



TURNKRING VOLHARDING BERCHEM

ONTHAALBROCHURE

SEIZOEN 2011 - 2012

WELKOM

#1 IN PRIJS, SFEER EN KWALITEIT

WWW.VOLHARDINGBERCHEM.BE



 **STAD ANTWERPEN**


Gymnastiek
Federatie

MAATSCHAPPELIJKE ZETEL: BIKSCHOTELAAN 134, 2600 BERCHEM
V.U.: DIRK VAN DEN HEUVEL, SAFFIERSTRAAT 200, 2600 BERCHEM

// welkom

Hallo turnvriend,
Tof dat je bij ons komt sporten!

Deze brochure bevat een bundeling van handige weetjes voor jou als gymnast (en voor je ouders).

Onze turnkring brengt kwaliteitsvolle gymnastiek, gegeven door gediplomeerde lesgevers. In het eerste deel krijg je hierover wat achtergrondinformatie. Zo kom je als nieuw of trouw Volhardinglid ook een beetje meer te weten over de werking van onze vereniging.

Daarnaast vind je alle praktische informatie rond turnen bij onze kring. Hou deze brochure daarom het hele werkjaar bij.

Zo kan je er in de loop van het jaar steeds naar teruggrijpen als je met een praktische vraag zit.

Om op te zoeken wat je moet doen bij een ongevalletje bijvoorbeeld... of om de contactgegevens van je trainer op te zoeken...

Natuurlijk kan je ook op onze website het hele jaar door leuke en nuttige weetjes vinden over wat er bij Volharding Berchem gebeurt. Je vindt ons op www.volhardingberchem.be. Heb je daarnaast nog vragen, dan kan je steeds terecht op ons secretariaat, bij onze technisch directeur of bij één van de leden van de Raad van Bestuur. Hoe je hen kan bereiken, lees je verderop in deze brochure.

Veel leesplezier!

Het Volhardingteam

// inhoudstafel

ONZE CLUB	blz.
Onze visie en doelstellingen	4
Praktisch	5
Resultaten	6
ONS AANBOD	7
TRAININGSUREN	10
TURNZALEN	12
LIDGELD	13
VERZEKERING	
Bij welke activiteiten ben je verzekerd?	14
Begrip ongeval	15
Verleende waarborgen en waarborgbedragen	16
Verhoogde waarborg	17
KLEDIJ	18
NUTTIGE INFO	
Vertrouwenspersoon	22
Ziek? Let op doping!	22
Ongeval?	22
Langdurige afwezigheid	23
CONTACTPERSONEN	24

Turnkring Volharding Berchem vzw blijft technologisch innoveren. We proberen zo de informatie zo snel en aangenaam mogelijk aan te bieden aan onze leden. Scan deze code met je smartphone, Ipad of e-reader en download rechtstreeks de onthaalbrochure.



Onze visie en doelstellingen

Volharding Berchem profileert zich als een recreatieve sportvereniging, gesteund op drie pijlers: kwaliteit, teamwork en een prima sfeer. En dit al sinds 1920! De lokalen aan de Bikschotelaan vormen onze vaste stek, maar we trainen op een vijftal verschillende locaties in (de buurt van) Berchem. Wijk Fruithof bijvoorbeeld mag zich verheugen in een aparte training voor haar jonge turners.

Wij bieden aan sportievelingen van alle leeftijden de kans om zich bij ons op turnvlak te komen uitleven. Vanaf kleuters, via bengels, benjamins, scholieren en junioren bouw je geleidelijk je vaardigheden op; met conditiegym voor dames, powergym voor mannen en Total Work-Out is er ook een mooi aanbod voor volwassenen. Meer gespecialiseerd zijn onze groepen 1-2 Dance (voor de dansfanaten), Tumbling (sprongreeksen op de lange mat) en Acro (bouwen van menselijke piramides). Voor elk van deze groepen is er een basis- en een gevorderdengroep.

Daarnaast stellen we een demoteam samen dat zich in het wedstrijdscircuit waagt en al mooie resultaten behaalde! Als aanloop naar dit team hebben we Recreademo waar de gymnasten worden klaargestoomd voor het grote werk.

