastiek te doen. Er zijn geen selecties nodig. Deelname in deze groep wil niet zeggen dat je nadien automatisch doorgaat naar een wedstrijddiscipline. Hiervoor geldt nog steeds selectie via de testmomenten. Het is toegelaten, maar niet verplicht, om een combinatie te maken van een kleutergymgroep en de plus-groep.



RECREATIEF TURNEN

Binnen de recreatieve gymnastiek volgen we het Gymstars-programma uitgebracht door de Gymnastiekfederatie.

Gymstars is een **methodisch-didactisch programma** met als doel de kinderen volgens de eigen mogelijkheden en wensen te laten 'schitteren' (als echte gymsterren) in de gymnastiek. Het programma bevat 5 bewegingsthema's, 6 niveaus, 66 uitdagende bewegingsvaardigheden en meer dan 1200 leuke gymoefeningen. Hierbij wordt er gebruik gemaakt van verschillende toestellen zoals balk, plint, rekstok, trampoline, ...

Om naar een niveau hoger te gaan, dient de gymnast een aantal bewegingsvaardigheden te halen. Aan elk niveau is een nummer en kleur toegekend. Er is een gymboekje dat de gymnasten als turnagenda en werkboekje kunnen gebruiken doorheen hun 'turncarrière'.



Tijdens het seizoen nemen de recreatieve gymnasten deel aan de '**gymstars-sterrendag**'.

Hierbij kunnen ze een ster behalen door de oefeningenreeksen tijdens de les aan een externe jury te tonen. De ouders mogen dan eveneens komen kijken. Bij het behalen van hun ster krijgen ze een mooi diploma! Het gymstars-programma biedt de kans aan onze recreatieve gymnasten om meer uitdaging te leggen in hun turnhobby. De focus ligt op plezier en ontspanning.





G-GYM

G-gym staat voor gymnastiek voor personen met een handicap. We richten ons hiervoor tot kinderen en jongvolwassenen met een mentale beperking.

De ouders van **oud-leden** van deze groepen, kunnen hun kinderen opnieuw online inschrijven.

De ouders van **nieuwe leden** maken best een afspraak met de verantwoordelijke G-Gym.



VERANTWOORDELIJKE G-GYM:

Jessica Vervoort

E-mail: ggym@deugdenmoed.be

GSM: 0498/67 50 22

De inschrijvingen voor de nieuwe G-gymmers worden apart gedaan omdat er een intakegesprek nodig is. Verder krijgen de ouders een korte schets van de club en wordt er dieper ingegaan op de afdeling G-Gym.

We geven dan ook graag antwoord op alle mogelijke vragen.

Na inschrijving kan elk kind deelnemen aan 2 proeflessen.

Nieuwe leden nemen deel aan groep G1 (9.30u-10.30u). In dit lesuur ligt de nadruk op basisturnen.

Voor oud-leden is het mogelijk in te schrijven voor 2 uur les in groep G2 (9.30u-11.30u). Voor deze leden zal er tijdens het tweede uur focus gelegd worden op gymstars en uitbreiding van de turnoefeningen.



FREERUNNING

Spectaculaire sprongen en tricks! Ben je een jongere op zoek naar een sportieve uitdaging? Freerunning/Parkour bij Deugd en Moed ... vast iets voor jou! Je hebt het vast wel gezien op straat: jongeren die verschillende gymnastische sprongen, swings, flips, ... gebruiken om verschillende obstakels te overwinnen. Deze jongeren beoefenen een sport die freerunning en parkour wordt genoemd. Hierbij worden gymnastische technieken gebruikt om zo snel mogelijk van punt A naar punt B te geraken.

Voor jongens en meisjes vanaf het 3de leerjaar!

Expertgroep freerunning

Op enkele jaren tijd is de freerunningafdeling uitgegroeid tot een bloeiende discipline met een 100-tal leden in onze club. Om deze discipline verder uit te bouwen hebben we de "Expertgroep freerunning" opgericht. Deze groep is bedoeld voor ervaren freerunners die zelfstandig kunnen trainen. We werken samen aan nieuwe bewegingen en hopelijk krijg je onder andere de 'swing dubbel gainer, wall spin pole spin, dubbel kong, 360° wall run, angel/devil drop, double slide flip' helemaal onder de knie. Ook zal er gewerkt worden aan gesynchroniseerd bewegen om met deze expertgroep op te treden als een cool freerunning demoteam!

Voor wie? In de expertgroep verwachten we dat je start met een gevorderd niveau op fysiek vlak en al een basis aangelegd hebt in het recreatief freerunning. De groep staat open voor alle leeftijden **vanaf het 3de leerjaar**, maar is niet weggelegd voor iedereen. Om te peilen naar je skillset, wordt er een testmoment georganiseerd.

Testmoment Expertgroep Freerunning

Wanneer? 4 september 2022, 18.00u - 19.30u

Inschrijven voor dit testmoment kan via volgende link:



twizzit.com/go/DMEtestmomentfreerunning2022

SCAN ME





CLIPDANCE

Bij Clipdance leer je leuke danscombinaties die je altijd al zo graag wou leren na het zien van de videoclipps en dansmoves van je idolen. Van moderne dans tot jazz, hiphop en disco, er is voor ieder wat wils. Er is geen auditie vereist en iedereen kan gewoon instappen. Breng dus zeker je vrienden en vriendinnen mee, zo kan je na de les samen thuis of op de speelplaats verder dansen.

