



# **Welkom bij Sportac 86' Deinze**

## **Seizoen 2010-2011**

Turnen in     Deinze  
                  Latem-Deurle  
                  De Pinte  
                  Machelen  
                  Ronse  
                  Zulte

Aangesloten bij de  
***Gymnastiefederatie Vlaanderen vzw***

We heten je van harte welkom bij Sportac 86 Deinze en wensen je een onvergetelijke tijd toe.

### Algemene info Sportac 86 Deinze

Sportac 86 Deinze startte in 1986. In het begin had de club een 250-tal leden, maar de laatste jaren steeg het ledenaantal naar 900. Aanvankelijk startte de club met artistieke gymnastiek en acrobatische gymnastiek, maar nu is er ook rope-skipping, trampoline, tumbling en zijn we actief in op verschillende locaties: Deinze, Latem, De Pinte, Machelen, Ronse en Zulte.

Eind 2005 behaalde Sportac 86 met het glans het IK Gym label. Het kwaliteitslabel verkregen we na een grondige audit op elk niveau. Onze doelstelling bestaat erin om kwalitatieve trainingen aan te bieden in elke afdeling, elke discipline en aan elke leeftijd. We willen de kinderen – ongeacht het niveau – aanzetten tot turnen.

De vele topgymnasten zijn het visitekaartje van de club en zij stimuleren andere jongeren om voor de turnsport te kiezen. Naast deze wedstrijddisciplines is er ook kleutergym, recreatieve gym, gym voor volwassenen, enz...

Wekelijks zijn onze atleten actief in binnen- en buitenland. Enerzijds op wedstrijden en anderzijds op shows en demonstraties. Naast de ontelbare nationale titels behaalden onze gymnasten ook reeds heel wat medailles op Wereld- en Europese kampioenschappen. Ook op organisatorisch vlak wist de club zich reeds meerdere malen te profileren met de organisatie van nationale en internationale wedstrijden en toernooien.

2008 werd bekroond met de titel Tumbling en ACRO club van het jaar, uitgereikt door de Gymnastiekfederatie. Deze trend zette zich verder in 2009 en 2010 waar we terug de titel 'ACROclub' van het jaar verkregen. Eveneens door Stad Deinze werden we gehuldigd voor de sterke prestaties. De benoeming "Sportclub van het jaar" is een mooie erkenning voor iedereen die zich inzet in de club.



## SPORTAC – LID

Het lidgeld wordt betaald in 2 schijven en is afhankelijk van het aantal trainingsuren. Een eerste aanvraag tot betaling mag je verwachten eind augustus (periode van september tot december), een tweede betaling volgt in januari (periode van januari tot juni). Voor de wedstrijdgyrnasten volgt een 3<sup>e</sup> schijf voor de trainingen tijdens de zomer.

Gezinnen waarvan er meer dan twee kinderen bij Sportac actief zijn, betalen voor het derde (en eventueel vierde) kind jaarlijks 15 Euro. Dit is ook de prijs die niet-sporters en volwassenen betalen om bij Sportac aan te sluiten.

Inschrijven kan per semester. Het eerste semester loopt van september tem december. Inschrijven kan hier tot en met 15 oktober. Het 2<sup>e</sup> semester start na de kerstvakantie en loopt tot juni. Aansluiten bij een trainingsgroep kan tot 1 februari. Op die manier kunnen we kwalitatieve trainingen garanderen.

Als lid van Sportac ben je verzekerd, ontvang je het clubblad 'Sportac Contact' en heb je recht op 50% korting op alle door de gymnastiekfederatie georganiseerde wedstrijden.

De betaling van de lidgelden gebeurt via overschrijving op onze rekening of contant bij de zaalverantwoordelijke. Vergeet bij een overschrijving vooral je naam niet in de mededeling te plaatsen. Als je contant betaalt moet je een betalingsbewijs ontvangen.

**Alleen wie het lidgeld betaalde kan verzekerd worden, niet betaald = niet verzekerd!!**

Je kan een Sportac Erelid worden door een minimumbijdrage van 50 euro, hiervoor ben je 1 jaar erelid en daarbovenop ontvang je een VIP uitnodiging voor onze 2-jaarlijkse Sportac Turnshow. Verder ontvang je ook ons driemaandelijks clubblad "Sportac Contact".

