



Turnkring Vrank en Vrij Hoevenen vzw

**Turnzaal :** Kerkstraat 106 – 2940 Hoevenen  
**Secretariaat :** Uten-Kegels – Berkenlaan 147 – 2940 Hoevenen  
Inge 0477/687.999 – Tim 0497/541.924

**E-mail :** [info@vrankenvrijhoevenen.be](mailto:info@vrankenvrijhoevenen.be)  
**Website :** [www.vrankenvrijhoevenen.be](http://www.vrankenvrijhoevenen.be)

# Het gespierde Bundeltje



**JUNI 2014**

# Beste lezer!

Het seizoen is weeral ten einde, wat vliegt de tijd toch!

Het was een druk seizoen, met heel wat activiteiten, waaronder een fantastisch turn- en dansfeest. Het stijgend aantal leden zorgde voor een gezellige drukte in de zaal, de kleedkamer en de kantine. Om dat allemaal baas te kunnen, konden we gelukkig ook op een goed team van lesgevers rekenen. En ook die groep breidde uit, met heel wat jonge lesgevers die aan hun lesgevers carrière beginnen.

Het was een druk seizoen voor iedereen, en dus is de komende zomervakantie een moment van rust. Alhoewel, de eerste week van juli is er een sportkamp, en vanaf 7 juli kan je elke maandag komen 'bewegen' tijdens onze zomermaandagen. Meer info verderop in dit boekje.

We wensen iedereen alvast een geweldige vakantie met hopelijk veel mooi weer en zonder gebroken benen of armen zodat we er in september weer kunnen invliegen!



Veel leesplezier!  
De redactie

---

## ***Inhoudstafel:***

|  |   |
|--|---|
| Verslag activiteiten 2013-2014 .....         | 3 |
| September 2013: start van het seizoen.....   | 3 |
| Oktober 2013: de spaghetti-avond .....       | 3 |
| November 2013: wandel-teambuilding.....      | 3 |
| December 2013: Kerstfeest en Oudejaar .....  | 4 |
| Januari 2014: de quiz .....                  | 4 |
| Februari 2014: het carnavalbal.....          | 4 |
| Maart 2014: het turnfeest .....              | 5 |
| Juni 2014: Jubilarisviering .....            | 5 |
| Komende activiteiten: .....                  | 6 |
| Sportkamp .....                              | 6 |
| Zomermaandagen.....                          | 6 |
| Zomerpoets .....                             | 6 |
| Info seizoen 2014-2015.....                  | 7 |
| Kalender 2014-2015.....                      | 7 |
| Uurrooster 2014-2015 .....                   | 8 |
| Lidgeld 2014-2015.....                       | 8 |
| Nieuwtjes van de kring (en daarbuiten) ..... | 9 |

## Verslag activiteiten 2013-2014

Zoals verteld, was het een druk activiteitenjaar, we geven in een notendop nog eens een jaaroverzicht. Voor foto's van de verschillende activiteiten kan je terecht op onze website of facebookpagina!

### *September 2013: start van het seizoen*

Na een lange welverdiende vakantie gingen op zondag 1 september onze deuren weer open. In zo een eerste week mogen we iedere jaar weer vele nieuwe en vertrouwde gezichten verwelkomen. Dit doen we graag met een hapje en een drankje. Zo konden alle ouders en/of gymnasten genieten van een glaasje fruitsap of cava en smullen van de chipjes. In een gezellige sfeer konden ouders bijpraten over de zomer of kennismaken met het bestuur en de werking van onze club. Alle administratie werd onmiddellijk afgewerkt zodat de leden en lesgevers er direct konden invliegen.



Op zaterdag 14 september, dus tijdens de week van de sportclub, zetten we onze deuren wagenwijd open. In de voormiddag konden geïnteresseerde tieners en kids komen 'proeven' van een dansles. Na de middag was er een turninstuif met verschillende oefeningen en toestellen voor alle leeftijden. Ouders konden mee in de zaal kijken en vragen stellen aan de lesgevers of bestuur. Of ze konden in de kantine iets gaan drinken of smullen van een lekkere wafel.

Het was een overdonderend succes. We kregen zo'n 40tal geïnteresseerde ouders en kinderen over de vloer. Heel wat van hen zijn daarna ook lid geworden. Het was een zeer drukke maar gezellige dag, met een dikke merci voor de lesgevers en vrijwilligers van deze dag.