Voor meisjes en jongens vanaf het 1ste leerjaar

Time to show your moves!



VOLWASSENEN

Een ruim aanbod voor volwassenen en senioren

Zin om elke week stevig wat calorieën te verbranden en/of spieren te versterken? Op zoek om op een aangename manier fit te blijven? Het is nooit té laat om bij D&M te starten! Plezier en ontspanning verzekerd!



- **Recreatief turnen** voor wie zich nog eens op een veilige manier aan een salto wil wagen
- **Total Body Conditioning** met een mix van aerobics en spierversterkende oefeningen weer helemaal fit
- **Dance mix workout** voor wie wil dansen op het ritme van swingende latin beats en populaire hits
- **Ochtendgym** met groepen voor 55-plussers, ideaal om de dag fit en ontspannend te starten
- **Heren conditie en volleybal**, een uurtje in het zweet werken, geen spier kent rust .. afgewisseld met een uurtje gezellig volleyballen
- **Pilates** Fysieke en mentale gezondheid in balans! Pilates is een unieke bewegingsmethode met rek- en strekoefeningen voor sterke spieren, een betere houding, souplesse en balans. Er wordt eveneens gewerkt op ademhaling en concentratie.
- **Bootcamp**, een cardiovasculaire en spierversterkende full body work-out die voor alle sportniveaus toegankelijk is. Het doel is om kracht en uithouding te verbeteren door intense groepslessen.

NIUW

Dance workout (55+) brengt fitness en dans samen in één effectieve work-out op verschillende muziekstijlen. Het is speciaal ontwikkeld voor beginners, actieve ouderen en andere deelnemers die zin hebben in een succesvolle work-out. Het doel is om op een swingende manier zoveel mogelijk calorieën te verbranden en je lichaam op een verantwoorde manier te bewegen. Wil je je conditie opbouwen? Ben je herstellende van een blessure? Of wil je gewoon op een leuke en verantwoorde manier dansen? Dan is deze les iets voor jou!

Voordelen:

- dansen op een rustig tempo
- eenvoudige danspassen
- afwisselende snelheid van de muziek
- work-out op vrolijke en aanstekelijke muziek

Voor wie?

- iedereen die een High Impact les te moeilijk of te snel vindt
- zeer geschikt voor 55+ (jongere leeftijden ook toegestaan)



**Met 2 gratis
proeflessen!**



WEDSTRIJDGROEPEN

Turnen in een gespecialiseerde groep vraagt een zeker engagement van de leden en de ouders:

- De leden dienen regelmatig aanwezig te zijn, anders kunnen de nodige vorderingen niet gemaakt worden.
- Beginnende gymnasten trainen gewoonlijk twee keer per week, soms komt hier nog de recreatieve groep van hun leerjaar bij. Op termijn worden dit sowieso drie à vier trainingen per week.
- De trainers beslissen wanneer de gymnast klaar is om aan wedstrijden deel te nemen. Dit wordt gymnast per gymnast bekeken, maar deelname aan wedstrijden wordt op termijn van alle wedstrijdgyrnasten verwacht.
- Leden die aan wedstrijden deelnemen en tevens in andere (recreatieve) groepen willen inschrijven, overleggen de mogelijkheid tot combinatie van de disciplines met de respectievelijke lesgevers.

WEDSTRIJDLICENTIE

Een **wedstrijdlicentie** is verplicht voor wedstrijdgyrnasten die deelnemen in het A, B, C en I-niveau. Deze gymnasten betalen zelf hun wedstrijdlicentie. De licentie geeft recht op deelname aan alle provinciale voorrondes, net zoals het Vlaams en het Belgisch kampioenschap als je je daarvoor selecteert. De wedstrijdlicenties worden half november gefactureerd aan de betrokken gymnasten en bedragen 50 euro. Andere wedstrijden (recreatoernooien en niet-officiële gymfedwedstrijden) worden door de club betaald.

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.

Deelname aan internationale wedstrijden wordt overlegd per wedstrijd met de individuele gymnasten.

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 en via de website.

Bij niet-gewettigde afwezigheid op wedstrijden (niet deelnemen = doktersattest voorleggen) wordt het inschrijvingsgeld belast aan de gymnast.

TESTMOMENTEN

Men kan slechts toetreden tot de wedstrijdgroepen via een testmoment.

ACROGYM

Ben je gebeten door de acromicrobe en heb je talent? Kom dan zeker langs op het testmoment.

Het testmoment acrogym staat open voor meisjes en jongens* die aan competitie-acrogym wensen te doen. We onderscheiden 2 categorieën:

- **Bovenpartners:** meisjes (en jongens*) van de **3^{de} kleuterklas en het 1^{ste} leerjaar**. Voor acro dien je lenig te zijn en ben je klein en fijn van gestalte. Meisjes uit het 2^{de} leerjaar die voldoende vormspanning en al wat turnervaring hebben, zijn ook nog welkom op het testmoment.
- **Onderpartners:** meisjes (en jongens*) vanaf het **5^{de} leerjaar**. Een onderman is naast sterk ook lenig. De houding van een onderman is erg belangrijk en als je op deze leeftijd start, heb je al turnervaring. Kinderen die slechts in het **4^{de} leerjaar** zitten, maar behoorlijk sterk zijn, mogen gerust komen testen.