We streven kwaliteit na in onze interne organisatie en clubwerking onder de vleugels van de GymFed, de Gymnastiekfederatie van Vlaanderen. Binnen het IKGym-kwaliteitslabel voor Vlaamse Gymnastiekclubs vind je ons dan ook in de top vijf. Onze lesgevers moeten aan strenge kwaliteitsnormen voldoen. Zo wordt een training altijd geleid door een VTS-Bloso gediplomeerde lesgever. Sinds twee jaar werken we ook nauw samen met de jeugdsportcoördinator gymnastiek van de stad Antwerpen, waardoor we onze jeugdwerking nog verder willen verbeteren. En ook van onze gymnasten verwachten we een grote inzet tijdens elke les.

Dat teamwork en een goede sfeer belangrijk zijn, merken onze turners elke week in de zaal. Maar ook daarbuiten proberen we dit uit te dragen en uit te stralen. >>

// onze club

In ons clublokaal kunnen de (groot)ouders van onze kleuters bijvoorbeeld een drankje nuttigen en even bijbabbelen terwijl er in de zaal vinnig geturnd wordt. De vriendschapsbanden aanhalen kan ook tijdens allerlei randactiviteiten die we organiseren.

Daarnaast proberen we iedereen steeds op de hoogte te houden van ons clubnieuws via een mooie website en ons VolhardingMagazine.

Praktisch

Trainingen

De meeste trainingen vinden plaats in de turnzaal aan de Bikschotelaan 134 in Berchem. In de turnzaal aan de Flor Alpaertsstraat 15 te Berchem hebben we een basisafdeling ("Fruithof") waarvan de trainingen aansluiten op de schooluren. Maar we kijken ook uit naar andere zalen. Alle trainingsuren vind je verderop in deze brochure. Kijk telkens goed na waar de training plaatsvindt.

Onze ploeg

VolhardingBerchem is een vzw. Dat betekent dat we "zonder winstoogmerk" werken. Naast de 300 actieve leden, steunen we dus op heel wat vrijwilligers. De leiding van de kring is in handen van de Raad van Bestuur en van een technisch kader (trainers en hulptrainers) samen een 40 man sterk. Een zestigtal steunende leden vormen de "Vrienden van Volharding" en bieden praktische hulp bij allerhande evenementen.

Ben je zelf als gymnast of ouder geïnteresseerd om een handje toe te steken? Altijd welkom!

// onze club

Resultaten

Elk jaar streven we ernaar om met onze afdelingen deel te nemen aan wedstrijden, demonstraties en ons Gym-Event. We rekenen er dan ook op dat onze leden deelnemen aan deze activiteiten.

Goede wedstrijdresultaten behalen is voor de recreatieve afdelingen geen doel op zich. Dat er elk jaar toch verschillende podiumplaatsen worden behaald, volgt uit ons streven naar kwaliteit en uit de grote inzet van onze gymnasten. Op Megagym (mei 2010) konden wij zo een knap resultaat behalen voor recreademo, lange mat en minitrampoline.

Ons demoteam richt zich wel bewust op het wedstrijdircuit. In het verleden nam het al deel aan Gymnacopia in Estland, het Festival del Sole in Italië of de Wereld Gymnaestrada in Zweden. In seizoen 2009-2010 konden we al een tweede plaats en tweemaal een eerste plaats op ons palmares vermelden. In seizoen 2010-2011 werd ons demoteam zelfs Vlaams Kampioen in het B-circuit, als bekroning op enkele mooie overwinningen. 1-2-Dance kaapte de derde plaats weg op Dance Mania.

// ons aanbod

Kleuters

3 - 4 jarigen

Op een speelse manier krijgen de kleuters bewegingsopvoeding en zetten ze hun eerste stappen in de gymnastiekwereld.

Bewegingschool Boeckenberg Volharding

2,5 - 5 jarigen

Op een speelse wijze leren de kindjes de omgeving van een gymzaal, de gymtoestellen en zichzelf ontdekken. Door middel van verschillende kleine opdrachtjes gaan ze mee op avontuur en zetten hun eerste stapjes in de bewegingswereld.

