

2019 - 2020



www.turnkringapollo.be

turnlocaties:
Letterkundestraat en Schoonselhoflei

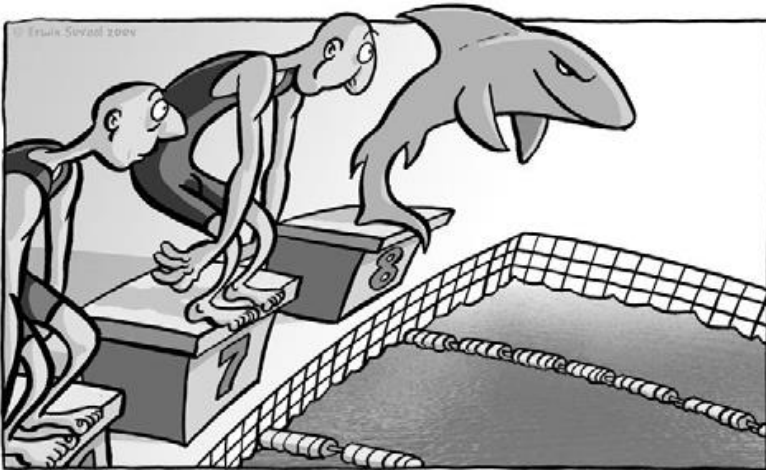


www.zwemclub-apollo.be



Inhoud

Schoolvakanties	3
Turnkring	4
Zwemclub	14
Wat bij een sportongeval?	18
Wie is wie?	19



Schoolvakanties

Tijdens de onderstaande vakantieperiodes wordt er **niet geturnd en gezwommen**:

herfstvakantie: maandag 28 oktober 2019 tot en met zondag 3 november 2019

kerstvakantie: maandag 23 december 2019 tot en met zondag 5 januari 2020

krokusvakantie: maandag 24 februari 2020 tot en met zondag 1 maart 2020

paasvakantie: maandag 6 april 2020 tot en met zondag 19 april 2020

zomervakantie: woensdag 1 juli 2020 t.e.m. maandag 31 augustus 2020



Turnkring

Data activiteiten en aanvullende vakantiedagen

Maandag 2 september 2019: Start turnseizoen.

Zaterdag 5 oktober 2019: Turnmarathon.

Maandag 7 oktober 2019: Start wafelverkoop, met afhaalmomenten wafels op ...

→ donderdag 5 december, 19.30u - 21u

→ vrijdag 6 december, 19.30u - 21u

Maandag 11 november 2019: Wapenstilstand (feestdag), **geen** turnen

→ zaterdag 9 en zondag 10 november **wel** turnen

Zaterdag 16 november 2019: Quiz.

Zaterdag 8 februari 2020: Spaghettiaavond.

Vrijdag 1 mei 2020: Dag van de arbeid (feestdag), **geen** turnen

→ zaterdag 2 en zondag 3 mei **wel** turnen

Donderdag 21 en vrijdag 22 mei 2020: Hemelvaart (feestdag), **geen** turnen

→ zaterdag 23 en zondag 24 mei **wel** turnen

Zaterdag 30 mei 2020: Turnfeest in Sporthal Sorghvliedt, Hoboken.

→ vrijdagavond 29 en zaterdagvoormiddag 30 mei: algemene repetities

→ zondag 31 mei: **geen** turnen

Maandag 1 juni 2020: Pinkstermaandag (feestdag), geen turnen.

Zondag 28 juni 2020: Einde turnseizoen.

Lidgelden

Turnzaal Don Bosco, Schoonselhoflei, 2660 Hoboken

Knuffelgym woensdag	€ 84	1 u./week
Knuffelgym zondag	€ 84	1 u./week
Kleutergym woensdag	€ 84	1 u./week
Kleutergym zondag	€ 84	1 u./week
Meisjes 1, 2, 3 en 4	€ 105	2 u./week
Jongens 1, 2 en 3	€ 105	2 u./week
Juniors 2	€ 111	1 $\frac{1}{2}$ u./week
Twins	€ 111	1 $\frac{1}{2}$ u./week
Dynamica	€ 98	1 u./week
Fit en gezond	€ 98	1 u./week
Conditiegym	€ 98	1 u./week
Bodypower	€ 98	1 u./week
Trampoline	€ 128	3 u./week
Mini-Dans	€ 98	1 u./week
Dans 1 en 2	€ 98	1 u./week
Acro (*)	€ 128	3 u./week
Demoteam	€ 70	4 u./week (enkel bij selectie)

Turnzaal De Letter, Letterkundestraat 39, 2610 Wilrijk (Valaar)

Groep 1, 2, 3 en 4	€ 105	2 u./week
Juniors 1	€ 111	1 $\frac{1}{2}$ u./week
Air Track 1 en 2	€ 111	1 $\frac{1}{2}$ u./week
Acro (*)	€ 128	3 u./week

(*) Acro is 1 groep maar traint op 2 verschillende locaties.