** Wat betreft jongens: jongens mogen ook acrogym doen, maar momenteel hebben we geen mannelijke onderpartners. Jongens komen in wedstrijdcategoryën alleen voor bij mannen paar, gemengd paar (mannelijke onderpartner, vrouwelijke bovenpartner) en heren 4. Wij kunnen dus alleen een jongen als bovenman selecteren als er ook een geschikte onderman gevonden wordt.*

TRAMPOLINE (DMT/MAXI)

Ben je sportief en spring je graag trampoline, dan is dit je kans om dit in competitieverband te doen! Deugd en Moed organiseert een testmoment voor haar afdeling trampoline-wedstrijd. Het testmoment trampoline staat open voor meisjes en jongens die aan competitie-trampoline en dubbele minitrampoline wensen te doen. We onderscheiden 2 selectiecategorieën:

- Meisjes en jongens van de **3^{de} kleuterklas** tot meisjes en jongens van **maximum 10 jaar**.
- Meisjes en jongens **ouder dan 10 jaar** kunnen uitzonderlijk mee testen mits **ruime ervaring** (in clubverband en/of competitie) in trampoline en/of dubbele minitrampoline.



TUMBLING

Zijn flikreksen, tempen, salto's en schroeven je grote droom? Ben je gebeten door de wedstrijdmicrobe? Grijp dan je kans op het testmoment Tumbling. Het testmoment Tumbling staat open voor alle meisjes en jongens die aan competitie-tumbling wensen te doen. We onderscheiden 2 categorieën:

- Jongens en meisjes van **de 3^{de} kleuterklas en 1^{ste} en 2^{de} leerjaar**: Zij kunnen voor het testmoment inschrijven zonder voorgesprek en basis is als dusdanig niet vereist.
- Jongens en meisjes **vanaf het 3^{de} leerjaar**: Aangezien de voorbereiding op competitie tumbling al vroeg begint en de eerste wedstrijden op 9 jaar starten, verwachten we van oudere kinderen al een zekere basis. Kinderen vanaf het 3^{de} leerjaar kunnen inschrijven maar zullen voor het testmoment worden gecontacteerd door onze trainers om te polsen naar hun gymnastiekverleden en basis. Indien akkoord wordt gegeven tijdens voorafgaand gesprek, worden ze ook verwacht op het testmoment.

WANNEER?

Testmomenten worden per discipline georganiseerd:

- Acrogym - wo 31 augustus 2022 (17.30u-19.00u)
- Trampoline - do 1 september 2022 (18.00u-19.30u)
- Tumbling - vrij 2 september 2022 (18.00u-19.30u)

INSCHRIJVEN VOOR HET TESTMOMENT?

Het is nodig om je vooraf in te schrijven voor het testmoment van je keuze. Dit kan via de volgende link:



twizzit.com/go/DMEtestmomentseptember2022

SCAN ME



Onze vereniging 'gratis' steunen door online te shoppen?

Dit kan en nog wel zonder 1 euro extra te betalen... Slechts 1 extra muisklik!

Surf bij je online aankoop naar www.trooper.be/deugdendamod en klik via de links door naar de webshop(s). De link doet het werk en jij kan shoppen zoals je normaal gezien doet. Van elke aankoop die je doet, gaat er een percentje naar Deugd en Moed, zonder één cent extra te moeten betalen. Deze trooper-steun is volledig ten voordele van de verdere uitbouw van de gymhal.

Passeer dus voor elke online aankoop via onze trooper-pagina. Hopelijk kunnen we rekenen op vele super-D&M-troopers!

GIJ MAAKT ONS
KEI BLEIIIIHH





VERZEKERINGEN

Uiteraard zit je bij onze club ook goed als het op de verzekering van de leden aankomt. De leden van onze club zijn verzekerd tegen lichamelijke ongevallen, burgerlijke aansprakelijkheid en op de weg van en naar de les.

Polisvoorwaarden en ongevallenaangifteformulier: <https://www.gymfed.be/verzekeringen>

PROCEDURE ONGEVALLSAANGIFTE

Enkel de ongevallen aangegeven via het ongevallenaangifteformulier van de GymnastiekFederatie Vlaanderen worden in aanmerking genomen.

1. Het slachtoffer meldt het schadegeval aan de club (trainer). Een aangifteformulier wordt volledig ingevuld aan de **verantwoordelijke verzekeringen** bezorgd. Dit dient binnen de 8 werkdagen te gebeuren.
2. Het getekende aangifteformulier wordt na het ongeval naar de GymnastiekFederatie gezonden door de verantwoordelijke verzekeringen.
3. De federatie kent, na controle van lidmaatschap, het schadegeval een dossiernummer toe. Het slachtoffer wordt hiervan schriftelijk verwittigd.
4. 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.
5. Samen met het dossiernummer ontvangt het slachtoffer een formulier voor de behandelingskosten en een voorgedrukt attest van genezing.
6. Alle kosten worden eerst zelf betaald. Daarna dienen de originele bewijsstukken opgestuurd te worden.
7. De federatie handelt rechtstreeks het dossier, tot en met de schadebetaling, verder af met het slachtoffer.
8. De status van het dossier kan opgevolgd worden in "Mijn ongevallenstatus" door in te loggen op de GymFed website.
9. Het attest van genezing dient ingestuurd te worden, vooraleer terug te starten met sporten.