Bengels

5 - 6 jarigen

Perfekte basistechnieken worden op een leuke manier aangeleerd.

Benjamins

7 - 8 - 9 jarigen

Spelenderwijs worden vaardigheden zoals kracht, lenigheid, snelheid en coördinatie verder ontwikkeld en gestimuleerd. Basisgymnastiek in de breedste zin van het woord.

Fruithof

6 t.e.m. 12 jarigen

Ontwikkeling van basisvaardigheden op een speelse manier. Via omlopen worden basistechnieken aangeleerd en verder uitgebouwd. Van koprol tot salto, van hurksprong tot handstand. Basisgymnastiek in de breedste zin van het woord.

Scholieren

10 - 11 - 12 - 13 jarigen

Bekijk je de wereld al eens graag op zijn kop? Hier leer je op je handen staan, buitelen en lopen. Toestelturnen is helemaal niet saai! Wie durft de uitdaging aan? De gezondste manier om je energie kwijt te geraken.

// ons aanbod

Junioren

vanaf 14 jaar

Tieners die graag een salto draaien, over het paard zweven en geen schrik hebben om te trainen aan de toestellen vinden hier hun gading.

Total Work-Out

vanaf 18 jaar

Een combinatie van conditietraining en verstevigen van spiergroepen. Een leuke mix van verschillende disciplines. Plezier en resultaat gecombineerd.

Conditiegym Dames

vanaf 18 jaar

Training op maat, waarbij de belangrijkste spiergroepen worden aangesproken. Het natuurlijke korset (buik en rug) wordt steviger en de conditie wordt verbeterd. Trainen hoeft geen saaie bedoening te zijn.

Powergym Mannen

vanaf 18 jaar

De perfecte manier om de werkweek af te sluiten. Via een gevarieerde conditietraining, waarbij niet op een druppel zweet wordt gezien, wordt het vormpeil opgekrikt. Resultaat: een gezonde geest in een gezond lichaam.

1-2-Dance Basics

vanaf 10 jaar

Ben jij iemand die houdt van dansen en niets liever doet dan dansend in de spotlights te staan? Wil jij in de danswereld groeien tot een waardig wedstrijdlid? Dan is dit de ideale groep voor jou!

Tumbling Starters

vanaf 5 jaar

Tumbling is een discipline waarbij salto's, flikflaks en schroeven elkaar in een hels tempo opvolgen in een spectaculaire sprongenreeks. Dat vraagt vormspanning, techniek, souplesse en snelheid van uitvoering. Ben jij een gymnast met de nodige durf en wil je je grenzen verleggen? Sluit je dan aan!

// ons aanbod

Acro

vanaf 6 jaar

In teams van twee of drie turners, combineren we acrobatie-elementen in een mooie choreografie. Een sterke onderpartner of een lichte bovenpartner? Acro is voor groot en klein, je kan er altijd bij.

Recreademo

vanaf 6 jaar

Zoals ons demoteam, maken wij er een mooie groepsshow van. Met elementen van acro, tumbling en dans. Het competitiecircuit laten wij links liggen, maar bij ons kan iedereen erbij!

Tumbling

volgens selectie

Gymnasten die al over enige tumblingervaring beschikken, krijgen hier de mogelijkheid om hun kunnen nog verder te ontwikkelen. Inzet, enthousiasme en een sterke wil zijn nodig om tot een mooi en goed resultaat te komen.

BPT

volgens selectie

Van een gestrekte teen tot een salto hoog in de lucht! Bij BPT word je voorbereid op een turnwereld zonder einde.

1-2-Dance

volgens selectie

Zit dansen je in het bloed en heeft ritme geen geheimen voor jou? Kom dan zeker eens proberen bij de gevorderden van 1-2-dance! Misschien sta jij dan binnenkort samen met ons op één van de wedstrijden van het danscircuit?