## SPORTSEIZOEN

Het sportseizoen gaat van start de tweede week van september. Het is echter geen enkel probleem om tijdens het jaar bij ons aan te sluiten. In de vakanties is er enkel training voor de competitiegroepen.

Onze degelijk opgeleide, en permanent bijgeschoolde, trainers zorgen ervoor dat de noodzakelijke opwarming en het aanleren van nieuwe - soms moeilijke - bewegingen en sprongen op een aangename wijze doorgaan.

Doordat wij steeds in groep trainen is de discipline zeer belangrijk: volg de richtlijnen van de trainers dan ook steeds stipt en correct op. Zo wordt niet nodeloos tijd verloren tijdens de lessen en kan iedere minuut gebruikt worden om te bouwen aan lenigheid, kracht en uithoudingsvermogen.



## SPORTAC - aanbod

De kleutertjes leven zich op een speelse manier uit op woensdag en/of zaterdag. De oudere gymnasten en skippers worden heel specifiek begeleid in kleinere groepjes die worden gevormd op basis van leeftijd en niveau. Op deze manier leert ieder individu het snelst nieuwe dingen aan en is iedere les weer een uitdaging. Sportac heeft ook een aanbod voor de volwassenen, waar naast het sportieve ook amusement centraal staat.

Heb je voldoende talent en motivatie om aan wedstrijden deel te nemen, dan kan je door de trainers voor de diverse **competitieploegen** geselecteerd worden. Deze specialiseren zich in een bepaalde discipline (acrobatische gymnastiek, artistieke gymnastiek heren, trampoline, tumbling of rope-skipping).

Iedereen die reeds over een zekere basisvaardigheid bezit deelnemen aan recreatieve lessen waar **tumbling** specifiek worden beoefend. Er is ook een **trampolineploeg** waar geoefend wordt op de dubbele mini- én op de grote trampoline. Verder kun je ook heel plezierig sporten in onze lessenreeksen **rope-skipping**.

Kom gerust eens kijken, of beter nog, volg een gratis proefles!

Je merkt dat onze leden, bij officiële gelegenheden een T-shirt, eigen aan Sportac, dragen. Deze **kledij** is ons embleem. De T-shirts zijn het ganse jaar door gratis verkrijgbaar. Indien je een Sportac-training wil aanschaffen, contacteer je best het secretariaat.

## DE VERZEKERING

Elk lid van Sportac is verzekerd voor ongevallen op weg van huis naar de sporthal, tijdens de les en op weg van de sporthal naar huis. De verzekering geldt ook voor de door ons georganiseerde randactiviteiten. De volledige polis kan je raadplegen op [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) onder de rubriek downloads. Verlaat bij een kwetsuur nooit de les zonder je lesgever hiervan op de hoogte te brengen. Elk ongeval dient binnen de 24 uur aangegeven te worden! De lesgever geeft dan een ongevallenformulier mee met het slachtoffer.

Het slachtoffer vult de rubriek "identiteit van het slachtoffer" in (onderaan op de voorpagina). Vergeet je handtekening niet te plaatsen onderaan de voorzijde van het blad! De rubriek "Medisch attest" wordt (volledig) ingevuld door de behandelende geneesheer. Dit blad wordt dan zo snel mogelijk terug bezorgd aan het SPORTAC-secretariaat, dat je dossier doorstuurt en opvolgt. Na verloop van tijd krijg je de nodige papieren thuis opgestuurd. Het is noodzakelijk alle briefjes van uw remgeld te bewaren alsook briefjes van de apotheker. Wij willen de ouders erop wijzen dat de verzekering een franchise aanhoudt van 25 Euro. Elk dossier wordt afgesloten met een genezingsattest.



## ONZE LOCATIES

Sportac is actief op verschillende locaties. Overal wordt gezorgd voor degelijke accommodatie, laten we er met zijn allen zorg voor dragen. Naast onze hoofdafdeling te Deinze, zijn we ook in Machelen-Zulte en in De Pinte actief, daar trainen respectievelijk op maandag en woensdag de ropeskippers. Sportac heeft tevens drie bloeiende nevenafdelingen in Sint-Martens Latem, Ronse en Zulte.