Sluit u bij meerdere groepen aan, dan betaalt u de eerste groep volledig. Voor **elke** bijkomende groep geniet u een korting van **€ 10** op het groepslidgeld.

Leden die **vanaf 1 maart** deelnemen aan (1) **extra** groep(en) betalen een forfaitair lidgeld van **€ 30**. **Nieuwe leden** die aansluiten vanaf 1 maart betalen een forfaitair lidgeld van **€ 40**.

Inschrijvingen: www.turnkringapollo.be

Administratief afgevaardigde

In elke turnles is een afgevaardigde aanwezig voor de administratie. Hij of zij houdt de aanwezigheden bij, maakt nota van uw opmerkingen en maakt deze indien nodig over aan het bestuur. Nieuwe leden melden zich aan bij de afgevaardigde van de groep. Een ouder die de taak van administratief afgevaardigde van een groep tot zich neemt, betaalt als lid van een **turngroep** naar keuze **€ 20 lidgeld**. Deze korting geldt voor 1 groep en mag ook gebruikt worden voor 1 turngroep van een zoon/dochter.

Ter info...

- Alle leden plaatsen hun fiets in de fietsenberging en leggen hun fiets op slot.
- Tijdens de trainingen worden geen juwelen, polsbandjes, ... gedragen. Deze kunnen immers gymnasten en trainers verwonden of materialen beschadigen. Los haar moet zo gebonden zijn dat het geen gevaar kan betekenen voor de trainer of de gymnast.
- Om de trainingen optimaal te kunnen laten doorgaan, vragen we dat ouders niet in de turnzalen komen, tenzij ze afgevaardigde zijn.
- Leden zijn verzekerd vanaf het moment dat het lidgeld betaald is.
- Ons huishoudelijk reglement en de verzekeringsvoorwaarden zijn op aanvraag verkrijgbaar bij de secretaris.
- Maillots behouden het best hun kleur en kwaliteit bij handwas.

info@turnkringapollo.be - www.turnkringapollo.be

voorzitter

Sven Geysemans, Jules Moretuslei 100, 2610 Wilrijk, gsm 0477 61 69 77

secretaris

Luc Geysemans, Kleinesteenweg 72 bus 1.01, 2610 Wilrijk, gsm 0495 22 83 20

Turnkledij

Maillot

Leden die aansluiten bij één van de volgende groepen zijn **verplicht** om de maillot van deze groep aan te schaffen: meisjes 1, 2, 3 en 4, groep 1, 2, 3 en 4, juniors 1 en 2 (♀), twins (♀), air track 1 en 2, acro, trampoline en demo. Voor de twins (♀) is de T-shirt ook toegestaan. Meer informatie:

T-shirt

Leden die aansluiten bij één van de volgende groepen zijn **verplicht** om de T-shirt van deze groep aan te schaffen: kleuters, jongens 1, 2 en 3, juniors 2 (♂), twins, dynamica, conditiegym, fit en gezond, mini-dans, dans 1 en 2. Voor de twins (♀) is de maillot ook toegestaan. Meer informatie:

Nele Vandorpe

0496 71 82 52

Het is **niet toegestaan** turnkledij na te maken.





ERKENDE SPORTCLUB

CLUBNAAM: **Turnkring Apollo**

Een veilige sportomgeving is essentieel om alle leden vrijuit en ongestoord te laten deelnemen aan de activiteiten.

Onze sportclub engageert zich daarom om:

- 1** al onze leden, bestuurders en vrijwilligers maximaal te beschermen door het afsluiten van de nodige verzekeringen
- 2** te streven naar een vereniging zonder discriminatie, agressie, pesten en seksuele intimidatie
- 3** sportief gedrag hoog in het vaandel te dragen en dat ook te verwachten van al onze leden
- 4** te werken aan een fysiek veilige omgeving waarin elke lid zich veilig kan bewegen
- 5** een open sfeer te creëren, waarin naar iedereen geluisterd wordt
- 6** op een gezonde en medisch verantwoorde manier te sporten

Handtekening 1

Handtekening 2

- www.sportingA.be
- www.antwerpen.be/sportverenigingen

**Engagementsverklaring integratie Gedrags- en Ethische code Gymfed
2018-2019**

Ondergetekende: Luc Geysemans

Functie: Secretaris

Verklaart hierbij dat de trainers/lesgevers(*) van de club:

KKTZ APOLLO

de 'Gedrags- en Ethische code van GYMFED ter bevordering van veiligheid, gezondheid en welbevinden' ondertekenen voor het seizoen 2018-2019.