Demoteam

volgens selectie

Flikflaks en salto's springen, salto's gooien en hoge torens bouwen met hoeksteunen of handstanden. Acro, tumbling en dans, we doen het allemaal. Dit is turnen met dat ietsje meer. Elke groepschoreografie is een show op zich, waar we graag her en der mee uitpakken op wedstrijden en optredens. Of af en toe zelfs in het buitenland. Help jij mee onze eerste plaats in het democircuit te verdedigen?

// trainingsuren

U moet 5 minuten voor de aanvang van de les aanwezig zijn in de turnzaal.

Tijdens de officiële schoolvakanties wordt er geen les gegeven.

KLEUTERS	3 t.e.m. 4j	woensdag	15:30u - 16:30u ■
BEWEGINGSSCHOOL	2,5 t.e.m. 5j	zaterdag	11:00u - 12:00u ◆
BENGELS	5 t.e.m. 6j	woensdag	16:30u - 18:00u ■
BENJAMINS	7 t.e.m. 9j	maandag donderdag	18:30u - 19:30u ■ 19:00u - 20:30u ■
FRUITHOF	6 t.e.m. 12j	maandag	16:30u - 17:30u ▲
SCHOLIEREN	10 t.e.m. 13j	dinsdag vrijdag	19:00u - 20:30u ■ 19:30u - 21:00u ■
JUNIOREN	vanaf 14 jaar	maandag	19:30u - 21:00u ■
TOTAL WORK-OUT	vanaf 18 jaar	dinsdag	21:00u - 22:00u ■
CONDITIEGYM DAMES	vanaf 18 jaar	donderdag	20:30u - 22:00u ■
POWERGYM MANNEN	vanaf 18 jaar	vrijdag	21:00u - 22:00u ■

Locatie van je turnzaal?

Bekijk het snel op de pagina "turnzalen" verderop in de onthaalbrochure.

- Turnzaal Bikschootelaan 134 - Berchem
- ▲ Turnzaal Flor Alpaertsstraat 15 - Berchem
- Turnzaal Lamorinièrestraat 248 - Antwerpen
- ◆ SCVO SIVO, Grotesteeweg 226 - Berchem
- ◆ Sportcentrum Boeckenberg, Grensstraat 9 - 2100 Deurne

// trainingsuren

U moet 5 minuten voor de aanvang van de les aanwezig zijn in de turnzaal.

Tijdens de officiële schoolvakanties wordt er geen les gegeven.

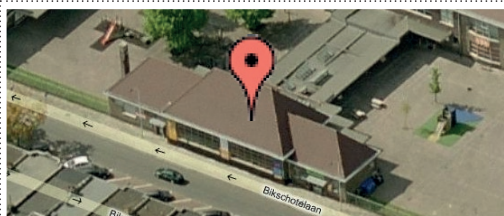
1-2-DANCE BASICS	vanaf 10 jaar	woensdag	19:30u - 20:30u ■
TUMBLING STARTERS	vanaf 5 jaar	maandag	18:00u - 19:30u ◆
ACRO	vanaf 6 jaar	woensdag zondag	18:00u - 19:30u ■ 12:00u - 14:00u ■
RECREADEMO	vanaf 6 jaar	zondag	10:00u - 12:00u ■
TUMBLING	selectie	maandag vrijdag	18:00u - 19:30u ◆ 18:00u - 19:30u ■
BPT	selectie	donderdag	18:00u - 19:00u ■
1-2-DANCE	selectie	maandag woensdag	21:00u - 22:00u ■ 20:30u - 22:00u ■
DEMO	selectie	dinsdag zaterdag zondag (1x/maand)	18:45u - 20:45u ● 10:00u - 13:00u ■ 10:00u - 12:00u

Locatie van je turnzaal?

Bekijk het snel op de pagina "turnzalen" verderop in de onthaalbrochure.