### *Oktober 2013: de spaghetti-avond*

Door het WK Gymnastiek werd ons spaghetti-feest verzet naar zaterdag 19 oktober 2013.

Opnieuw zat de zaal goed vol, was het lekker en veel, heeft het goed opgebracht, en is alles dankzij de vele handen supergoed en vlot verlopen!



### *November 2013: wandel-teambuilding*

Geen brevettendag meer op 11 november, maar in 2013 wel onze teambuilding. Met een groot deel van lesgevers en bestuur namen we deel aan de wandel-mee-dag van de Sportraad van Stabroek in en rond het Ravenhof te Putte. Na een fikse wandeling in de voormiddag, genoten we samen van soep en broodjes om terug op krachten te komen. Een gezellige en sportieve activiteit, voor herhaling vatbaar 😊.

### *December 2013: Kerstfeest en Oudejaan*

In december organiseren we ons jaarlijks 'kerstfeest', en dat was in 2013 opnieuw een geweldig succes. De zaal zat op 21 december overvol, met naast vooral kinderen ook heel veel ouders en grootouders. En allemaal keken ze met grote ogen vol verbazing en verwondering naar onze 'act', nl. goochelaar Guinelli (gekend van Belgium got talent 2012). Na Guinelli was er natuurlijk het hoog bezoek van de kerstman, die weer voor iedereen lekkers en een cadeautje bij had.



Het einde van het jaar werd ook in de turnkring gevierd. Dankzij de inzet van Patricia Franquet zetten een 30tal mensen samen het nieuwe jaar feestelijk in.

### *Januari 2014: de quiz*

Wegens te weinig 'koningen', werd het driekoningenzingen afgelast.

De Quiz op 18 januari trok zoals alle andere jaren weer heel wat kwisploegen aan, die allemaal streden om die begeerde eerste plaats. Heel wat volk van buiten den turnkring bezocht ons zaaltje. En naast veel nadenken, werd ook goed gegeten en gedronken, waardoor deze activiteit een aardige cent opleverde voor de turnking.

### *Februari 2014: het carnavalbal*

Voor het eerste sinds lang vervlogen tijden, vierden we nog eens carnaval in onze kring. Op zaterdag 22 februari zagen we jong en oud, allemaal verkleed, vrolijk de 'polonaise' en andere zotte dingen doen tijdens ons CARNAVALBAL. Tegen het einde van de avond kregen we ook nog een 'vrijgezellenbende dames' over de vloer, die er op de deuntjes van onze eigen DJ Kris (Gilops) nog een stevige lap opgaven. Een goede eerste keer en voor herhaling vatbaar.



### Maart 2014: het turnfeest

En dan was het eindelijk zover. Na maanden voorbereiding, zwoegen en zweten voor iedereen, was het dan ons jaarlijkse turnfeest. Maar al die maanden van hard labeur waren ook de moeite, want het was een prachtig turnfeest. En dat had niet alleen te maken met het leuke thema en daaraan gekoppelde inkleding en verhaal (en nee, Yana en Jeroen zijn nog niet echt getrouwd ☺!). Het waren vooral de knappe en mooie oefeningen van al onze turn- en dansgroepen die het publiek konden bekoren. En dat publiek was talrijk opgekomen. Door het gestegen aantal leden, braken we dit jaar ook records wat bezoekers betreft. Op zaterdag 15 maart kwamen er bijna 400 personen naar onze show kijken, en ook zondag gingen we vlotjes over de 350 personen. Tel daarbij nog eens de 250 leden en 50 lesgevers, vrijwilligers, ... , en dan stellen we vast dat we dat weekend heel wat volk op de been hebben gebracht voor onze vereniging.

We willen via deze weg nog eens iedereen bedanken die voor, tijdens en na het turnfeest op welke manier dan ook hebben bijgedragen tot het succes van dit jaar. En hopelijk kunnen we binnen 2 jaar (jaja, we slaan een jaartje over) terug massaal op jullie rekenen.



### Juni 2014: Jubilarisviering

Zaterdag 21 juni 2014 sloten we ons seizoen af met de jaarlijkse jubilarisviering, maar waarbij we ook de lesgevers, vrijwilligers en sponsors bedanken voor hun inzet en steun voor onze club.