Ondertekend te Wilrijk op 17 augustus 2018

Handtekening



(*) = trainers/lesgevers +18 jaar. Aan trainers -18 jaar wordt de gedragscode ter kennisgeving aangeboden.

Verklaring terug te bezorgen op het Gymfed-secretariaat voor 15 september 2018!
Huis van de Sport, Gymfed, Zuiderlaan 13, 9000 Gent – info@gymfed.be

www.gymfed.be

Find us on:



Ons aanbod

De opgegeven leeftijden in de uurrooster zijn richtinggevend. Het is de leiding van de groepen die bepaalt wie evt. mag overgaan naar een volgende leeftijdsgroep of al dan niet geschikt is voor een bepaalde discipline.

Knuffelgym

Op speelse wijze bewegen de kleuters met een (groot)ouder om zo de basismotoriek te stimuleren: wandelen, rollen, springen, gooien, klimmen, heffen, draaien en nog zoveel meer... Het contact tussen (groot)ouder en kind staat centraal. Samen genieten van bewegen.

Kleutergym

Kleuters hebben een grote bewegingsdrang. Ze leven in een bewegingswereld vol fantasie en zijn erg creatief. We laten ze dan ook ervaring opdoen in een rijke bewegingsomgeving. We hanteren een ontwikkelingsgerichte aanpak. We gaan uit van de mogelijkheden van de kleuter, houden rekening met de verschillen tussen kleuters en maken gebruik van hun rijke leefwereld. We observeren hun bewegingsdrang en spelen hierop in. We werken aan de voorbereidende vaardigheden van gymnastiek: vormspanning, koprollen, kracht, lenigheid worden op een speelse manier aangepakt. Hier zijn er geen ouders aanwezig tijdens de les.

Indien we merken dat sommige kleuters in knuffelgym al sneller klaar zijn voor kleutergym, kan de leiding de kleuter vroeger naar kleutergym laten overgaan. Wanneer een kleuter in kleutergym nog meer begeleiding nodig heeft, kan de leiding de kleuter doorverwijzen naar knuffelgym.

Jongens 1, 2 en 3 - Meisjes 1, 2, 3 en 4 - Groep 1, 2, 3 en 4 - Juniors 1 en 2 - Twins: recreatieve gymnastiek

Onze turnkring wil een actieve vrijetijdsbesteding aanbieden aan onze diverse leeftijdsgroepen. Ondanks het feit dat wij verscheidene leeftijdsgroepen hebben, blijft de diversiteit binnen 1 groep soms groot. Hierin ligt dan ook de uitdaging als trainer om op een constructieve en efficiënte wijze recreatieve gymnastiek aan te bieden. Zo maken we bijvoorbeeld groepjes van gymnasten met gelijkaardige kenmerken. Zo kunnen we optimaal streven naar een gedifferentieerde aanpak. (Dit is dan ook de reden waarom de groepen op het Valaar niet meer gemengd zullen zijn.) Niet iedereen moet hetzelfde kunnen. Wel moet iedereen actief met gymnastiek bezig zijn, bijleren, plezier beleven en dit alles in een veilige omgeving. We werken aan onze lichamelijke fitheid door voldoende aandacht te besteden aan uithouding, kracht, snelheid, lenigheid (4 conditionele factoren) en coördinatie.

Mini-dans

Deze dansgroep is geschikt voor kinderen vanaf 6 jaar.

Dans 1 en 2

Deze groepen bieden jongeren hip hop, videoclip dance, ... in een variërende moeilijkheidsgraad aan.

Dynamica - Fit en gezond

Actieve vrijetijdsbeweging en de nodige portie plezier en ontspanning in de 2 volwassenengroepen maakt dat iedereen een groot gevoel van welbevinden kent. Meer pees- en spierblessures, overbelasting van gewrichten, slijtage van het gewrichtskraakbeen (artrose) zijn kwaaltjes die kunnen horen bij het ouder worden. De trainer houdt hier vast en zeker rekening mee. Aandacht voor een goede techniek en coördinatie kan immers blessures voorkomen. In de groep *Dynamica* werken we aan onze lichamelijke fitheid door voldoende aandacht te besteden aan kracht, uithouding, snelheid, lenigheid (4 conditionele factoren) en coördinatie. Het verschil tussen beide groepen zit niet per definitie in de leeftijd van de leden, wel op het aspect turnen, wat bij *Dynamica* voldoende aan bod komt.

Bij *Fit en gezond* ligt de nadruk niet meer op het turnen. Ook wordt er geen aandacht meer besteed aan de conditionele factor snelheid.