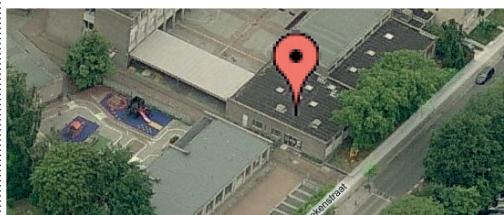
- Turnzaal Bikschootelaan 134 - Berchem
- ▲ Turnzaal Flor Alpaertsstraat 15 - Berchem
- Turnzaal Lamorinièrestraat 248 - Antwerpen
- ◆ SCVO SIVO, Grotesteenweg 226 - Berchem
- ◆ Sportcentrum Boeckenberg, Grensstraat 9 - 2100 Deurne

// turnzalen



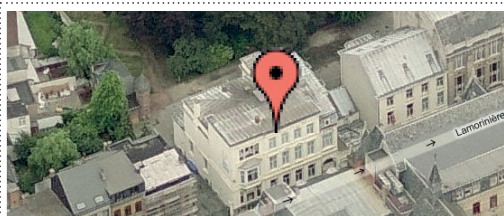
Turnzaal Bikschotelaan

Bikschotelaan 134
2600 Berchem



Turnzaal Flor Alpaertsstraat

Flor Alpaertsstraat 15
2600 Berchem



Turnzaal Lamorinière

Lamorinièrestraat 248
2018 Antwerpen



SCVO - SIVO

Grotesteenweg 226
2600 Berchem



Boeckenberg

Grensstraat 9
2100 Deurne



// lidgeld

Het lidgeld moet jaarlijks betaald worden via een overschrijving op bankrekeningnummer **068-2236280-69** met vermelding van de naam van het lid.

Het basislidgeld bedraagt € 30,00 (verzekering inbegrepen).

Per afdeling waarbij je turnt, betaal je bijkomend volgend trainingsgeld:

Kleuters	€ 35,00	Powergym Mannen	€ 35,00
Bewegingsschool	€ 55,00	BPT	€ 35,00
Bengels	€ 35,00	Tumbling starters	€ 35,00
Fruithof	€ 35,00	Tumbling	€ 40,00
Benjamins	€ 40,00	1-2-Dance Basics	€ 35,00
Scholieren	€ 40,00	1-2-Dance	€ 40,00
Junioren	€ 35,00	Acro	€ 40,00
Total Work Out	€ 35,00	Recreademo	€ 35,00
Conditiegym Dames	€ 35,00	Demo	€ 45,00

Vanaf een 2e gezinslid krijg je een korting van € 5,00. Dit bedrag wordt in mindering gebracht van de globaal te betalen som.

Voor nieuwe leden is de eerste les een gratis proefles.

Het lidgeld moet wel betaald zijn vóór de aanvang van de 2de les.

De daaropvolgende jaren moet het lidgeld betaald zijn vóór de aanvang van de 1ste les.

// verzekering

Sinds juni 2011 werkt de GymnastiekFederatie Vlaanderen samen met Ethias verzekeringen.

De procedure voor aangifte en verwerking van het ongeval blijft ongewijzigd (zie: Nuttige Info – Ongeval). Een aangifteformulier kan je vragen aan je lesgever.

De bijdrage voor deze verzekering is in het lidgeld begrepen. De volledige polis vind je op de www.gymfed.be. We lichten hier het gedeelte “verzekering voor persoonlijke ongevallen (PO)” uit de polis toe.

Wie ?

Leden en proefleden; niet-leden die vrijwillig en onbezoldigd meewerken aan verzekerde activiteiten.

Bij welke activiteiten ben je verzekerd?

- trainingen, demonstraties, oefeningen, kampioenschappen, competities, vriendschappelijke en andere wedstrijden, verplaatsingen, reizen, en activiteiten waarbij het publiek betrokken wordt (kerstmarkt, fuif, ...)
- het normale traject van je verblijfplaats naar de plaats waar de activiteiten plaatsvinden, en omgekeerd. En dit met alle vervoermiddelen “te lande” (te voet, fiets, auto, openbaar vervoer, ...). Als deelname aan een activiteit een ander vervoermiddel vraagt (vb. vlucht bij buitenlandse activiteit), dan geldt de dekking ook voor vervoermiddelen te water, op zee en in de lucht.

// verzekering

Begrip ongeval

Onder lichamelijk ongeval wordt verstaan: een plotselinge gebeurtenis die lichamelijk letsel veroorzaakt en waarvan de oorzaak vreemd is aan het organisme van het slachtoffer.