In Deinze zorgde de stad voor een volledig uitgeruste gymnastiekhal. De club en de stad leveren bijzondere inspanningen om de turntoestellen correct te onderhouden en op tijd te vernieuwen.

Dit is een dure aangelegenheid en het is dan ook volstrekt noodzakelijk zich te houden aan volgende belangrijke stelregel: **nooit mag er in de valkuil gesprongen worden of aan de toestellen geturnd worden zonder toelating van de trainers!**

Zorg er tevens voor dat je steeds turnpantoffels bij hebt die je enkel en alleen in onze zaal gebruikt. Ben je ze vergeten, of heb je ze nog niet, dan is er geen enkel probleem om blootsvoets of op je sokken mee te turnen.

Eten en frisdranken zijn in geen enkele sportzaal toegelaten. Een drinkbus gevuld met water kan wel mee (in je sportzak). Kauwgom of juwelen zijn gevaarlijk en bijgevolg uit den boze!

Denk ook aan de netheid van de kleedkamers! Laat geen papiertjes of andere rommel rondslingeren, vuil hoort in de vuilnisbak. Neem na de les ook steeds alle kledij die je mee had terug mee naar huis. Laat geen waardevolle voorwerpen achter in de kleedkamers: uurwerken, juwelen en portefeuilles kunnen tijdens de les toevertrouwd worden aan de trainers. Laat echter voor alle zekerheid zo veel mogelijk van dit gerief thuis!

Sportcomplex Palaestra Deinze  
Kastanjelaan 35  
9800 Deinze

Turnzaal Sint-Vincentius  
Peter Benoitlaan 40  
9800 Deinze

Sporthal Deurle-Latem  
Hoge Heirweg 64  
9830 Sint-Martens-Latem

Gemeenteschool Machelen  
Waalstraat 116  
9870 Machelen

Sporthal t'Rosco  
De Biesestraat 2  
9600 Ronse

Gemeentelijke Sporthal Zulte  
Waalstraat 118  
9870 Zulte



## COMPETITIEGYMNASTEN

Gymnasten die deelnemen aan A-wedstrijden gymnastiek en in het jaar van de wedstrijden 10 jaar zijn of worden moeten een medisch geschiktheidattest indienen. Ook alle skippers die 18 zijn of worden en die deelnemen aan competities moeten een attest indienen.

Deze attesten alsook een lijst met erkende sportartsen kan je steeds aanvragen bij Griet. Het attest moet ingevuld aan Griet bezorgd worden voor eind oktober.

Het lidgeld tijdens het tweede semester ligt iets hoger en dient voor de wedstrijdlicenties, inschrijvingen en aanvullende verzekering bij de federatie. Vakantietrainingen zijn in het lidgeld inbegrepen, dit met uitzondering van de trainingen en stages tijdens de maanden juli en augustus, die afzonderlijk ingepland en betaald worden.

Uitslagen van alle wedstrijden kan men steeds raadplegen en afdrukken op onze eigen website of je kan terecht op de website van de federaties: [www.gymfed.be](http://www.gymfed.be) voor de gymnastiek, [www.brsf.be](http://www.brsf.be) voor de rope-skipping. Je vindt er tevens de geldende reglementeringen en alle praktische informatie betreffende jouw discipline terug.

Indien je wegens ziekte niet deelnam aan een wedstrijd moet je binnen de 3 dagen na de competitie een afwezigheidattest aan je trainer bezorgen. Indien dit niet gebeurt, krijgt de club een boete (ook al is het bijvoorbeeld de laatste wedstrijd van het seizoen en niet meer belangrijk voor je selectie)!!

Let op bij het gebruik van medicatie, raadpleeg de clubarts of je huisarts om zeker te zijn dat de gebruikte middelen niet op de verboden lijst voorkomen! Iedereen kan immers ten alle tijde getest worden. Zie ook [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be)

Draag steeds de Sportac kledij, verzorg je haar en gebruik wat make-up, het publiek en de jury weten dit te appreciëren.