Conditiegym

"Conditiegym" staat voor een algemene lichaamstraining waarbij we voornamelijk werken aan conditionele basiseigenschappen als uithouding, kracht en lenigheid. Met behulp van het eigen lichaam bouwen we op naar een verbeterde bloeddoorstroming, de betere werking van de hartspeer en een toegenomen belastbaarheid van het lichaam. Deze training is geschikt voor zowel mannen als vrouwen, vanaf 16 jaar.

Trampolinegroep

De trampolinegroep kan beschikken over een dubbele mini-trampoline, open end mini-trampolines en een lange.

Air Track 1 en 2

Een opblaasbare tumblingbaan. Het vervoeren en opstellen is eenvoudig. In minder dan 10 minuten wordt de baan opgesteld en opgeruimd. De meeste elementen die geturnd worden op de tumblingbaan en gesprongen worden op de trampoline zijn ook mogelijk op de air track. Zowel recreanten als wedstrijdgyrnasten kunnen op een veilige manier bewegingen aanleren die vroeger buiten hun bereik lagen.

Acro

Acrobatische gymnastiek is een dynamische spectaculaire sport voor jongens en meisjes. In deze gymnastiekdiscipline worden indrukwekkende formaties afgewisseld met dans en grondoefeningen. Aangezien er niet individueel gewerkt wordt, speelt wederzijds vertrouwen en een goede samenwerking tussen de partners een belangrijke rol. Er worden 3 soorten oefeningen onderscheiden:

Balansoefening

De partners voeren statische en dynamische evenwichtselementen uit, waarbij ze tijdens de elementen voortdurend met elkaar in contact zijn. Naast evenwicht moeten de gymnasten in deze oefeningen ook blijf geven van kracht, lenigheid en beweeglijkheid.

Tempo-oefening

Deze oefening wordt meestal uitgevoerd op vinnige muziek waarin vlucht- en tumblingelementen afgewisseld worden. De tempo-oefening is waarschijnlijk ook de spectaculairste oefening waarbij enkel- en meervoudige salto's met of zonder schroeven geturnd worden.

Combinatie-oefening

In deze oefening worden elementen uit de twee vorige soorten oefeningen gecombineerd.

Bodypower

Only training makes you stronger! Door middel van circuittraining worden verschillende spiergroepen gedurende een uur tot het uiterste gedreven.

Demo

Het demoteam bevat enkel leden die geselecteerd werden uit andere groepen. Zij trainen 4 uur per week langer dan andere gymnasten. We streven naar technische vervolmaking van de bewegingen en een zo groot mogelijke lichamelijke fitheid; Uithouding, kracht, snelheid, lenigheid (4 conditionele factoren) en coördinatie komen voldoende aan bod. Matoefeningen, tumbling op een turnvloer en acro bepalen in grote lijnen het jaarprogramma.