Worden met ongevallen gelijkgesteld (en zijn bijgevolg verzekerd):

1. Ziekten, besmettingen en infecties die het rechtstreeks gevolg zijn van een ongeval;
2. Bevriezing, zonnesteek, verdrinking, hydrocutie, en andere gevolgen van onvrijwillige onderdompeling;
3. Vergiftiging of toevallige of misdadige verstikking;
4. Lichamelijke letsels opgelopen bij wettige zelfverdediging of ingevolge het redden van in gevaar verkerende personen, dieren of goederen;
5. Letsels voortspruitend uit aanslagen op of aanrandingen van de verzekerde;
6. Razernij, tetanus of miltvuur;
7. Beten van dieren of steken van insecten en hun gevolgen;
8. De gevolgen van een lichamelijke inspanning voorzover zij zich onmiddellijk en plotseling manifesteren inzonderheid hernia's en liesbreuken, gedeeltelijke of volledige spierscheuringen, verrekkingen, peesscheuringen, verstuikingen en ontwrichtingen;
9. Letsels door de verzekerde zelf veroorzaakt bij het knippen van likdoorns en nagels;
10. Lichamelijke letsels welke het gevolg zijn van een uiting eigen aan een ziekelijke toestand van het slachtoffer; er wordt nader bepaald dat de pathologische gevolgen voortspruitend uit deze ziekelijke toestand niet verzekerd zijn.

Verleende waarborgen en waarborgbedragen

Behandelings- en begrafeniskosten

Ethias neemt de kosten ten laste

- a) voor geneeskundige verstrekkingen die opgenomen zijn in de nomenclatuur van het RIZIV-tarief (geneesheer, apotheker, ziekenhuis, bloedtransfusie, radiografie, orthopedie, prothese, fysiotherapie, enz.): tot 200% van het tarief.
Voor tandprothese geldt een maximum van 1.000 € per ongeval en van 250 € per tand.
- b) voor de begrafenis: leden jonger dan 5 jaar: tot 8.500 €; anderen: tot 620€
- c) voor geneeskundige verstrekkingen die niet zijn opgenomen in de nomenclatuur van het RIZIV-tarief, mits voorgeschreven door een geneesheer: max. 625€
- d) voor vervoer van het slachtoffer in zover dit vervoer noodzakelijk is voor de verzorging en het geschiedt met een vervoermiddel dat aangepast is aan de aard en de ernst van de letsels: zoals inzake arbeidsongevallen.
- e) vervoerskosten voor repatriëring voor zover de verzekerde, om medische redenen en met een geschreven attest van de plaatselijke dokter, niet naar België kan terugkeren.

Opmerking:

- Deze tegemoetkoming gebeurt steeds TER AANVULLING van de wettelijke uitkeringen van de ziekte- en invaliditeitsverzekering (of een vervangend organisme). Ethias zal de kosten vergoeden op vertoon van de nodige stavingsstukken en van de afrekening van het ziekenfonds (of vervangend organisme). Kan je geen beroep doen op dergelijke tegemoetkoming van een ziekenfonds, moet je Ethias op de hoogte brengen, de reden ervan opgeven en de nodige stavingsstukken voorleggen.
- De behandelingskosten worden ten laste genomen tot op het ogenblik van de consolidatie van de letsels van het slachtoffer. Deze termijn zal maximum 2 jaar bedragen vanaf de dag van het ongeval.

// verzekering

Vaste vergoedingen

Tijdelijke werkongeschiktheid: enkel voor slachtoffers tot en met 65 jaar:

Een vergoeding van 30€ per dag wordt betaald gedurende max. 2 jaar vanaf het ongeval.

Ze wordt slechts uitgekeerd voor zover er werkelijk verlies van inkomen geleden wordt en er geen uitkering voor arbeidsongeschiktheid is krachtens de wet op de verplichte ziekte- en invaliditeitsverzekering.

Wanneer de verzekerde gedeeltelijk zijn beroepsactiviteiten kan hervatten, wordt de dagelijkse vergoeding verhoudingsgewijs verminderd.