Het was ook dit jaar weer een gezellige drukte, met bijna 30 leden die al 5 jaar of een veelvoud ervan doorlopend lid zijn van onze club. Zij kregen allemaal een aandenken mee naar huis. Tussen de bedankingen door, zorgden onze verschillende dansgroepen voor een demonstratie, en natuurlijk waren er ook de nodige hapjes en drankjes voorzien.

## Komende activiteiten:

Seizoen 2013-2014 zit erop, maar we kunnen echt niet wachten tot september om terug te turnen en in onze kring bezig te zijn.

### *Sportkamp*

Tijdens de eerste week van de zomervakantie organiseert de gemeentelijke sportdienst opnieuw een sportkamp. Oorspronkelijk was er deze keer geen gymnastiek voorzien, maar door de enorme interesse werd er op het laatste nippertje beslist om toch nog gymnastiek aan te bieden.

Onze jonge bende lesgevers zal onder leiding van Britt heel wat kinderen proberen een leuke en aangename eerste vakantieweek te bezorgen!

### *Zomermaandagen*

*Elke maandagavond, van 19u45-21u00*

Deze zomer organiseren we opnieuw elke maandagavond conditiégym (light versie van onze aerobics) zodat we niet stram en stijf aan het nieuwe seizoen moeten beginnen in september. Dankzij de samenwerking met Iloka (Kapellen) kan je iets meer dan een uurtje komen bewegen (en afzien ☺).

Je moet 16 jaar zijn (geboortjaar 1998). Ben je al lid van Vrank en Vrij of Iloka, moet je niets extra betalen. Ben je nog geen lid, dan betaal je 20 euro voor de 9 lessen deze zomer. Breng dus gerust nog iemand mee, hoe meer zielen, hoe meer vreugd.

*Kantine is niet geopend, maar de automaat is aangevuld (of breng zelf iets te drinken mee).*



### *Zomerpoets*

*23 + 24 augustus 2014*

Het voorlaatste weekend van augustus verzamelen we terug met lesgevers, bestuur en vrijwilligers om ons zaaltje en omgeving weer helemaal klaar te maken voor het nieuwe seizoen. Alle toestellen en toebehoren worden eens allemaal goed onder handen genomen en opgeblonken. Maar er wordt ook stevig gerommeld in de bergruimtes, het bierkot en de kantine. En aan de buitenkant zien we dat het er weer piekfijn uitziet om vanaf 1 september iedereen terug te verwelkomen.

Naast het werken, is het natuurlijk ook weer leuk om elkaar allemaal terug te zien en samen plannen te maken voor de komende maanden. En wie weet bij goed weer samen een BBQ of iets anders te doen ☺.

*Heb je tijdens het weekend van 23-24 augustus nog een beetje tijd en zin om te komen helpen, dan ben je van harte welkom! Geef even een seintje aan het secretariaat, zodat we een beetje kunnen inplannen. En heb je een specialiteit/talent voor bepaalde klusjes, laat het dan zeker weten ☺!*

## Info seizoen 2014-2015

### Kalender 2014-2015

Wij geven u graag al een aantal belangrijke data mee voor volgend seizoen:

|                            |                                    |
|----------------------------|------------------------------------|
| ONTHAAL – WELKOM           | Maandag 1/9 tem zaterdag 13/9/2014 |
| DANSINSTUIF / OPENDEUR     | Zaterdag 20 september 2014         |
| Spaghettivond              | Zaterdag 18 oktober 2014           |
| SVV-weekend = geen les!    | 24 tem 26 oktober 2014             |
| Herfstvakantie = geen les* | 27/10 tem 2/11/2014                |
| Kerstfeest                 | Zaterdag 20 december 2014          |
| Kerstvakantie = geen les*  | 22/12/2014 tem 4/1/2015            |
| Quiz                       | Zaterdag 17 januari 2015           |
| Karnavalbal                | Zaterdag 7 februari 2015           |
| Krokusvakantie = geen les* | 16/2 tem 22/2/2015                 |
| Bingo                      | 8 maart 2015                       |
| Toonmoment Kleuters        | 28 maart 2015                      |
| Paasvakantie = geen les*   | 6/4 tem 19/4/2015                  |
| Jubilarisviering           | Zaterdag 27 juni 2015              |
| Zomervakantie              | 1/7 tem 31/8/2015                  |

**Ook op de volgende feestdagen is er geen les:**

11/11/2014, 5/4/2015, 1/5/2015, 15+16/5/2015, 25/5/2015

\* Zoals u kan zien begint een schoolvakantie op maandag, het weekend ervoor is het dus nog les.  
Voor de specialisatiegroepen wordt er soms door geturnd in functie van wedstrijden.  
Uitzonderingen per groep kunnen steeds, maar worden tijdig gecommuniceerd via leden, briefjes, website ...