Turnzaal 'Don Bosco', Schoonselhoflei, 2660 Hoboken		Tijdstip		Leiding
Knuffelgym woensdag	instapklas en 1e kleuterklas, met volwassenen	woensdag	16.00u. - 17.00u.	Inne
Knuffelgym zondag	instapklas en 1e kleuterklas, met volwassenen	zondag	10.00u. - 11.00u.	Roxanne
Kleutergym woensdag	2e en 3e kleuterklas	woensdag	15.00u. - 16.00u.	Inne
Kleutergym zondag	2e en 3e kleuterklas	zondag	11.00u. - 12.00u.	Roxanne
Meisjes 1	1e, 2e leerjaar	dinsdag, vrijdag	17.00u. - 18.00u.	Ann
Meisjes 2	3e, 4e leerjaar	dinsdag, vrijdag	18.00u. - 19.00u.	Griet
Meisjes 3	5e, 6e leerjaar	dinsdag, vrijdag	19.00u. - 20.00u.	Jade
Meisjes 4	1e, 2e secundair	dinsdag, vrijdag	20.00u. - 21.00u.	Jade
Jongens 1	1e, 2e, 3e leerjaar	maandag, donderdag	16.45u. - 17.45u.	Hanne
Jongens 2	4e, 5e, 6e leerjaar	maandag, donderdag	17.45u. - 18.45u.	Joppe
Jongens 3	1e, 2e, 3e, 4e secundair	maandag, donderdag	18.45u. - 19.45u.	Benjamin
Juniors 2	gemengd, 5e, 6e secundair	woensdag	19.00u. - 20.30u.	Nathalie C.
Twins	gemengd, na secundair	woensdag	20.30u. - 22.00u.	Nathalie C.
Conditiegym	gemengd, vanaf 16 jaar	dinsdag	20.15u. - 21.15u.	Evi
Dynamica	gemengd, volwassenen	dinsdag	21.00u. - 22.00u.	Sven
Bodypower	gemengd, vanaf 16 jaar	donderdag	19.45u. - 20.45u.	Julie
Fit en gezond	gemengd, volwassenen	dinsdag	19.15u. - 20.15u.	Roxanne
Trampoline	gemengd	maandag, donderdag	19.45u. - 21.15u.	Jade
Mini-Dans	vanaf 6 jaar	vrijdag	18.00u. - 19.00u.	Yuna
Dans 1	vanaf 10 jaar	maandag	18.30u. - 19.30u.	Yuna
Dans 2	vanaf 14 jaar of na selectie	maandag	19.30u. - 20.30u.	Kato
Acro*	gemengd, basisgroep verplicht tot 14 jaar, na evaluatie	zaterdag	11.30u. - 13.30u.	Eline en Ella
Demo	gemengd, na selectie	woensdag	17.00u. - 19.00u.	Jade / Kato
		zaterdag	09.30u. - 11.30u.	
Turnzaal 'De Letter', Letterkundestraat 39, 2610 Wilrijk		Tijdstip		Leiding
Groep 1 (♀)	1e, 2e leerjaar	maandag, woensdag	17.15u. - 18.15u.	Romani
Groep 2 (♀)	3e, 4e leerjaar	maandag, woensdag	18.15u. - 19.15u.	Kato
Groep 3 (♀)	5e, 6e leerjaar	maandag, woensdag	19.15u. - 20.15u.	Hanne
Groep 4 (♀)	1e, 2e secundair	maandag, woensdag	20.15u. - 21.15u.	Nele T.
Air Track 1	gemengd, vanaf 1e leerjaar, na evaluatie	dinsdag	17.30u. - 19.00u.	Mitte
Air Track 2	gemengd, vanaf 2e secundair, na evaluatie	dinsdag	19.00u. - 20.30u.	Charlotte
Juniors 1 (♀)	3e, 4e secundair	donderdag	19.00u. - 20.30u.	Nele T.
Acro*	gemengd, basisgroep verplicht tot 14 jaar, na evaluatie	donderdag	18.00u. - 19.00u.	Eline en Julie

(*) Acro is 1 groep maar traint op 2 verschillende locaties.

De opgegeven leeftijden in de uurrooster zijn richtinggevend. Het is de leiding van de groepen die bepaalt wie evt. mag overgaan naar een volgende leeftijdsgroep of al dan niet geschikt is voor een bepaalde discipline.



Zwemclub Apollo



Bezoek onze website: www.zwemclub-apollo.be

Onze activiteiten

We starten dit **48^{ste} seizoen op woensdag 11 september 2019.**

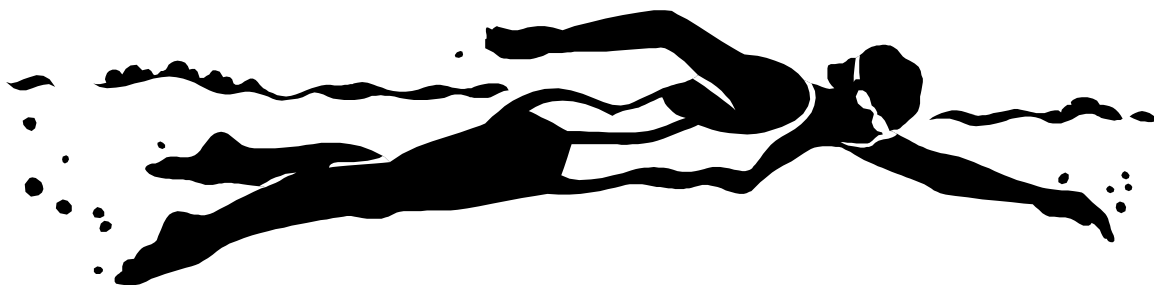
Waar bevindt zich ons zwembad:

Zwembad August Leyweg (achter de sporthal van het Kiel) SIBLO 2
B-2020 Antwerpen.

Wanneer zwemmen wij: elke woensdag uitgezonderd de schoolvakanties.

Wat kan u er beleven of meemaken ?

- Tussen 18.00 - 18.55 uur geven wij zwemles aan onze kleine kapoenen en is het zwembad alleen toegankelijk voor deze leerling-zwemmertjes.
- Voor recreatief zwemmen (2de zwembeurt) kan je bij ons terecht tussen 18.55 - 19.50 uur.
- Voor onze actieveelingen reserveren wij het zwembad tussen 19.50 - 20.45 uur om te Aquagymen of vrij zwemmen (3de zwembeurt).



Bijdrage

Lidgeld (voor elk lid !):

- € 20 per persoon per sportseizoen
(verzekering inbegrepen vanaf 5 jaar)

Leerling-abonnement:

Een leerling-abonnement bevat 15 opeenvolgende zwemlessen.

