VOORWOORD

Welkom!

Lid worden van het competitieteam in je favoriete gymclub garandeert je het ganse jaar door een straffe sportopleiding en een ferme dosis gymplezier. Onze trainers staan voor je klaar. Wedden dat je in jouw ploeg heel wat vrienden maakt? Van zodra je de gymhal binnenkomt vlieg je er in. Stijve spieren hebben geen schijn van kans.

Snel even praktisch …

- Inschrijven kan alleen via de website.
- Door de online-inschrijvingen beschikken we over je **juiste contactgegevens**. Zo kunnen we je informeren over onze activiteiten of verwittigen wanneer een training onverwacht niet kan doorgaan.
- Vergeet niet onze **Facebookpagina** leuk te vinden! Je blijft dan nog sneller op de hoogte van onze activiteiten, de resultaten van onze wedstrijd- en topsportgymnasten, …

We maken er samen een schitterend gymjaar van!
Nog vragen? Neem gerust contact op.
We nemen graag alle vraagtekens weg.

Het competitieteam

Algemene visie op selectiegroepen

Selectiegroepen zijn er om getalenteerde jongeren de kans te geven hun turntalent te ontplooien. Geselecteerde gymnasten en hun trainers dienen aan bepaalde voorwaarden te voldoen.

- **Van onze trainers verwachten we dat ze kwaliteit nastreven.**

1. Door het volgen van een specifiek oefenprogramma voorgeschreven door de gymfederatie.
2. Door zelf jurycursus te volgen om te weten hoe de oefeningen correct moeten geturnd worden en op welke manier de oefeningen beoordeeld worden.
3. Door als trainer zelf een opleiding te volgen specifiek aan de discipline (trainer B/specifieke bijscholingen…).
4. Door de gymnasten op te leiden voor deelname aan wedstrijden.
5. Door de gymnasten te begeleiden bij wedstrijden.

   De trainer draagt er zorg voor dat er steeds in gezonde en veilige omstandigheden kan geturnd worden.
   Hij/zij zorgt ervoor dat de trainingen aangepast zijn aan de leeftijd van de gymnasten, hun individuele ritme en hun mogelijkheden.
   Hij/zij heeft tevens aandacht voor plezier in de turnsport, de ontwikkeling van een positief zelfbeeld en goede sociale vaardigheden.
   Trainers die zich engageren om een selectiegroep te trainen doen dit voor meerdere jaren zodat de opleiding van de gymnasten niet onderbroken wordt.

- **Van gymnasten** in een selectiegroep wordt veel inzet verwacht. De gymnast dient blijk te geven van doorzettingsvermogen en de bereidheid om zelfstandig (en eventueel thuis) te trainen.

  Gymnasten die deel uit maken van een selectiegroep:
  - moeten deelnemen aan wedstrijden in deze discipline (als hun opleidingsperiode afgerond is en hun leeftijd het toelaat). Enkel ziekte, examens, communie van het lid of lid uit het eigen gezin of een sterfgeval kan een grondige reden zijn. Kan je niet deelnemen aan een wedstrijd dan moet je een doktersattest indienen, zoniet moet de club een boete betalen.
  - dienen zich te houden aan het algemeen intern reglement van de club als ook aan het specifiek reglement voor hun discipline.
  - doen dit voor meerdere jaren zodat het niveau van de wedstrijdgroep een positieve evolutie kan kennen.
  - tonen een actieve betrokkenheid bij het clubgebeuren. Dit onder andere door te helpen bij de organisatie van clubevenementen, het opnemen van een rol als helper verkopen van kaarten voor het eetfestijn,…

- Van **ouders** van competitiegymnasten verwachten we dat
  - zij bereid zijn hun kinderen van en naar trainingen, wedstrijden en extra trainingen te brengen.

- ze tijdens de cluborganisaties een handje toesteken. Deze evenementen zijn immers een belangrijke bron van inkomsten voor onze club en zorgen ervoor dat de lidgelden van onze competitiegymnasten beperkt blijven

Specifieke selectiegroepen

Vanuit zijn basisgroepen is de club gericht op toestelturnen.
Op competitievlak worden 3 disciplines aangeboden: Wij kiezen bewust voor het aanbieden van niveau's in stijgende lijn.
Het inrichten van de verschillende disciplines is steeds afhankelijk van de beschikbaarheid van gekwalificeerde trainers.