VERANTWOORDELIJKE 'VERZEKERINGEN':

Frank Rottiers - De Schomme 7, 2180 Ekeren

GSM: 0485/79 76 73

E-mail: simply_road@hotmail.com



De vereniging kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventueel verlies of diefstal van waardevolle voorwerpen en kledij en tevens niet voor het (opzettelijk) beschadigen van materialen welke al of niet van de vereniging zijn. Schade aan bijvoorbeeld brillen wordt niet gedekt door de verzekeringspolis.

Voor het vervoer van en naar de zaal worden de leden verzocht de kortste en veiligste weg te nemen, vermits enkel dit traject gedekt wordt door de verzekering.



DEUGD EN MOED TREKT VRIJWILLIGERS AAN

DEUGD EN MOED IS MEER DAN SPORTEN!

Een optimale dagelijkse werking, gezellige sfeer en topactiviteiten in onze club zijn te danken aan de vele helpende handen van de talrijke vrijwilligers.

Steek je graag de handen uit de mouwen?

We verwelkomen je enthousiast in ons dynamisch D&M team!

Welke rol kan jij spelen? Medewerker in de cafetaria, vrijwilliger bij evenementen zoals de lekkernijslag, de nieuwe lichting, ...

Interesse? Neem dan contact op met Tom De Backer, vrijwilligersverantwoordelijke, via vrijwilligers@deugdenmoed.be. Hij zal je volledig wegwijs maken en introduceren in het D&M vrijwilligersteam.



VOLLEDIG UITGERUSTE GYMHAL



We trainen in een volledig uitgeruste accommodatie van 938.52m² met oa. tumblingbaan - (kuil) trampolines - dubbele minitrampolines - fasttrack - valputten - acrovloer - danszaal met spiegelwand - vrije zone met kleutermodule, turntoestellen, freerunningstelling, volleybalnet, multifunctionele wall, ... Bovendien zorgen we ervoor dat er in veilige omstandigheden getraind kan worden.



D&M THIRSTY FRIDAYS

Regelmatig kunnen jullie terecht in de ontmoetingsruimte van de gymhal voor een gezellige "D&M Thirsty Fridays" avond met een drankje en een hapje. Een ideale gelegenheid voor een sfeervolle avond, samen met de ouders of leden uit je groep, intussen uitgegroeid tot een niet té missen vrijdagavond activiteit. Bij mooi weer kunnen jullie komen genieten van het zonnige terras.

Geplande data voor de "D&M Thirsty Fridays" om te noteren in jullie agenda:

- 7 oktober 2022
- 9 december 2022
- 3 maart 2023
- 5 mei 2023



WIST-JE-DAT...

Naast het sportieve beleid binnen onze club, zijn we ook gedreven om extra activiteiten te organiseren die bijdragen tot een gemoedelijke clubsfeer met het sinterklaasfeest voor de allerkleinsten, verschillende kampen, diplomautreiking, gymstarssterrendag, galabal, quiz, movie night, vrijwilligersfeestje, ...

Ook tijdens de lesuren is de ontmoetingsruimte met zicht op de zaal (meestal) geopend.



UNIFORMKLEDIJ

ALGEMEEN

- De gymhal kan enkel **blootvoets** betreden worden of met **indoor sportschoenen/turnpantoffels** (lichte zolen, niet buiten gebruikt). Voor kleuters, liefst turnpantoffels zonder veters.
- Er worden geen sieraden of horloges gedragen.
- Lange haren worden netjes bij elkaar gebonden.
- Gelieve ervoor te zorgen dat alle turnpantoffels, T-shirts, maillots en trainingspakken genaamtkend zijn. Er blijft vaak clubkledij liggen en aangezien iedereen hetzelfde uniform draagt, is het vaak moeilijk de juiste eigenaar op te sporen.



T-SHIRT

VOOR WIE?

Verplicht voor **alle leden**

Vanaf 12 september kan het t-shirt aangekocht worden tijdens de openingsuren in de cafetaria van de gymhal. Het is mogelijk deze cash of met bancontact te betalen.



TRAININGSPAK "nieuw"

VOOR WIE?

Een trainingspak dient aangekocht te worden door de leden van de wedstrijdgroepen (trampoline, tumbling en acro) die **deelnemen aan wedstrijden** (ook recreatieve wedstrijden).

Het wordt steeds gedragen tijdens de wedstrijden, het turn- en dansgala, ... Onze lesgevers dragen dit trainingspak tijdens de lessen. Men is niet verplicht om de broek en de vest van dezelfde maat te nemen.