Indien men na 15 lessen nog niet kan zwemmen, bestaat de mogelijkheid een verlengingsabonnement te kopen ofwel nogmaals 15 lessen ofwel 5 extra zwemlessen.

Leerling-abonnement voor 15 lessen € 135

Extra 5 zwemlessen € 55

Indien je niet verwittigt, vervalt de zwembeurt.

Bij 3x onwettig afwezig te zijn, word je van de zwemlijst gehaald.

De zwemleiding beslist of een leerling na het behalen van een zwembrevet doorschuift naar het tweede zwemuur.

Voor de zwembeurten (recreatief) kan je kiezen hoe te betalen:
per beurt of een abonnement 10 + 1 gratis

Inkom 2^{de} zwembeurt (18.55 – 19.50uur):

€ 1,80 tot en met 14 jaar

€ 2,50 vanaf 15 jaar

Abonnementen (10+1 gratis) 2^{de} zwembeurt:

€ 18 voor leden tot en met 14 jaar

€ 25 voor leden vanaf 15 jaar

Inkom 3^{de} zwembeurt & Aquagym (19.50 – 20.45uur):

€ 2,50

Abonnementen (10+1 gratis) 3^{de} zwembeurt:

€ 25 Aquagym inbegrepen

Praktische informatie

- Nieuwe inschrijvingen ter plaatse in het zwembad op vertoon van de identiteitskaart, recreatief zwemmen en aquagym.
- Bij elke zwembeurt is men verplicht zijn lidkaart te tonen.
- Een duplicaat lidkaart wordt slechts één maal/persoon/seizoen afgeleverd. Deze kaart kost € 10,00. Bij verlies van het duplicaat dient het volledige lidgeld terug betaald te worden om een nieuwe lidkaart te bekomen.
- Er wordt verwacht dat de leerling-zwemmer elke week aanwezig is.
- Indien hij/zij niet aanwezig kan zijn, gelieve dan dringend zwemleiding te verwittigen voor 17u30
- Indien geen verwittiging vervalst de zwembeurt !!
- Het is ten strengste verboden om zwemabonnement door te verkopen of door te geven.
- Bij het verlies of een onleesbaar leerling-abonnement moet men een nieuwe aankopen.
- De zwemclub is niet verantwoordelijk bij diefstal (waardevolle spullen kan men beter thuis laten).

Opgelet :

Alle zwemmers tijdens de 2^{de} zwembeurt, moeten een copie van hun brevet meebrengen en/of test afleggen en dat brevet is tegen 1£ te verkrijgen.
Indien niet zullen ze geweigerd worden.

Info

Inlichtingen worden graag telefonisch verstrekt of elke woensdagavond in het zwembad August Leyweg.

Inlichtingen zwemschool: Hilde Paelinckx-Boeye
Tel: 03/238.08.87 - GSM: 0478/45.50.81
e-mail : jef.paelinckx@telenet.be

Inlichtingen aquagym: Annie Van Bosch

Nuttige telefoonnummers voor dringende mededelingen.

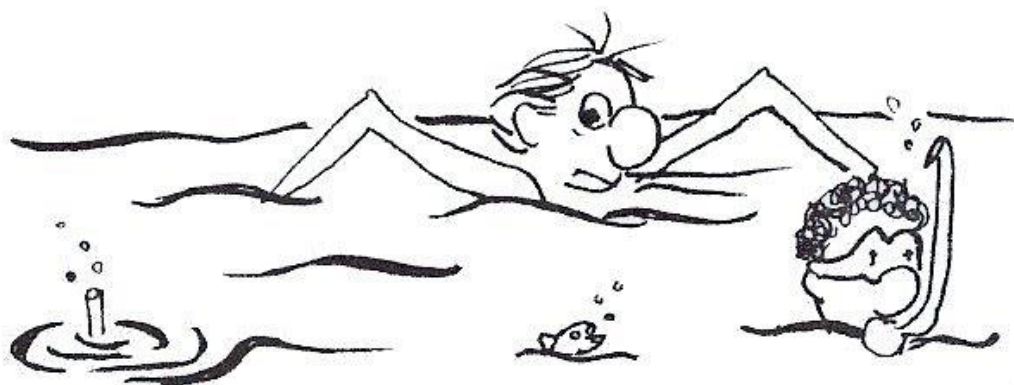
Voorzitter : Jef Paelinckx
Tel: 03/238.08.87 - GSM: 0473/69.40.48
E-mail: jef.paelinckx@telenet.be

Secretariaat: Sabine Schevernels
GSM: 0476/93.67.33
E-mail: sabine.schevernels@telenet.be

Penningmeester: Hilde Paelinckx - Boeye
Tel: 03/238.08.87 - GSM: 0478/45.50.81
E-mail: jef.paelinckx@telenet.be

Zwemleiding: Steve Paelinckx - Kristel Michiels - Glen Fluchard -
Jef Paelinckx

Aquagym: Annie Van Bosch



Wat bij een sportongeval?

