

## Trainingsprogramma seizoen 2024-2025

Alle onze groepen zijn onderverdeeld in één van onderstaande categorieën.

### 1. Recreatieve gymnastiek

Deze groepen staan open voor iedereen die interesse heeft in artistieke gymnastiek op recreatief niveau. Zij vormen als het ware de ruggengraat van onze turnkring. De lesinhoud is afgestemd op de GymFed leerlijnen voor Kidies, Gymtopia en Gymstars. Dit wil zeggen dat er niet alleen een brede basis wordt aangeboden van toestelturnen, maar dat ook de beginselen van trampoline, acrobatische en ritmische gymnastiek aan bod komen.

### 2. Specifieke doelgroepen

Deze groepen maken deel uit van ons recreatief aanbod en staan open voor iedereen. De lesinhoud is afgestemd op de voorziene doelgroep.

### 3. Selectiegroepen

Deze groepen maken deel uit van ons recreatief aanbod, maar deelname aan deze groepen is alleen mogelijk na selectie door de hoofdtrainers van de respectievelijke groepen. De groepen toestelturnen nemen doorheen het jaar deel aan enkele recreatieve toernooien.

### 4. Voorbereiding op wedstrijdgyrnastiek

Deze groepen vormen een rechtstreekse voorbereiding op latere wedstrijdgyrnastiek, zonder afbreuk te willen doen aan de brede basisvorming die we voor elk van onze gymnasten vooropstellen. Concreet wil dit zeggen dat deze groepen op woensdag en zaterdag de GymFed leerlijn voor Gymtopia volgen. Deelname aan een tweetal Gymtopia Happenings wordt verwacht. Daarnaast worden extra trainingen aangeboden (1 extra training voor het eerste leerjaar, twee extra trainingen voor het tweede leerjaar) waarin de klemtoon wordt gelegd op de technische scholing die noodzakelijk is om later te kunnen instromen in onze wedstrijdgroepen. Deelname aan deze groepen is enkel en alleen mogelijk na selectie door de hoofdtrainers van de respectievelijke groepen.

De selecties van de gymnasten voor Gymtopia L1 + wedstrijdgyrnastiek vinden plaats in de loop van september uit de groep Gymtopia L1. Voor deze gymnasten dient er eind september een bijbetaling van 112 euro te gebeuren via rechtstreekse overschrijving op de rekening van Gym Haacht vzw: BE05 0680 7213 4075.

De gymnasten voor Gymtopia L2 + wedstrijdgyrnastiek worden op de hoogte gebracht door de respectievelijke hoofdtrainers voor welke groep ze moeten inschrijven. De betaling van het lidgeld wordt opgesplitst in twee delen:

- een eerste betaling van € 450 bij inschrijving in juni/juli en
- het resterende saldo, te betalen voor 30/11/2024 via rechtstreekse overschrijving op de rekening van Gym Haacht: BE05 0680 7213 4075.

### 5. Wedstrijdgyrnastiek

Gym Haacht biedt wedstrijdgyrnastiek aan in drie verschillende disciplines: toestelturnen meisjes en toestelturnen jongens en ritmische gymnastiek. Er wordt op meerdere niveaus deelgenomen aan wedstrijden: I-niveau, B-niveau en C-niveau.

De respectievelijke hoofdtrainers zullen jullie op de hoogte brengen voor welke groep moet ingeschreven worden. De betaling van het lidgeld wordt opgesplitst in twee delen:

- een eerste betaling van € 450 bij inschrijving in juni/juli en
- het resterende saldo, te betalen voor 30/11/2024 via rechtstreekse overschrijving op de rekening van Gym Haacht: BE05 0680 7213 4075.

**Legende van de locaties**

- Den Dijk: turnzaal in sportcomplex Den Dijk te Haacht
- Den Dijk T3: achterste terrein van de sporthal in sportcomplex Den Dijk te Haacht
- GBS Haacht: turnzaal van de gemeentelijke basisschool van Haacht
- Sporthal BMB: sporthal in Boortmeerbeek