## Uurrooster 2014-2015

Dit is de uurrooster voor volgend seizoen.

Enkel 'Dance Mania' en 'Aerobics' zijn van dag gewisseld, de rest is hetzelfde gebleven.

| begin            | einde | Naam              | Leeftijd     | Coördinator |               |
|------------------|-------|-------------------|--------------|-------------|---------------|
| <b>Maandag</b>   |       |                   |              |             | Tel/Gsm*      |
| 18u00            | 19u30 | TT groep 1        | na selectie  | Tanja       | 0499/456.112  |
| 19u30            | 20u45 | Blijf fit         | voor 1994    | Danny       | 0476/692.331  |
| <b>Dinsdag</b>   |       |                   |              |             |               |
| 18u00            | 19u15 | Tieners           | 2004-2003    | Tanja       | 0499/456.112  |
| 19u15            | 20u30 | Pubers            | 2002-2001    | Heidi       | 0473/866.374  |
| 20u30            | 21u45 | Masters           | voor 1994    | Tanja       | 0499/456.112  |
| <b>Woensdag</b>  |       |                   |              |             |               |
| 14u00            | 15u00 | Kleutergym 1      | 2,5 j – 2010 | Christel    | 0479/488.556  |
| 15u00            | 16u00 | Kleutergym 2      | 2010-2009    | Christel    | 0479/488.556  |
| 16u15            | 17u45 | TT jongens        | na selectie  | Danny       | 0476/692.331  |
| 17u45            | 19u15 | TT groep 2        | na selectie  | Karen       | 0494/857.846  |
| 19u15            | 20u30 | Turn(st)ers       | 2000 – 1994  | Kristel     | 0485/058.021  |
| 20u30            | 21u30 | Dance Mania       | Voor 1994    | Yana        | 0495/49.01.58 |
| <b>Donderdag</b> |       |                   |              |             |               |
| 17u30            | 18u15 | Kleuterdans       | 2010-2009    | Ineke       | 0498/664.478  |
| 18u15            | 19u15 | Kinderdans        | 2008-2005    | Stephanie   | 0476/526.137  |
| 20u15            | 21u15 | Aerobics          | Vanaf 16j    | Carina      | 0472/370875   |
| <b>Vrijdag</b>   |       |                   |              |             |               |
| 17u15            | 18u30 | Welpen            | 2008-2007    | Ineke       | 0498/664.478  |
| 18u30            | 19u45 | Kids              | 2006-2005    | Inge        | 0477/687.999  |
| 19u45            | 21u15 | TT groep 3        | na selectie  | Kathleen G  | 0498/251.571  |
| <b>Zaterdag</b>  |       |                   |              |             |               |
| 9u30             | 10u30 | Dance for teens 1 | 2004-2001    | Yana        | 0495/49.01.58 |
| 10u30            | 11u30 | Dance for teens 2 | 2000-1994    | Yana        | 0495/49.01.58 |
| <b>Zondag</b>    |       |                   |              |             |               |
| 10u00            | 12u30 | Lange mat         | na selectie  | Kathleen G  | 0498/251.571  |

## Lidgeld 2014-2015

Het lidgeld bedraagt voor volgend seizoen 75 euro per lid. U kan het lidgeld betalen:

- 70 euro vóór 15 juli 2014 (met dus 5 euro korting én zekerheid op plaats\*) of
- 75 euro vóór 1 oktober 2014 (indien er nog plaats is\*)

*\*: gezien het groot aantal leden van dit seizoen, verwachten we volgend seizoen een ledenstop te moeten invoeren. VOL = VOL. We geven echter onze leden van dit seizoen (en gezinsleden) de garantie dat ze een plaatske hebben indien er ingeschreven en betaald is vóór 15 juli 2014. Daarna zal de volgorde van inschrijving en betaling gevolgd worden, tot aan het maximum aantal leden.*

Het lidgeld dient betaald te worden op rekeningnummer BE64 9611 8111 4452 met vermelding 'lidgeld + naam + afdeling(en)'. Wie een overschrijvingsformulier wenst, kan dit vragen aan de lesgevers of bij het secretariaat.