Er is mij een sportongeval overkomen en de verantwoordelijke heeft mij het aangifteformulier gegeven. Wat moet ik nu doen?

1. Ik begeef mij naar een ziekenhuis met een afdeling spoedgevallen of naar een arts van mijn keuze.
 - a) Ik ga naar een ziekenhuis:
Ik vraag de dokter in het ziekenhuis om de verzekeringspapieren duidelijk en volledig in te vullen. Indien nodig vraag ik een attest van schoolverlet.
 - b) Ik ga voor verzorging naar een dokter van mijn keuze:
Ik vraag de dokter de verzekeringspapieren duidelijk en volledig in te vullen. Indien nodig vraag ik een attest van schoolverlet. Ik betaal de arts en krijg een terugbetalingsbewijs van de mutualiteit. Indien ik geneesmiddelen nodig heb, ga ik naar de apotheker en vraag daar eveneens een betalingsbewijs.
2. Ik zorg ervoor dat ik van alle betalingen betreffende het sportongeval een bewijs bezit.
3. Zowel in het geval 1 a) als 1b) bezorg ik binnen de 48 uur de behoorlijk ingevulde en door een arts ondertekende ongevalaangifte bij de **secretaris**.
4. Ik ontvang van de verzekeringsmaatschappij een onkostenstaat. Ben ik volledig hersteld, dan laat ik dit formulier invullen door een arts. Samen met de betalingsbewijzen van apotheker, dubbeltjes van het ziekenfonds en evt. andere onkostennota's, bezorg ik deze onkostenstaat aan de verzekeringsmaatschappij.
5. **a) ongevalaangifte voor leden turnkring:**
Uitsluitend het ongevalsaangifte formulier gebruiken; rechtstreeks in te leveren bij de secretaris. Voor verdere inlichtingen kan men steeds contact opnemen met secretaris Luc Geysemans. Alle leden zijn verzekerd door een verzekeringspolis afgesloten via Gymfed.

b) ongevalaangifte voor leden zwemclub:
Uitsluitend het verzekeringspapier van SPORTIEVAK vzw gebruiken en het inleveren bij de secretaris Sabine Schevernels.

Wie is wie?

TURNKRING

Bestuur

<u>Naam</u>	<u>Functie</u>	<u>Telefoon / e-mail</u>
Sven Geysemans	voorzitter pr	0477 61 69 77 sven.geysemans@telenet.be
Luc Geysemans	secretaris pr	0495 22 83 20 luc.geysemans@pandora.be
Koen Royers	voorzitter technische vergadering materiaalmeester vertrouwenspersoon	0497 53 57 02 koen.royers@pandora.be
Kim Notelé	penningmeester	0031 646 98 96 03 kimnotele@hotmail.com
Wim Reymen	verslaggever webmaster	0486 14 52 23 info@wimreymen.com
Nele Vandorpe	kledijverantwoordelijke T-shirts	0496 71 82 52 vandorpe.nele@skynet.be
Bart Tas	materiaalmeester verantwoordelijke sponsoring	0496 05 27 51 den_tas13@hotmail.com
Bert Korthoudt	materiaalmeester	0494 80 88 84 ijverige_gaai@hotmail.com

Bestuursmedewerkers

<u>Naam</u>	<u>Functie</u>	<u>Telefoon / e-mail</u>
Roxanne Keunen	jeugdsport- coördinator	0477 22 68 32 roxanne.keunen@hotmail.com
Nathalie Clarijs	verantwoordelijke wedstrijden	0474 29 07 12 nathalie_clarijs@hotmail.com
	kledijverantwoordelijke maillots	
	kledijverantwoordelijke maillots	
Inne Vantvelt	verantwoordelijke sociale media	0471 09 61 64 ivantvelt@hotmail.com
Evi Driesen	verantwoordelijke sociale media	0486 71 08 45 evi.driesen@hotmail.com