**1. Recreatieve gymnastiek**

<b>Nr.</b>	<b>Groep</b>	<b>Geboortejaar</b>	<b>Wanneer</b>	<b>Waar</b>	<b>Contact</b>	<b>Lidgeld</b>
1	Kidies K1 *	2021-2022 (min. 2,5 jaar en schoolgaand)	za 09:00-10:00	Den Dijk	Tine (0478 25 34 97 of tvandenacker@skynet.be)	€ 145
2	Kidies K2 *	2020	za 10:10-11:10	Den Dijk		€ 145
3	Kidies K3 *	2019	za 11:20-12:30	Den Dijk		€ 159
4	Gymtopia L1	2018	wo 13:30-15:00 en za 13:00-15:00	Den Dijk	Freddy (machiels_freddy@yahoo.com)	€ 285
5	Gymtopia L2	2017	wo 15:00-17:00 en za 15:00-16:30	Den Dijk		€ 285
6	Gymstars L3-L4	2015-2016	wo 17:00-18:30 en vr 18:00-20:00	Den Dijk	Freddy (machiels_freddy@yahoo.com)	€ 285
7	Gymstars L5-L6	2013-2014	wo 18:30-20:00 en za 16:30-18:30	Den Dijk	Ann (0474 45 74 26)	€ 285
8	Gymstars M1-M6	2007-2012	wo 19:00-21:00 en vr 20:00-21:30	Den Dijk	Freddy (machiels_freddy@yahoo.com)	€ 285
9	Supernova's (2u)	2008 en vroeger	wo 19:30-21:30 of vr 20:00-22:00	Den Dijk	Lucas (0483 67 29 63 of delabastita.lucas@gmail.com)	€ 201
10	Supernova's (4u)	2008 en vroeger	wo 19:30-21:30 en vr 20:00-22:00	Den Dijk		€ 313

\* Voor de Kidies zijn er drie mogelijke instapmomenten: september, januari en maart.

## 2. Specifieke doelgroepen

Nr.	Groep	Geboortejaar	Wanneer	Waar	Contact	Lidgeld
21	Ritmische gymnastiek recreatief (2U)	2013-2016	wo 13:30-15:30	GBS Haacht	Isabel (0476 26 74 38 of rg.gymhaacht@gmail.com)	€ 201
22	Ritmische gymnastiek recreatief (4U)	2013-2016	wo 13:30-15:30 en za 15:00-17:00	GBS Haacht <i>Nog te bepalen</i>	Nadine (0476 36 46 35 of rg.gymhaacht@gmail.com)	€ 313
23	Freerunning starters	2014 en vroeger	vr 17:00-18:30	GBS Haacht	Beau (0471 62 50 35 of beauistas@gmail.com)	€ 173
24	Dance Aerobics	2006 en vroeger	ma 20:30-21:30	GBS Haacht	Linda (0473 49 46 74 of linda.gellaerts@telenet.be)	€ 145
25	Total Body Workout (fysieke conditie op muziek)	2006 en vroeger	do 20:30-21:30	Den Dijk		€ 145
26	Dames (gezondheidsturnen)	2006 en vroeger	ma 20:30-21:30	Den Dijk	Rita (0473 62 76 61 of rita.machiels@skynet.be)	€ 145
27	Senioren (gezondheidsturnen)		di 09:45-10:45	Den Dijk		€ 145

## 3. Selectiegroepen

Nr.	Groep	Geboortejaar	Wanneer	Waar	Contact	Lidgeld
31	Freerunning gevorderden	2014 en vroeger	vr 18:30-20:00	GBS Haacht	Beau (0471 62 50 35 of beauistas@gmail.com)	€ 173
32	Tumbling	2014 en vroeger	zo 09:00-11:00	Den Dijk	Hanne (0474 30 90 91 of hanneclijsters@hotmail.com)	€ 201
33	Acrobatische gymnastiek	2016 en vroeger	wo 18:00-20:30 zo 10:00-12:30	GBS Haacht Den Dijk	Lise (0498 67 90 64 of lise.simons@hotmail.com)	€ 369
34	Acrobatische gymnastiek & tumbling	2016 en vroeger	wo 18:00-20:30 zo 09:00-12:30	GBS Haacht Den Dijk		€ 425
35	Toestelturnen recre@ meisjes L3-L4	2015-2016	ma 17:30-20:00 vr 18:00-20:00	Den Dijk	Jolien (0472 08 18 14 of jolien1.meeus@hotmail.com)	€ 341
36	Toestelturnen recre@ meisjes L5-L6	2013-2014	do 17:30-19:30 za 16:30-19:00	Den Dijk		€ 341