NIEUW: Vanaf dit seizoen komt er een nieuw model van het trainingspak. Hierdoor is het oudste model met de volledig rode trainingsvest niet meer geldig.



MAILLOT

VOOR WIE?

Verplicht voor alle leden van de **gespecialiseerde turngroepen**

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

Het niet volgen van clubuniform-regels kan leiden tot uitsluiting.



UNIFORMKLEDIJ: maten en prijslijst		
t-shirts	Kinder- en Volwassen maten	€16
jongensmaillot	6 jaar en kleiner	€64.5
	8 en 10 jaar	€67.5
	12 en 14 jaar	€72
	Volwassen maten	€75
jongens maillotshort	6 jaar en kleiner	€26
	8 en 10 jaar	€26.5
	12 en 14 jaar	€28
	Volwassen maten	€29
meisjesmaillot	6 jaar en kleiner	€82
	8 en 10 jaar	€85
	12 en 14 jaar	€91.5
	Volwassen maten	€96
trainingsvest (nieuw model vanaf dit seizoen)	140/152/164	€40
Prijzen in deze tabel zijn richtprijzen van het vorige model.	S tot 4XL	€45
trainingsbroek (nieuw model vanaf dit seizoen)	128/140/152/164	€25
	34/36/38/40/42/44 (dames)	€30
	S tot 4XL (heren)	€30
sporttas "Deugd en Moed"	-	€40
rugzak "Deugd en Moed"	-	€17.5

*Richtprijs voor de maillots- kan licht wijzigen in geval van prijsaanpassing bij de leverancier



DEUGD EN MOED SPORTTASSEN EN RUGZAKKEN

Er zijn ook sporttassen en rugzakken met het logo van de club beschikbaar.



TWEEDEHANDSKLEDIJ

Bij de start van een nieuw seizoen is het het uitgelezen moment om na te gaan of de turnkledij nog past. Is je trainingspak of clubmaillot te klein geworden, maar nog in goede staat? Geen nood, je kan deze misschien doorverkopen aan iemand anders bij Deugd en Moed. Je kan zelf een **zoekertje hangen aan het bord in de inkomhal** van de zaal. Opgelet - aankoop van de rode trainingsvesten wordt afgeraden, aangezien deze niet meer geldig zijn als uniform (zie p. 20).

PASMOMENTEN

voor clubmaillots en trainingspakken



Vrijdag 23 september 19.00u-20.30u
Zaterdag 24 september 11.00u-12.30u
Dinsdag 27 september 19.00u-20.30u
Zaterdag 1 oktober 11.00u-12.30u

Betaling **in de cafetaria bij bestelling** tijdens de pasmomenten (**enkel** via bancontact).



Gymhal Deugd en Moed
Oorderseweg 83, bus 6 - 2180 Ekeren



Gelieve uniformkledij (t-shirts, trainingspakken, maillots) NIET via overschrijving te betalen!



WEDSTRIJDKALENDER



Tijdens "De Nieuwe Lichting" op 26 november in onze gymhal kunnen jullie de wedstrijdgyrnasten in de 3 disciplines (acrogym, tumbling, DMT/Maxi trampoline) in actie zien, want dan brengen ze hun oefeningen voor de eerste keer voor een jurypanel en publiek, in aanloop naar het wedstrijdseizoen.

Kom dus zeker supporteren, iedereen welkom!

Datum	Wedstrijd	Niveau	Discipline	Locatie
23-26 november 2022	WAGC Tumbling, DMT, Trampoline	-	DMT/TRA/TU	Sofia (Bulgarije)
7-8 januari 2023	Sylvester Youth Trophée Acro (SYTA)	-	ACRO	Puurs
21-22 januari 2023	Provinciaal kampioenschap 1	A en B I	DMT DMT/TRA/TU	Zonhoven
28-29 januari 2023	Provinciaal kampioenschap 1	A en B	TRA/TU	Oud-Turnhout
4-5 februari 2023	Provinciaal kampioenschap 1	C en I	ACRO	Zeveneken
11-12 februari 2023	Provinciaal kampioenschap 2	A en B	DMT	Varsenare
11-12 februari 2023	Recreatoernooi 1	RECREA	ACRO	Niel
18-19 februari 2023	Provinciaal kampioenschap 2	A en B	TU	Balen
18-19 februari 2023	Recreatoernooi 2	RECREA	ACRO	Lievegem
25-26 februari 2023	Provinciaal kampioenschap 2	C en I	ACRO	Alken
4-5 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 2 Provinciaal kampioenschap 3	A en B A en B	TRA TU	Mortsel
4-5 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 1	B	ACRO	Bazel
11-12 maart 2023	Recreatoernooi 3	RECREA	ACRO	Heusden
18-19 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 3	A en B	DMT	Ternat
18-19 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 3	C en I	ACRO	Eeklo
25-26 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 3 Provinciaal kampioenschap 4	A en B A en B	TRA TU	Destelbergen
25-26 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 2	B	ACRO	Genk
1-2 april 2023	Provinciaal kampioenschap 4	C en I	ACRO	Niel
15-16 maart 2023	Provinciaal kampioenschap 3	B	ACRO	Mariakerke



WIST-JE-DAT...