Vertrouwenspersonen

<u>Naam</u>	<u>Telefoon / e-mail</u>
-------------	--------------------------

Afgevaardigden

<u>Naam</u>	<u>Functie</u>	<u>Telefoon / e-mail</u>
Daphne De Pooter	afgevaardigde Knuffelgym woensdag	daphnedepooter@gmail.com
	afgevaardigde Knuffelgym zondag	
Daphne De Pooter	afgevaardigde Kleutergym woensdag	daphnedepooter@gmail.com
	afgevaardigde Kleutergym zondag	
	afgevaardigde Jongens 1	
Viviane Sewerin	afgevaardigde Jongens 2	0473 79 99 68 vivianesewerin07@gmail.com
Linda Schepers	afgevaardigde Jongens 3	0494 17 63 83 linda.schepers6@hotmail.com
	afgevaardigde Meisjes 1	
Anniek Kums	afgevaardigde Meisjes 2	0496 13 42 26 anniek.kums@hotmail.com
Linda Schepers	afgevaardigde Meisjes 3	0494 17 63 83 linda.schepers6@hotmail.com
Nancy Leysen	afgevaardigde Meisjes 4	0476 52 62 88 nancyleysen@telenet.be
Saskia Verbiest	afgevaardigde Groep 1 Valaar	0496 75 71 35 saskia.verbiest@hotmail.be
Saskia Verbiest	afgevaardigde Groep 2 Valaar	0496 75 71 35 saskia.verbiest@hotmail.be
Noor Remmerie	afgevaardigde Groep 3 Valaar (ma)	0468 17 24 39 noor.remmerie@gmail.com
Saskia Verbiest	afgevaardigde Groep 3 Valaar (wo)	0496 75 71 35 saskia.verbiest@hotmail.be

	afgevaardigde Groep 4 Valaar	
	afgevaardigde Juniors 1	
Pascale Van Abbeny	afgevaardigde Juniors 2	0476 90 17 53 pascalevanabbeny@gmail.com
Pascale Van Abbeny	afgevaardigde Twins	0476 90 17 53 pascalevanabbeny@gmail.com
Ingrid Neefs	afgevaardigde Conditiegym	0497 03 19 68 neefsingrid@gmail.com
Anja De Vriendt	afgevaardigde Dynamica	0499 52 27 21 devriendt.anja@gmail.com
Daria Verhé	afgevaardigde Fit en gezond	0483 09 08 65 dverhe5@gmail.com
Nancy Leysen	afgevaardigde Trampoline	0476 52 62 88 nancyleysen@telenet.be
Nina Broeckx	afgevaardigde Mini dans	0496 75 69 44 nina.broeckx@telenet.be
Nina Broeckx	afgevaardigde Dans 1	0496 75 69 44 nina.broeckx@telenet.be
Nancy Leysen	afgevaardigde Dans 2	0476 52 62 88 nancyleysen@telenet.be
	afgevaardigde Air Track 1	
	afgevaardigde Air Track 2	
	afgevaardigde Bodypower	
Leen Van Doren	afgevaardigde Acro	0485 74 75 91 leenvandoren@yahoo.com
Linda Schepers	afgevaardigde Demo	0494 17 63 83 linda.schepers6@hotmail.com

ZWEMCLUB

Bestuur

<u>Naam</u>	<u>Functie & e-mail</u>	<u>Telefoon</u>
Jef Paelinckx	Voorzitter e-mail: jef.paelinckx@telenet.be	03 238 08 87 0473 69 40 48
Hilde Paelinckx - Boeye	Penningmeester Inlichtingen zwemschool e-mail: jef.paelinckx@telenet.be	03 238 08 87 0478 45 50 81
Sabine Schevernels	Secretariaat e-mail : sabine.schevernels@telenet.be	0476 93 67 33
Steve Paelinckx	Raadslid - Redder Zwemleiding e-mail: Steve.Paelinckx@telenet.be	03 290 09 67 0477 80 53 09
Kristel Paelinckx - Michiels	Raadslid Hoofd zwemleiding e-mail: Krisje.Michiels@telenet.be	03 290 09 67 0486 47 58 73
Annie Van Bosch	Verantwoordelijke Aquagym	
Glen Fluchard	Raadslid Redder - Lesgever	0495 94 60 96
Anke Van Vooren - Claes	Raadslid - Afgevaardigde	03 844 04 74
Dirk Van Vooren	Raadslid - Afgevaardigde	03 884 04 74
Jef Bemelmans	Raadslid - Afgevaardigde	0498 25 49 30

Afgevaardigden buiten bestuur

<u>Naam</u>	<u>Telefoon</u>
Jos Nevelsteen	03 238 19 21
Robert Verhoeven	03 216 38 44

RAAD VAN BESTUUR VZW

<u>Naam & adres</u>	<u>Functie</u>	<u>Telefoon</u>
Guido Hurckmans	voorzitter	
Emiel Simons	secretaris	
Bart Van den Neucker	schatbewaarder	
Joseph Paelinckx	ondervoorzitter	
Sven Geysemans	ondervoorzitter	0477 61 69 77
Luc Geysemans	raadslid	0495 22 83 20
Sabine Schevernels	raadslid	