37	Toestelturnen recre@ meisjes M1-M6	2007-2012	ma 17:30-20:00 vr 20:00-22:00	Den Dijk		€ 341
38	Toestelturnen recre@ jongens M1-M6	2007-2012	di 18:00-21:00 do 18:00-21:00	Den Dijk	Walt (0486 93 02 13 of ww81@mail.com)	€ 425
39	Freerunners / Supernova's / Trainers	2008 en vroeger	za 19:00-21:00	Den Dijk	Freddy (machiels_freddy@yahoo.com)	<i>Nog te bepalen</i>

#### 4. Voorbereiding op wedstrijdgymnastiek

Nr.	Groep	Geboortejaar	Wanneer	Waar	Contact	Lidgeld
41	Gymtopia L1 + toestelturnen meisjes (5,5u)	2018	wo 13:30-15:00 do 17:30-19:30 za 13:00-15:00	Den Dijk GBS Haacht Den Dijk	Stien (0486 71 35 78 of stien_rombauts_8@hotmail.com)	(€ 285) + € 112
42	Gymtopia L2 + toestelturnen meisjes (7,5u)	2017	wo 15:00-17:00 do 17:30-19:30 za 15:00-16:30 zo 15:00-17:00	Den Dijk GBS Haacht Den Dijk Den Dijk		€ 509
43	Gymtopia L1 + toestelturnen jongens (5,5u)	2018	wo 13:30-15:00 za 13:00-15:00 zo 09:00-11:00	Den Dijk	Walt (0486 93 02 13 of ww81@mail.com)	(€ 285) + € 112
44	Gymtopia L2 + toestelturnen jongens (7,5u)	2017	di 18:00-20:00 wo 15:00-17:00 za 15:00-16:30 zo 09:00-11:00	Den Dijk		€ 509
45	Gymtopia L1 + ritmische gymnastiek (5,5u)	2018	di 17:00-19:00 wo 13:30-15:00 za 13:00-15:00	Den Dijk T3 Den Dijk Den Dijk	Nadine (0476 36 46 35 of rg.gymhaacht@gmail.com)	(€ 285) + € 112
46	Gymtopia L2 + ritmische gymnastiek (7,5u)	2017	di 17:00-19:00 wo 15:00-17:00 do 18:00-20:00 za 15:00-16:30	Den Dijk T3 Den Dijk Den Dijk T3 Den Dijk		€ 509

## 5. Wedstrijdgymnastiek

Nr.	Groep	Geboortejaar	Wanneer	Waar	Contact	Lidgeld
51	Toestelturnen meisjes I-niveau (10,5u)	2016 en vroeger	ma 17:30-20:00 di 17:30-20:00 do 17:30-20:00 zo 15:00-18:00	Den Dijk	Yanaika (0499 43 48 62 of yanaika_daems@hotmail.com)	€ 825
52	Toestelturnen meisjes C-niveau (10,5u)	2016 en vroeger	ma 18:00-20:30 di 17:30-20:30 do 18:00-20:30 zo 15:00-18:00	Den Dijk		€ 825
53	Toestelturnen meisjes B-niveau (12u)	2016 en vroeger	ma 17:30-20:30 di 18:0-20:30 do 17:30-20:30 zo 15:00-18:00	Den Dijk		€ 909
54	Toestelturnen jongens I-niveau (10,5u)	2015-2016	ma 18:00-20:30 di 18:00-20:30 do 18:00-20:30 zo 09:00-12:00	Den Dijk	Simon (0488 82 01 19 of dewolfsimon@live.be)	€ 825
55	Toestelturnen jongens B-niveau vrij werk (8u)	2008 en vroeger	di 18:00-21:00 do 18:00-21:00 vr 20:00-22:00	Den Dijk	Walt (0486 93 02 13 of ww81@mail.com)	€ 685
56	Ritmische gymnastiek (6u) *	2016 en vroeger	di 18:00-20:30	Den Dijk T3	Nadine (0476 36 46 35 of rg.gymhaacht@gmail.com)	€ 573
57	Ritmische gymnastiek (8u) *		wo 15:00-17:30	GBS Haacht		€ 685
58	Ritmische gymnastiek (9u) *		do 18:00-21:00	Den Dijk T3		€ 741
59	Ritmische gymnastiek (11u) *		za 10:00-13:00 za 15:00-18:00 zo 14:00-17:00	Sporthal BMB <i>Nog te bepalen</i> Den Dijk		€ 853

\* Trainingsmomenten zijn afhankelijk van de trainingsgroep en/of het geboortejaar van de gymnast.