Vorig seizoen traden maar liefst 88 van onze gymnasten aan tijdens de provinciale voorrondes, waar we 20 podiumplaatsen konden behalen in acrogym, trampoline (DMT, maxi) en tumbling. Hierbij werden 36 van hen geselecteerd voor de Vlaamse kampioenschappen. Tijdens deze spannende Vlaamse kampioenschappen werd het niveau nog verder opgeschroefd en mochten 19 van hen trots zijn op een top-10 plaats. 11 gymnasten konden het podium weer op en 6 behaalden de titel van Vlaams kampioen. 22 van onze gymnasten plaatsten zich toen voor het groot BK in de topsporthal te Gent en sprongen zich naar glansprestaties met 19 plaatsen in de top 8, 8 podiumplaatsen en 3 Belgische kampioenen. Hopelijk schitteren de D&M-gymnasten ook volgend seizoen weer op de verschillende kampioenschappen, spannend om naar uit te kijken.

Datum	Wedstrijd	Niveau	Discipline	Locatie
22-23 april 2023	Vlaams kampioenschap Provinciaal kampioenschap 4	A en B I	DMT DMT/TRA/TU	Hulshout
22-23 april 2023	Recreatoernooi	RECREA	ACRO	Hasselt
29-30 april 2023	Vlaams kampioenschap Provinciaal kampioenschap	C en I I (9-14 jr)	ACRO	Merelbeke
6-7 mei 2023	Vlaams kampioenschap	A en B	TRA/TU	Essen
6-7 mei 2023	Vlaams kampioenschap	B	ACRO	Breendonk
13-14 mei 2023	Teamcup		TU	Knokke Heist
27, 28 en 29 mei 2023	Belgisch kampioenschap	A en B	DMT/TRA/TU	Assebroek
27, 28 en 29 mei 2023	Belgisch kampioenschap	B	ACRO	

TU = Tumbling - DMT = Dubbele minitrampoline - TRA = Trampoline (maxi) - ACRO = Acrogym
Opgesteld op basis van activiteitenkalender GYM FED, Onder voorbehoud van eventuele wijzigingen - voor meest recente versie, raadpleeg de website (www.gymfed.be)



JURYLEDEN

Sam Adriaenssens	jurylid acrogym	recrea
Eddy Aelbrecht	jurylid tumbling	categorie I
Jade Aelbrecht	jurylid tumbling	instapniveau
Sandra Barbian	jurylid DMT /trampoline	categorie I
Guillaume De Oliveira	jurylid tumbling	instapniveau
Charlotte Defour	jurylid acrogym	recrea
Demi Devos	jurylid acrogym	recrea
Dina Devos	jurylid acrogym	recrea
Eline Heylen	jurylid tumbling	categorie III
Ayla Hoppenbrouwers	jurylid acrogym	recrea
Lize Kleeren	jurylid acrogym	recrea
Joppe Massart	jurylid DMT	categorie III
	jurylid trampoline	categorie IV
Nathalie Moens	jurylid tumbling	categorie III
Stephanie Moens	jurylid DMT	categorie IV
Cato Moons	jurylid acrogym	recrea
Emma Moons	jurylid acrogym	recrea
Nette Moons	jurylid acrogym	recrea
Renate Traas	jurylid DMT	categorie II
	jurylid trampoline	categorie III
Wendy Van Bergen	jurylid acrogym	categorie IV
Roos Vandenbempt	jurylid acrogym	recrea
Lianne van der Linden	jurylid DMT	categorie II
	jurylid trampoline	categorie III
	jurylid tumbling	instapniveau
Jessica Vervoort	jurylid acrogym	categorie IV
Tamara Vervoort	jurylid acrogym	categorie IV
Kato Vranken	jurylid acrogym	categorie IV
Martin Wissekerke	jurylid DMT	categorie II
	jurylid trampoline	categorie III





WIE IS WIE?

BESTUURSORGaan

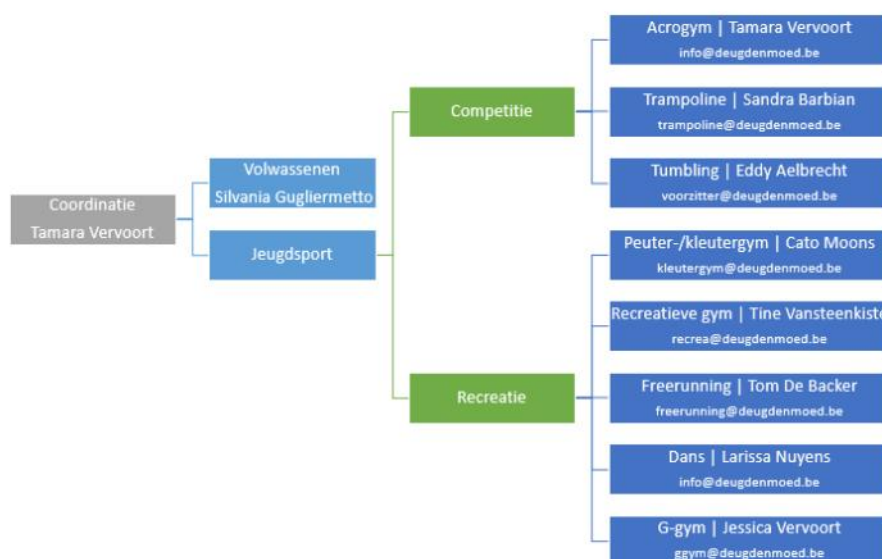
Wie	Functie	E-mail
Eddy Aelbrecht	Voorzitter	voorzitter@deugdenmoed.be
Tamara Vervoort	Ondervoorzitter/secretaris	info@deugdenmoed.be
Wesley Simons	Penningmeester	boekhouding@deugdenmoed.be
Maria Verbelen	Vrijwilligersadministratie	vergoeding@deugdenmoed.be
Jessica Vervoort	Verantwoordelijke g-gym	ggym@deugdenmoed.be
Yunsi Olyslager	Verantwoordelijke multimedia/communicatie	flikflakske@deugdenmoed.be
Wendy Van Bergen	Verantwoordelijke ledenadministratie	ledenadmin@deugdenmoed.be
Tom de Backer	Verslaggeving/verantwoordelijke vrijwilligersbeleid	vrijwilligers@deugdenmoed.be