Competitiegroepen afhankelijk van het niveau en de leeftijd van de gymnast bepalen de trainers het wedstrijdniveau. Gymnasten kunnen er steeds zelf voor kiezen om op een lager niveau wedstrijd te doen. Hieronder de richtlijn wat het aantal aangeboden uren betreft.

- **Precompetitiegroepen**
  - **Kleuters (2e en 3e kl)**: 1 training per week (naast kleutergroep)
  - **Precompetitie TT**: 2 trainingen per week
  - **Precompetitie acro:** 2 trainingen per week

- **Toestelturnen:**
  - Recrea: 4 u per week
  - I-niveau: 9 u per week
  - C-niveau: 6-9 u per week
  - B-niveau: 9 u per week

- **Tumbling:** kan als hoofdgroep (in samenspraak met de trainer) of in combinatie met een basisgroep
  - Recrea: 3- 4 u per week
  - I en C-niveau: 4- 6 u per week

- **Acro**: liefst in combinatie met een basisgroep maar kan ok als hoofdgroep (minimum niveau op de mat: gymstars 5)
  - Recrea: 4u per week
  - I en C-niveau: 4-6 u per week

ONZE OPLEIDINGSSTRUCTUUR

Van start binnen onze competitiewerking

Gymnasten die interesse hebben om aan competitie te doen kunnen deelnemen aan selectietesten. Selectietesten vinden elk jaar plaats in de maand mei. Volgende leeftijdsgrenzen worden gehanteerd

Toestelturnen : 3e kl tot 3e lj
Tumbling: vanaf 3e leerjaar
Acro: bovenpartners: 3e kl tot 3e lj (enkel op uitnodiging), onderpartners: vanaf 5e lj

Daarnaast doen we zelf ook aan scouting binnen onze kleutergroepen. Kleutertjes die opvallen obv motorische vaardigheden worden vanaf de 2e kleuterklas geselecteerd door onze kleutertrainers om het jaar erop deel te nemen in het groepje precompetitie kleuters. Op het einde van het jaar kunnen zij deelnemen aan de selectietesten van de door hen gekozen discipline. Bij de derde kleuters gebeurt de scouting in samenspraak met de competitie trainers, zij nodigen de kinderen uit om deel te nemen aan de selectietesten op het einde van het jaar.