## Nieuwtjes van de kring (en daarbuiten)

### Q4Gym

Onze club heeft een 'kwaliteits'-audit gehad van onze federatie Gymfed. Ze onderzochten daarbij verschillende aspecten van onze clubwerking op zowel sportief als bestuurlijk vlak. Een positief resultaat leidt ook tot een nieuw 'kwaliteitslabel' (ter vervanging van het vorige IK-GYM-label): het Q4GYM-label. Na enkele weken van voorbereiding, kregen we begin juni de 'auditeur' op bezoek. Ze besprak met ons de verschillende onderdelen, stelde bijkomende vragen en gaf nog wat tips en feedback op onze werking. Het resultaat kunnen we ronduit schitterend noemen. Met een algemene score van 77% mogen we als pure vrijwilligersclub zeer trots zijn.



We zullen ons nieuwe kwaliteitslogo met 'trots' communiceren en gaan aan de slag met de verbeterpuntjes van de audit.

### Nieuwe zaal?

Er is al heel wat over gezegd en geschreven, en we zijn nu ook stilaan 'echt' begonnen met de plannen voor een nieuwe GYMHAL in Stabroek. Een korte stand van zaken:

- De gemeente heeft dit voorjaar beslist dat de beste locatie voor de nieuwe gymhal op het grasveldje aan de overkant van de straat is, en zorgt nu voor de nodige vergunningen om daar te mogen bouwen.
- De gemeente heeft eind 2013 ook beslist om in de loop van de komende jaar mee in te investeren. Het gaat daarbij om een maximum budget van zo'n 1.000.000 euro over enkele jaren verspreid.
- Onze turnkring heeft tijdens de algemene vergadering van 26 april 2014 het licht op groen gezet om met een werkgroep een dossier op te maken voor de bouw van een gymhal. Deze werkgroep bestaande uit enkele ouders en bestuursleden zullen bekijken hoe dat kan gerealiseerd worden.
- Ondertussen zijn ook de eerste gesprekken met de gemeente en turnkring Edelweiss achter de rug. Vanaf september zullen we met de 3 partijen intensiever gaan samenwerken om zo snel mogelijk aan de bouw te kunnen beginnen. Wij hopen tegen 2016 te kunnen bouwen.

### Nieuwe website

Onze webmaster Jorn Van Hoof is met een nieuwe website bezig, die we normaal gezien tegen begin september zullen lanceren. Het is en blijft de bedoeling dat je er de belangrijkste info op terugvindt, zoals de lessenrooster, belangrijke documenten, info over de lesgevers, enz. .

We gaan ook proberen wat meer foto's en verslagen van activiteiten op de website te publiceren, maar daarvoor kan je dikwijls ook terecht op onze facebook-pagina 😊

Heb je zelf nog goede ideeën voor de website, of wil je er af en toe eens iets voor schrijven/doen, laat het ons dan zeker weten, we kunnen ook voor de website nog altijd wat hulp gebruiken.

## Wist je dat ...

... je deze zomer opnieuw heel wat volk van de turnkring tijdens de zomeravonden zal tegenkomen. Een aantal van ons zullen er aan het helpen zijn (toog, bonnekes, ...), de anderen zullen hopelijk aan het genieten zijn van goede muziek en leuke sfeer. En hopelijk blijft het even goed weer als de laatste maanden ☺

... we ook dit jaar weer den toog doen van Stabroek Zingt. Met ne man/vrouw of 8 zullen we daar helpen om de dorstigen te laven, het meezingen moet je zelf doen ☺.

... we op zaterdag 27 september 2014 (bijna) allemaal een rok gaan dragen? Het zijn dan nl. High Land Games. Zorgboerderij Meander (Ronde vzw) organiseert dat al voor het vierde jaar, en wij nemen weer deel als teambuilding. Vanaf 12u beginnen de spelen, en tegen 18u is er een BBQ voorzien. Familie en vrienden zijn welkom om te supporteren!

... we volgend jaar waarschijnlijk weer in groep naar het GYM GALA in Antwerpen zullen gaan. Dat vindt plaats op 13 en 14 december, meer info volgt nog!

... je deze zomer weer opnieuw leuke turnfoto's mag trekken en aan ons bezorgen.

... we volgend jaar opnieuw paasfiguurtjes zullen verkopen, ergens in de maand maart.