AFDELINGSVERANTWOORDELIJEN

Als grote club hebben we de organisatie uitgebouwd in verschillende afdelingen die elk hun eigen afdelingsverantwoordelijke hebben voor een optimale werking en om de kwaliteit te garanderen, de lessen naar een hoger niveau te tillen en de doelstellingen op korte en lange termijn te plannen.

De afdelingsverantwoordelijken begeleiden hun trainersteam en organiseren opleidingen waar nodig. Ze vormen eveneens het eerste aanspreekpunt voor trainers, ouders en gymnasten in verband met sporttechnische vragen en problemen.

Met specifieke opmerkingen/vragen over de lessen, kan u steeds mailen naar de afdelingsverantwoordelijken of de lesgevers aanspreken voor of na de lessen.



ALGEMENE VERGADERING

De **Algemene Vergadering** bestaat uit de leden van het Bestuursorgaan versterkt door Veerle Verresen, Hilda Vennekens, Lieve Schoenmaeckers, allen oud-leden van de Raad van Bestuur en nog actief in onze club.

OMBUDSVROUW

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



Veerle Verresen

GSM: 0478/29 80 29

E-mail: veerleverresen@hotmail.com

AANSPREKPUNT INTEGRITEIT (API)

Tinne Pyl is aangesteld als **aanspreekpunt integriteit (API)**.

De API zal optreden als een vertrouwenspersoon naar aanleiding van psychologisch, fysiek of seksueel grensoverschrijdend gedrag. Zij zal meldingen ontvangen, een gesprek met de melder voeren, luisteren naar binnengekomen klachten en bekommernissen en indien nodig, verdere stappen ondernemen. Dit kan gebeuren in het geval van een vraag, een vermoeden, een klacht of een vastgesteld feit.



Tinne Pyl

GSM: 0476/37 10 21

E-mail: Tinne_pyl@hotmail.com

PEUTER-/KLEUTERGYM	
Lieselotte Abts	Animator, Aspirant initiator gym
Nick Blondeel	Multi SkillZ for gym
Thalia Cortoos	Aspirant initiator gymnastiek
Fleur De Cuyper	Hulplesgever i.o.
Lobke De Smet	Animator, Aspirant initiator gym
Lore De Wilder	Aspirant initiator gymnastiek
Kato Deschuyter	Hulplesgever i.o.
Jotti Dierckx	Aspirant initiator gymnastiek
Jana Embrechts	Hulplesgever i.o.
Rania El Machouhi	Hulplesgever i.o.
Anne Gerrits	Aspirant initiator gymnastiek
Sofie Gerrits	Hulplesgever i.o.
Bo Hermans	Hulplesgever i.o.
Yuna Hoppenbrouwers	Hulplesgever i.o.
Sally Lambrechts	Aspirant initiator gymnastiek
Evelien Mous	Lesgever i.o.
Fleur Peeters	Hulplesgever i.o.
Bart Smout	Hulplesgever i.o.
Jill Van Bruyssel	Aspirant initiator gymnastiek
Lani Van Rompuy	Hulplesgever i.o.
Kyanni Van Tilburg	Aspirant initiator gymnastiek
Katleen van Vlaenderen	Aspirant initiator gymnastiek
Juliette Wouters	Hulplesgever i.o.

RECREATIEVE GYM	
Demi Cools	Aspirant initiator gymnastiek
Jill Cornelis	Aspirant initiator gymnastiek
Thalia Cortoos	Aspirant initiator gymnastiek
Lindsay Kerstens	Multi SkillZ for gym
Fatiha Oyatto	Aspirant initiator gymnastiek
Johan Roels	Lesgever i.o.
Marie Snijders	Hulplesgever i.o.
An Van Aken	Lesgever gymnastiek
Rosalie Vos	Hulplesgever i.o.
Maxime Wouters	Aspirant initiator gymnastiek