Controleer steeds je sportzak vooraleer je vertrekt zodat je niets vergeten bent (kledij, muziek, lijm, doosje met magnesium, ...). Als je een oefening op muziek brengt zorg je er best voor dat je over een reservekopij beschikt. Je weet immers nooit! Gebruik bij voorkeur CD, de afspeelsnelheid is stabiel. Indien er toch nog met cassettes wordt gewerkt, zorg er dan voor dat deze werden teruggespoeld.

Wees steeds sportief en zorg ervoor dat je degelijk opwarmt, zo vermijd je kwetsuren!!



## COMMUNICATIE

Wij danken je dat je de stap zet om lid te worden van Sportac '86 Deinze. Vanaf nu ben je onze ambassadeur of ambassadrice

De meest recente info kan je vinden op onze website [www.sportac86.be](http://www.sportac86.be)

Sportac is ook steeds via E-mail bereikbaar: [info@sportac86.be](mailto:info@sportac86.be). Dit adres kan je ook gebruiken voor sportieve zaken of boekingen van demonstraties.

Volg aandachtig alle mededelingen op de informatieborden in de zaal. In de turnhal vind je bovendien een brieven- en ideeënbus (onder het prikbord).

Op sportief vlak wordt alles in goede banen geleid door onze sportieve coördinator, Griet Allaert. Griet is bereikbaar op het nummer 0496 101 442 of per e-mail [info@sportac86.be](mailto:info@sportac86.be)

We hebben bijkomend per zaal/afdeling een extra verantwoordelijke die Griet administratief bijstaat.

Verantwoordelijke in Latem:	Sandra	0472 69 87 55
Verantwoordelijke in Ronse:	Charlotte	0478 51 62 05
Verantwoordelijke in De Pinte:	Isabel	0485 36 35 19
Verantwoordelijke rope skipping Deinze en Machelen	Sofie	0476 28 58 33
Verantwoordelijke in Zulte:	Hanne	0472 40 04 65

Zorg ervoor dat je tijdig een exemplaar van ons felbegeerd clubblad te pakken krijgt.

'Sportac Contact' verschijnt 3 keer per jaar en komt tot stand door een heuse redactieraad. Het clubblad is er VOOR en DOOR onze leden. Schrijf dus gerust ook zelf eens een artikel en stop het in de brievenbus of bezorg het aan iemand van de redactieraad of aan je train(st)er. De efficiëntste weg is je artikel rechtstreeks mailen naar Filip Vanparys, de coördinator van de redactieraad via [filip.vanparys@skynet.be](mailto:filip.vanparys@skynet.be)

Heb je het moeilijk bij sommige zaken, contacteer dan een verantwoordelijke of geef je mening te kennen via de ideeënbus. Elke opmerking wordt op de bestuurs- en technische vergaderingen steeds aandachtig behandeld. Alhoewel het niet mogelijk is op alle individuele vragen of eisen in te gaan proberen wij er altijd voor te zorgen dat iedereen tevreden is bij Sportac. De trainers en het bestuur zijn er immers voor jullie!

Wij stellen u dan ook graag de raad van beheer voor:

- De voorzitter                      Didier Dejaeghere
- De vice-voorzitter                Jacques De Ruyck
- De penningmeester                Martine Van Moer
- Secretaris                            Griet Allaert
- Bestuurslid                            Filip Vanparys
- Bestuurslid                            Hilde Beyaert
- Bestuurslid                            Jan De Neve
- Bestuurslid                            Koen Gussé
- Bestuurslid                            Sabine Algoet
- Bestuurslid                            Peter Maesele
- Bestuurslid                            Menno Vanderghote

Sportac '86 Deinze heeft het geluk te kunnen rekenen op een grote ploeg vaste medewerkers. Deze vrijwilligers hebben elk hun specialisatie en verantwoordelijkheid en zorgen er gezamenlijk voor dat iedere Sportac organisatie telkens opnieuw een groot succes mag genoemd worden! Wil jij ook actief zijn in onze grote club? Laat het ons weten!