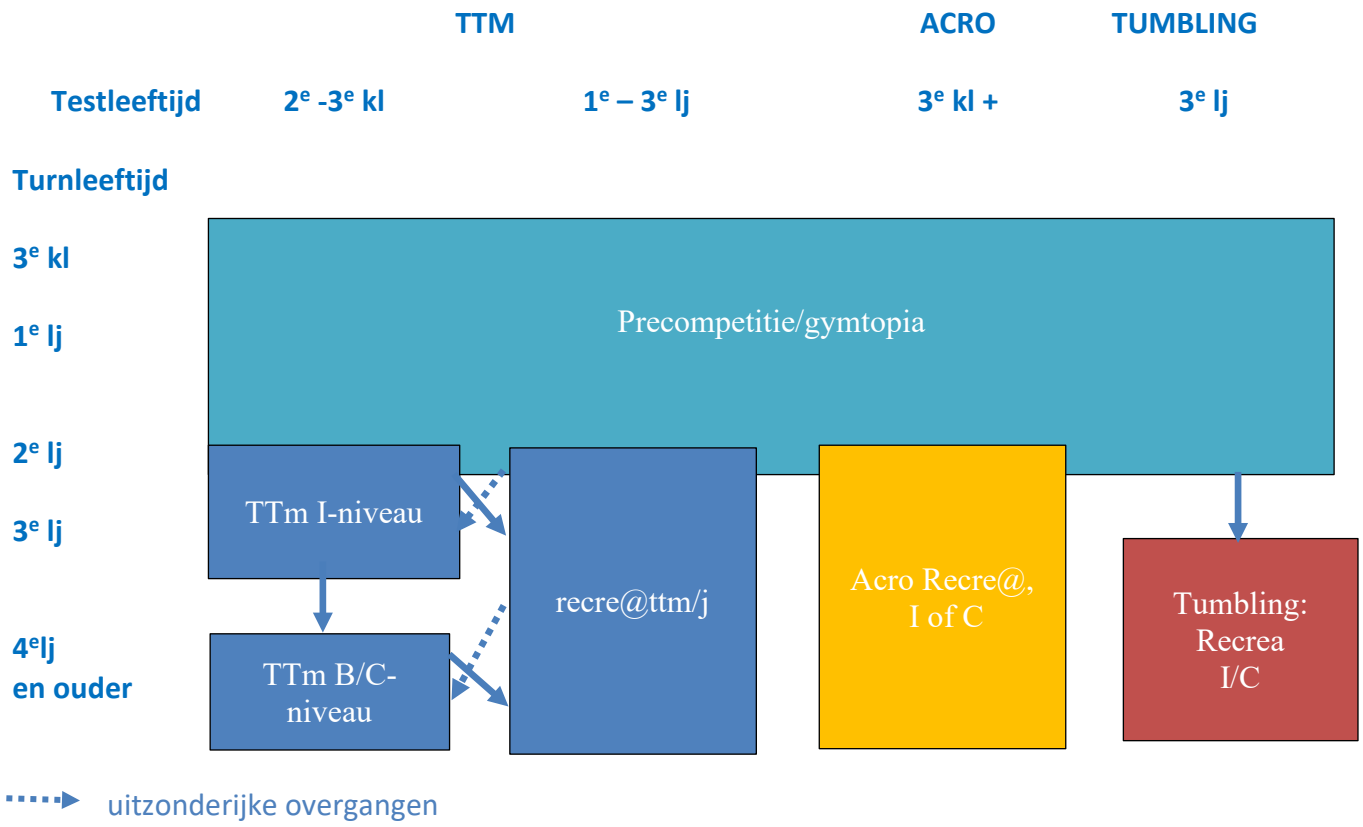
Gymnasten die op jonge leeftijd door de selectietesten geraken, starten in de groep pré-competitie (ttm of acro naargelang het geval). Na één of twee jaar zullen zij hieruit doorstromen naar de respectievelijke competitiegroep.

Testers voor toestelturnen van het 1e leerjaar en ouder die slagen, starten in de groep recre@ttm waar zij een grondige basis krijgen. Meisjes die in deze groep uitblinken qua talent, vooruitgang en werkhouding, kunnen na één of twee jaar doorstromen naar een hoger niveau. Dit laatste gebeurt echter slechts in uitzonderlijke gevallen en is zeker geen garantie.

Testen voor tumbling kan pas vanaf het 3e leerjaar.

Uitzonderingen op deze leeftijdsgrenzen zijn enkel mogelijk op uitnodiging van de competitietrainers zelf (bv bij overschakeling tussen disciplines, clubs of op latere leeftijd gestart met turnen)

Trainers kunnen gymnasten op alle leeftijden doorverwijzen naar een ander niveau of een andere discipline. Wie zelf wil overschakelen naar een andere discipline zal hiervoor testen moeten afleggen in de nieuwe discipline.



Een traject binnen de groep toestelturnen meisjes

Gymnasten van het **1e leerjaar** starten in precompetitie ttm. Deze groep traint 5 a 6u per week (2 trainingen). Op het einde van het jaar nemen ze deel aan een gymtopiahappening. Halverwege en op het einde van het jaar volgt een oudercontact met evaluatie. Indien de gymnast niet voldoet aan de verwachtingen op vlak van vooruitgang en attitude zullen ze doorverwezen worden naar een basisgroep.

Gymnasten van het **2e leerjaar** sluiten aan bij de groep I-niveau. Zij trainen 9u per week (3 trainingen) en werken naar het programma van I-niveau. Daarnaast nemen ze deel aan 2 gymtopiahappenings. De trainingen voor deze groep starten reeds in augustus en ook in de andere schoolvakanties wordt er getraind. Daarnaast nemen we ook deel aan de regiotrainingen in het regiocentrum van Dendermonde.
Halverwege en op het einde van het jaar volgt een oudercontact met evaluatie. Normaliter schuiven deze gymnasten door naar de groep ttm-Iniveau. Indien de gymnast niet voldoet aan de verwachtingen op vlak van vooruitgang en attitude zullen ze doorverwezen worden naar de groep recre@ttm.
Op het einde van het jaar kunnen deze meisjes deelnemen aan de entreetesten voor topsport van de gymfed.