Blijvende gehele of gedeeltelijke invaliditeit: enkel voor slachtoffers tot en met 65 jaar:

De toestand van het slachtoffer wordt als definitief beschouwd na een periode van 3 jaar na het ongeval, en dan wordt de vergoeding geregeld.

Het verzekerd kapitaal bedraagt 35.000 €. Er wordt een kapitaal uitgekeerd naar rato van de graad van invaliditeit. Deze wordt vastgesteld op het ogenblik van de consolidatie, volgens de officiële Belgische schaal van invaliditeiten.

Overlijden

Slachtoffer van 5 jaar of ouder: 8.500 €

Slachtoffer jonger dan 5 jaar: 0€ (zie hoger: begrafeniskosten tot 8.500€)

Verhoogde waarborg

Mits bijbetaling van 5 euro kan je ook de verhoogde waarborg onderschrijven, dit bovenop de basiswaarborgen. Voor de dekking van medische kosten maakt dit geen verschil, maar de verzekerde kapitalen verschillen:

tijdelijke ongeschiktheid: 6€ per dag, vanaf de 31e dag, gedurende max. 2 jaar

blijvende invaliditeit: 50.000 € (15.000 € + 35.000 € standaardwaarborgen)

overlijden (slachtoffer van 5 jaar of ouder): 16.500 €

Schoeisel

Voor de jongerenafdelingen (kleuters, bengels, benjamins, fruithof, scholieren en junioren) raden wij aan om turnpantoffels te dragen. Sportpantoffels laten niet toe om turnbewegingen correct uit te voeren. Voor de afdelingen Total Work-Out, Conditiegym Dames en Powergym Mannen worden sportschoenen aangeraden.

De leden van de afdeling 1-2 Dance mogen op sokken trainen. Voor deelname aan optredens en/of wedstrijden moeten er sportschoenen gedragen worden.

Waardevolle voorwerpen

Waardevolle voorwerpen laat je beter thuis.

Volharding Berchem kan niet aansprakelijk gesteld worden bij diefstal. Juwelen en piercings mogen tijdens de turnles niet gedragen worden.

Kapsel

Tijdens de lessen en bij optredens dragen de leden met lang haar dit steeds bij elkaar.

Kledij

- In de turnzaal draag je sportvriendelijke turnkleding, dus géén te losse kledij.
- Bij optredens of wedstrijden krijgt de gymnast voor die dag zelf een trainingspak in bruikleen.
Na het beëindigen van het optreden en/of de wedstrijd moet dit teruggegeven worden aan de kledijverantwoordelijke.
Indien het trainingspak beschadigd wordt of verloren gaat, moet aan de kring een schadevergoeding betaald worden die gelijk is aan de op dat ogenblik geldende aankoop prijs van een nieuw trainingspak.

// kledij

Afdelingsspecifieke kledij

Voor elke afdeling is er officiële turnkledij vastgelegd. Die moet gedragen worden bij optredens, wedstrijden en bij ons Gym-Event.

Deze kledij moet bij voorkeur ook tijdens de trainingen gedragen worden.

Deze afdelingskledij schaf je je aan via onze kring.

Ben je een nieuw lid, wissel je van afdeling of is de kledij te klein geworden, dan schrijf je het juiste bedrag over op onze bankrekening 068-2236280-69, en dit ten laatste 14 dagen na inschrijving.

Vermeld duidelijk naam en voornaam van de gymnast + de gewenste kledij. Alleen op deze manier kunnen wij ervoor zorgen dat de kledij tijdig geleverd wordt.

Een overzicht van de kledij per afdeling, vind je hiernaast.

Voor de prijzen verwijzen we je graag naar onze website of naar ons secretariaat.