FREERUNNING/PARKOUR	
Tim Biemans	Instructor freerunning
Yannick Biemans	Animator
Seppe Clicteur	Hulplesgever i.o.
Tom De Backer	Initiator freerunning
Mauro De Mey	Hulplesgever i.o.
Kian Herwijn	Aspirant initiator gymnastiek
Sybre Oerlemans	Bachelor LO, Instructor freerunning
Wouter Utdewilligen	Initiator freerunning
Grim Van Daele	Aspirant initiator gymnastiek
Helena Wellens	Aspirant initiator gymnastiek
Maxime Wouters	Aspirant initiator gymnastiek

G-GYM	
Anaïs Craeyveld	Jeugd en gehandicaptenzorg
Jolien De Winter	Bachelor LO, Initiator gymnastiek
Dagny Franquet	Aspirant initiator gymnastiek, Multimovebegeleider
Lin Van Aken	Initiator gymnastiek i.o.
Katleen van Vlaenderen	Aspirant initiator gymnastiek
Tine Vansteenkiste	Bachelor LO

DANS	
Hanne Loir	Animator, Bachelor orthopedagogie
Larissa Nuyens	Bachelor freestyle dansen
Lucia Salvo	Bachelor, Instructor zumba

VOLWASSENEN	
Eline Buitink	Initiator gymnastiek
Kenny De Baeke	Personal trainer expert
Silvania Gugliermetto	Monitor Lichamelijke Opvoeding
Lucia Salvo	Bachelor, Instructor zumba
Jan Stabel	Lesgever i.o.

Wedstrijd ACROGYM	
Sam Christiaens	Aspirant initiator gymnastiek
Demi Devos	Aspirant initiator gymnastiek
Ayla Hoppenbrouwers	Aspirant initiator gymnastiek
Cato Moons	Initiator gymnastiek
Nette Moons	Aspirant initiator gymnastiek
Margot Sprenger	Bachelor orthopedagogie
Fleur Plompen	Bachelor LO i.o., Aspirant initiator gymnastiek
Roos Vandenbempt	Aspirant initiator gymnastiek
Maren Van Opdorp Belis	Hulplesgever i.o.
Tine Vansteenkiste	Bachelor LO
Liselot Vos	Hulplesgever i.o.
Kato Vranken	Bachelor LO i.o.
Tamara Vervoort	Initiator gymnastiek
Tania Willekens	Trainer B TRA, Bachelor LO

Wedstrijd TRAMPOLINE	
Sandra Barbian	Initiator gymnastiek
Xuy��n Boddou	Bachelor lager onderwijs
Anne Gerrits	Aspirant initiator gymnastiek
Merel Himpe	Aspirant initiator gymnastiek
Joppe Massart	Animator
Stephanie Moens	Initiator gymnastiek
Lina Robersscheuten	Aspirant initiator gymnastiek
Renate Traas	Verenigingsleider gymnastiek
Martin Wissekerke	Verenigingsleider gymnastiek, specialisatie (mini)trampoline

Wedstrijd TUMBLING	
Eddy Aelbrecht	Trainer B tumbling
Jade Aelbrecht	Aspirant initiator gymnastiek
Siebe Dierckx	Initiator gymnastiek
Merel De Kock	Initiator gymnastiek
Eline Heylen	Aspirant initiator gymnastiek
Guillaume De Oliveira	Initiator gymnastiek
K��in Meurrens	Aspirant initiator gymnastiek
Nathalie Moens	Initiator gymnastiek
Adnane Sbhi	Hulplesgever i.o.
Mirte Schepers	Initiator gymnastiek i.o.
Rosalie Vos	Hulplesgever i.o.
Lianne van der Linden	Initiator gymnastiek

 **WIST-JE-DAT...**

Ons streefdoel is om elk seizoen de lesgevers minstens   n bijscholing te laten volgen zodat ze onderbouwd, goed voorbereid en met veel enthousiasme kwaliteitsvolle lessen kunnen bieden!



SIA AUTOMOTIVE BV

Aankoop -en verkoop van wagens

Bezoekadres

Oudebaan 154, 2610 Wilrijk

Openingsuren

Ma-Vrij: 9:00-18:00

Zat: op afspraak

GSM: +32493379412

email: sia.automotive.belgium@gmail.com



RUSTPUNT BEGRAFENISSEN
gert verhaert

03 501 00 02

24u/24u bereikbaar

Schoonbroek 1 te Ekeren
Dorpstraat 27 te Ekeren
Hoge Weg 115 te Stabroek
Spaansemolenstraat 23 te Zandvliet

www.gertverhaert.be



www.tkadooke.be
(webshop)



info@tkadooke.be



Kapeelsesteenweg 416
2930 Brasschaat-Mariaburg



0468/118990

Interesse om ook te adverteren bij Deugd en Moed?

Meer dan 100.000 passages per jaar in onze gymhal!

Download vandaag nog het sponsordossier via onze website of neem vrijblijvend contact op via flikflakske@deugdenmoed.be



JAKO SPORTSHOP

Afzender:

TK Deugd en Moed Ekeren vzw

Oorderseweg 83 bus 6

2180 Ekeren

Driemaandelijks tijdschrift P924821
Afgiftekantoor 9550 HERZELE



PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

WELKOM!

SEIZOEN 2022-2023 START VANAF MAANDAG 12 SEPTEMBER, TOT DAN!