Gymnasten van het **3e leerjaar** vormen de groep ttm I-niveau. Zij trainen 9u per week (3 trainingen) en werken naar het programma van I-niveau. Daarnaast nemen ze deel aan 3 wedstrijden op I-niveau. De trainingen voor deze groep starten reeds in augustus en ook in de andere schoolvakanties wordt er getraind. Daarnaast nemen we ook deel aan de regiotrainingen in het regiocentrum van Dendermonde. Gymnasten die het jaar voordien geslaagd waren voor de entreetesten voor topsport worden ook

begeleid ifv de controletrainingen die gepaard gaan met de opvolgingsstructuur van gymfed. Hiervoor werken we nauw samen met het regiocentrum van Dendermonde. Gymnasten die op het einde van het jaar voldoen aan alle eisen van de federatie kunnen instappen in het regiocentrum en een verdere topsportopleiding volgen. Zij blijven steeds lid van Turnkring Geraardsbergen.
Halverwege en op het einde van het jaar volgt een oudercontact met evaluatie. Daar zal beslist worden of de gymnast het jaar erop doorschuift naar het B of C niveau, dit gebeurt ook in samenspraak met de trainers van deze groep en wordt indien mogelijk voorafgegaan door een aantal testtrainingen. Indien de gymnast niet voldoet aan de verwachtingen op vlak van vooruitgang en attitude zullen ze doorverwezen worden naar de groep recre@ttm.

Vanaf het **4e leerjaar** sluiten de meisjes aan in de groepen ttm B of C niveau. Deze gymnasten trainen ongeveer 9u per week. Daarnaast nemen ze deel aan 3 provinciale voorrondes en eventueel het Vlaams en Belgisch kampioenschap. De trainingen voor deze groep starten reeds in augustus en ook in de andere schoolvakanties wordt er getraind.
Halverwege en op het einde van het jaar volgt een oudercontact met evaluatie. Indien nodig zal daar beslist worden om de gymnast een niveau te laten zakken.

Vanaf **12 jaar** kunnen deze gymnasten ingeschakeld worden als helpende hand als zij dit wensen. Als ze de leeftijd bereikt hebben kunnen ze ook deelnemen aan een initiator cursus.

Vanaf de leeftijd van **16 jaar** verwachten wij van deze gymnasten dat zij deelnemen aan een jurycursus en minstens 1 jaar jureren voor de club. Op deze manier proberen wij hen te betrekken in het volledige competitiegebeuren en bieden we hen een opvangnet bij uitstroom. Na dit eerste jaar zijn zij vrij te kiezen of ze blijven jureren of niet. Alle kosten die hieraan verbonden zijn (inschrijvingen, vervoer, …) worden gedragen door de club.

Combinaties van disciplines

Combinatie van recrea-discipline met een competitie discipline (A,B,C, I-niveau) is niet toegestaan door de gymfederatie. In dat geval zal de gymnast een keuze moeten maken.

Deelname aan selecties: gymnasten kunnen aan alle selectietesten deelnemen. Echter eens de selecties bekend zijn bestaat de kans dat zij op basis van hun behaalde resultaten keuzes zullen moeten maken.

OPVOLG-EN EVALUATIESYSTEEM

Op het einde van elk gymjaar bekijkt het trainersteam van elke discipline of de competitieleden blijven voldoen aan de selectie-eisen.
De selectie zal als volgt gebeuren:

- Deelname en inzet op wedstrijden / demonstraties.
- Inzet, vooruitgang, talent en aanwezigheid binnen de TTm groep zullen voor elke turn(st)er individueel bekeken worden.

Elke discipline heeft zijn specifiek opvolg- en evaluatiesysteem. De resultaten hiervan worden met de ouders besproken.
Gymnast per gymnast wordt rekening gehouden met het groeipotentieel, de progressie, aanwezigheid op trainingen, inzet en motivatie.