// kledij

Kleuters	Meisjes	Oranje T-shirt met clublogo Zwart broekje
	Jongens	Blauwe T-shirt met clublogo Zwart broekje
Bewegings- school	Meisjes	Nog te bepalen
	Jongens	Nog te bepalen
Bengels	Meisjes	Gele T-shirt met clublogo Zwart broekje
	Jongens	Groene T-shirt met clublogo Zwart broekje
Benjamins	Meisjes	Wit-paarse maillot
	Jongens	Lichtgrijze T-shirt met clublogo Zwart broekje
Fruithof	Meisjes en Jongens	Turkoois T-shirt met clublogo Wit turnbroekje
	Scholieren	Meisjes
Jongens		Grijs zilver singlet maillot + grijze short
Junioren	Meisjes	Zwarte maillot + zwart witte kniebroek
	Jongens	Nog te bepalen
Total Work Out		Variabele T-Shirt Zwarte velours kniebroek
Conditiegym Dames		Groene polo met clublogo Lange zwarte broek
Powergym Mannen		Zwarte T-shirt met clublogo
1-2-Dance Basics		Nog te bepalen
Tumbling Starters		Nog te bepalen

// kledij

Acro		Nog te bepalen
Recreademo		Nog te bepalen
Tumbling	Meisjes Jongens	Zwart groene maillot Nog te bepalen
BPT		Geen afdelingskledij
1-2-Dance		Nog te bepalen
Demo		Huidskleurige maillot Club T-shirt

Recente info en prijzen beschikbaar op www.volhardingberchem.be/info

//volharding magazine

Tweemaandelijks clubmagazine
van Turnkring Volharding Berchem

www.volhardingberchem.be/magazine



Vertrouwenspersoon

Net zoals elke school en elk bedrijf hebben ook wij een vertrouwenspersoon: Yvonne Dekoker.

Je kan bij haar terecht indien je binnen onze vereniging betrokken bent bij pesterijen, geweld of ongewenst gedrag.

Hoe kan je Yvonne bereiken?

telefonisch: 0478 /19 23 98

per mail: ydk-v@telenet.be

Ziek? Let op doping!

Wanneer je ziek bent en een arts moet raadplegen, kan je best vermelden dat je aan sport doet.

Tijdens trainingen, optredens en/of wedstrijden kan er door de overheid een controle op doping gehouden worden. Een onschuldige pijnstillers is vaak voldoende om positief bevonden te worden.

Een lijst van veilige medicijnen kan je terugvinden op www.dopinglijn.be. In deze lijst staan alle medicijnen die in Vlaanderen te koop zijn met daarbij vermeld of ze zijn toegelaten of niet en of ze een verboden stof bevatten.

Langdurige afwezigheid

Kan je tijdens turnactiviteiten of -lessen niet aanwezig zijn wegens ziekte, ongeval of vakantie? Verwittig dan steeds je lesgever.

Verder in de onthaalbrochure vind je alle contactinfo, van trainers tot leden van de Raad van Bestuur.

// nuttige info

Ongeval?

Wanneer je tijdens de turnles of je heen- en terugreis naar de turnzaal slachtoffer bent van een ongeval met lichamelijke letsels, dan vraag je aan je lesgever een ongevalaangifteformulier.

Deze aangifte moet je, ingevuld en ondertekend door je lesgever, behandelende arts en getuigen, binnen de 24 uur bezorgen aan het secretariaat.

Je ongevalaangifte wordt dan onmiddellijk overgemaakt aan de verzekeraar die je persoonlijk zal aanschrijven met mededeling van je dossiernummer.

Aan de +15-jarigen vragen we om tijdens de turnles steeds de SIS-kaart mee te brengen. Bij een eventueel ongeval met overbrenging naar het ziekenhuis vergemakkelijkt dit de opname.

Onkosten van doktersbezoek, behandeling in het ziekenhuis, geneesmiddelen, enz. kan je dan rechtstreeks opsturen naar de verzekeringsmaatschappij.

Neem steeds fotokopieën van alle onkostenformulieren die je doorstuurt.

Onze website

Onze website vormt een belangrijk onderdeel in de communicatie met leden en sympathisanten. Je vindt er informatie rond activiteiten, je kan er nuttige documenten downloaden. Maar je kan er evengoed genieten van leuke filmpjes, fotoverslagen of ons magazine.

Neem dus zeker af en toe een kijkje!