Indien deze evaluatie negatief uitvalt wordt dit tijdig meegedeeld en zoeken we samen naar de best mogelijke oplossing. We bekijken dan ook doorstroommogelijkheden binnen onze club.

INSCHRIJVINGEN EN VERZEKERING

Zorg dat je tijdig inschrijft zodat je verzekering tijdig in orde is. Wij vliegen er immers in de vakantie al terug in.

Een competitie groep vereist heel wat organisatie van trainers en bestuursleden. Wij vragen dan ook uitdrukkelijk om alle documenten steeds tijdig in te dienen. Betalingsdocumenten / doktersattesten / …

Alle gymnasten zijn lid van de Gymnastiek Federatie Vlaanderen. Via dit lidmaatschap ben je ook verzekerd voor eventuele ongevallen bij activiteiten door de club georganiseerd. Bij ongeval dient een ongevallenformulier te worden ingevuld. Dit formulier bezorg je zo snel mogelijk aan het ledensecretariaat. Nadien krijg je via de federatie de nodige documenten toegestuurd ter afhandeling.

De gymnasten zijn verzekerd tegen ongevallen, Maar …

- Neem dan wel steeds de kortste weg van thuis naar de turnzaal, en omgekeerd.
- eens de training eindigt is de gymnast niet langer verzekerd. Zorg dat je zoon of dochter tijdig wordt opgehaald. De trainer blijft natuurlijk nog wel even in de buurt na de training, maar heeft vaak ook andere verplichtingen.

CONTACT, VRAGEN & BEMERKINGEN

Met vragen en bemerkingen kan je steeds bij de trainer terecht. Mocht dat contact moeizaam verlopen, dan kan je achtereenvolgens beroep doen op de disciplineverantwoordelijke, de competitieverantwoordelijke, en tot slot de leden van het bestuur.

Discipline	Verantwoordelijke	GSM	Email
TTM	Karen Merckaert	0472/87.24.48	karen.merckaert@telenet.be
TTJ	Geert-Jan Van Nieuwenhove	0471/85.46.41	geertjanvn@gmail.com
Tumbling	Noortje Merckaert	0468/21.37.21	noortje.merckaert1@gmail.com
Acro	Kim Panis	0494/16.76.79	kim.panis91@gmail.com

Elke gymnast, trainer, ouder,… doet wat hij kan **naar best vermogen** in en rondom de turnzaal. Een respectvolle houding ten aanzien van de prestaties van alle leden van het team is dan ook essentieel voor de goede sfeer.

Om te vermijden dat misverstanden en onenigheden een eigen leven gaan leiden, bespreek je clubgebonden problemen best onmiddellijk en eerst met de betrokken trainer. Hij/zij staat steeds open voor een goed gesprek.
Is het probleem daarmee niet opgelost kan je contact opnemen met de discipline- of competitieverantwoordelijke. Nadien is een gesprek met het bestuur mogelijk.

De relatie trainer/gymnast is gebaseerd op vertrouwen. Spreek daarom nooit negatief over de trainer in het bijzijn van je kind. De trainers zullen zich ook niet negatief uitlaten over mogelijke onenigheden in het bijzijn van de kinderen. Indien dit toch gebeurt dan kan dat immers leiden tot een vertrouwensbreuk.

VRIJWILLIGERS GEZOCHT

Om onze evenementen in goede banen te leiden, rekenen we op heel wat vrijwilligers. Misschien wil jij ook wel een handje toesteken bij de voorbereiding, het onthaal, achter de bar, …? Laat maar weten en … alvast bedankt! We contacteren je zodra we starten met de organisatie.

Deelname aan wedstrijden kan enkel als wij ook juryleden kunnen afleveren. Wil je als ouder ook hier je steentje bijdragen dan kan je ons altijd helpen door het volgen van een jurycursus. Onze trainers ondersteunen je hierbij graag met alle nodige technische info.

NOG ENKELE RICHTLIJNEN

- De gymnasten moeten steeds **tijdig aanwezig** zijn (5 min voor de start van de training) in de sporthal. Dit wil zeggen dat ze moeten omgekleed zijn voordat de training start. De **opwarming** is immers **heel belangrijk** om kwetsuren te voorkomen. Je gaat de zaal enkel binnen als je trainer aanwezig is. Als je, wegens schooluren, niet tijdig op de training aanwezig kan zijn. Verwittig je de trainer hiervan bij de start van het turnjaar. Probeer zo weinig mogelijk tijd te verliezen bij het omkleden.

- Wacht steeds buiten de zaal tot wanneer de **trainer aanwezig** is en de toelating geeft om in de zaal te betreden.

- Zorg er voor dat je kind tijdig wordt opgehaald. Dit vermindert de druk bij de trainer en de gymnast aanzienlijk. De trainer heeft dikwijls nog andere verplichtingen na een training.

- Ouders zijn niet toegelaten in de zaal. Ouders die dit wensen, kunnen kijken vanuit de gang.

- Bespreek de planning van vakantiedagen, snipperdagen,… vooraf met de trainer. Zo vermijden we dat wedstrijden in het gedrang komen.

- Je neemt geen eten of drinken mee in de zaal, enkel een flesje water kan je op de bank in de sporthal bewaren.

- Aan en uitkleden gebeurt in de kleedkamer. Alle kledij gaat in één grote sportzak die je meeneemt in de zaal en op de daarvoor voorziene plaats in de turnzaal plaatsen. Laat niets achter in de kleedkamer.

- Je bent niet verplicht steeds je turnpak te dragen, je kledij moet echter wel turndegelijk zijn (lees aansluitend). Je betreedt de turnzaal enkel op blote voeten, kousen of specifieke turnpantoffels.

- Wedstrijdgymnasten zijn verplicht om op wedstrijd te verschijnen in de juiste wedstrijdkledij. Dwz het wedstrijdpak, sweater en legging van de club.

- Volgende materiaal heb je steeds bij in je sporttas:, een paar korte kousen, een spons, enkelgewichtjes (vanaf 2e lj), je eigen (katoenen) handschoenen, polsbanden (zweetbandjes min. 10 cm) en strips voor aan de rekstok (strips aan te kopen bij de trainer). Wie wil kan aan de brug met leertje werken. Hiermee start je steeds onmiddellijk na het wedstrijdseizoen (aankoop aangeraden na de wedstrijden van 2e lj).

- Je zorgt ervoor dat je haren netjes samengebonden zijn.

- Juwelen of fuifbandjes zijn absoluut verboden en zelfs gevaarlijk, laat ze thuis! Draag geen hangertjes als oorringen.

- De gymnasten zijn aanwezig op alle trainingen. Als je regelmatig trainingen mist, zonder gegronde reden (hieronder verstaan we: ziekte, examens, overlijden of feestelijkheden binnen de dichte familie), kan er beslist worden de opleiding te beëindigen.
  Bij afwezigheid of ziekte verwittig je ALTIJD de trainer.

- Draag zorg voor het materiaal en gebruik het enkel zoals het hoort (de turnzaal is geen speeltuin). Je helpt steeds bij het opstellen en het afbreken van de toestellen en doet dit op een voorzichtige manier met zorg. Op het einde van de les wordt al het materiaal op de daarvoor voorziene plaats gezet.

- Er worden enkel oefeningen geturnd die opgelegd zijn door de trainers. De verzekering komt niet tussenbeide bij ongevallen veroorzaakt door onverantwoorde turnexperimenten. Voor de les, tijdens pauzes of na de les wordt niet aan toestellen gespeeld of geëxperimenteerd!

- De trainingen vragen heel wat energie en concentratie. Zorg er dus voor dat je als gymnast 'fris' bent voor de training. Je gaat dus best op tijd slapen. Dit geldt nog in grotere mate bij wedstrijden.

- Indien een gymnast gekwetst is, hoeft dit geen totale rust te betekenen. Er kan dan in overleg met de dokter, ouders, gymnast en trainer een ander trainingsprogramma uitgewerkt worden.

Ouders die hun kind inschrijven in onze wedstrijdgroep gaan akkoord met dit reglement tenzij anders vermeld.