



## LEIDRAAD VOOR DE RECREATIE TURNEN

### Voorwoord

Welkom bij Sportvereniging Zilvermeeuw Altena. Onze vereniging is een omnisportvereniging waarbij de sporten recreatie gymnastiek, selectie turnen, ritmische gymnastiek, streetdance, badminton en volleybal kunnen worden beoefend. Kinderen die op recreatief niveau aan gymnastiek doen, hebben binnen de vereniging de mogelijkheid om naar wedstrijdniveau turnen toe te werken. Doel van deze leidraad is alle zaken die betrekking hebben op deelname aan de recreatie gymnastiek voor u op een rijtje te zetten. Wij raden u aan deze leidraad goed te bewaren, zodat u er altijd op terug kunt grijpen als dat nodig is. Voor actuele informatie door het jaar heen, verwijzen wij u graag naar onze eigen website [www.zilvermeeuwaltena.nl](http://www.zilvermeeuwaltena.nl). Veel plezier en succes toegewenst tijdens dit sportseizoen.

Bestuur en leiding Sportvereniging Zilvermeeuw Altena

## **1. Gymnastiek**

Bij De Zilvermeeuw kan er vanaf jonge leeftijd worden deelgenomen aan gymnastieklessen. Het leuke van deze lessen is dat iedereen eraan mee kan en mag doen. Je hoeft geen ster te zijn op de brug ongelijk of op de balk. Iedereen die het leuk vindt om een uur in de week te turnen is welkom. De recreatiegroepen nemen geen deel aan de competitie. Wel worden ieder jaar Clubkampioenschappen gymnastiek/turnen georganiseerd waaraan iedereen mee kan doen. De lessen zijn altijd gevarieerd en worden op een leuke en gezellige manier gegeven. Plezier in het bewegen staat voorop!

Ook is er peuter- en kleutergym. Hier kan al mee worden begonnen op 3-jarige leeftijd. Bij peuter- en kleutergym worden de motorische vaardigheden op een speelse en uitnodigende manier vergroot. Je oefent om steeds leniger en soepeler te worden. Een gezonde basis door allerlei manieren van bewegen: klimmen, klauteren, duikelen, balanceren, zwaaien en rollen. Gymnastiek doe je altijd met elkaar. Een deel van de gymlessen wordt gegeven in de Vlietstraat in Sleeuwijk en een deel in 't Rondeel in Woudrichem. Op de website kunt u het actuele lesrooster terugvinden.

Wanneer uw dochter (De Zilvermeeuw heeft geen selectiegroep voor jongens) in aanmerking komt voor turnen op wedstrijdniveau (selectiegroep), wordt zij hiervoor uitgenodigd. Of ze in aanmerking komt wordt beoordeeld door de leiding van de recreantengroepen in overleg met de leiding van de selectiegroepen. Hierbij wordt gekeken naar verschillende factoren. Zo wordt niet alleen gekeken naar wat uw dochter op dat moment kan, maar vooral wat ze in zich heeft om te kunnen en te willen leren. Daarnaast zijn factoren als motivatie, inzet en fysieke capaciteiten (kracht, lenigheid, etc.) ook erg belangrijk tijdens een beoordeling. Mocht uw zoon in aanmerking komen voor turnen op wedstrijdniveau, dan zal de leiding in overleg met u en uw zoon zoeken naar een passende oplossing bij een andere turnvereniging in de buurt.

Nieuwe selectie leden krijgen in overleg met de desbetreffende trainer een proefperiode van 1 maand. Na deze proefperiode volgt, bij wederzijds goedvinden, plaatsing bij een selectiegroep. Daarnaast zal er twee keer per jaar een beoordeling worden gedaan door de leiding van de selectiegroepen om te kijken of de leden nog voldoen aan de normen die door de turnbond KNGU zijn vastgesteld om op wedstrijdniveau te turnen. Deze beoordeling wordt gedaan d.m.v. een beoordelingsformulier dat door de leiding zal worden ingevuld. Over de uitslag van deze testen wordt niet gediscussieerd met kinderen en/of ouders.

### **Groepsgrootte**

Afhankelijk van de leeftijd en het niveau wordt de groepsgrootte bepaald. Op jongere leeftijd heeft het werken met grote groepen (maximaal 25 kinderen) de voorkeur. Sociale processen zijn erg belangrijk voor de ontwikkeling van kinderen. Zowel binnen de recreatie als binnen de selectie is er altijd één trainer aanwezig die in het bezit is van een geldige licentie afgegeven door de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie (KNGU) om de kwaliteit en veiligheid tijdens de lessen te waarborgen.

### **Afmelden training**

Om vooruitgang te boeken is het noodzakelijk zo vaak als mogelijk is op de training aanwezig te zijn. We vinden het voor onze jeugdleden heel belangrijk dat ouders hun kind afmelden als door ziekte of vanwege een andere reden niet kan worden meegetraind. Als kinderen zonder afmelding niet op de training verschijnen, maakt onze leiding zich namelijk zorgen. Er kan immers iets met het kind gebeurd zijn op weg van huis naar de training waardoor er snel moet worden gehandeld. We gaan ervan uit dat kleuters door ouders/verzorgers worden gebracht. Ouders van oudere kinderen kunnen afmelden bij de leiding.

### **Lidmaatschap KNGU**

Om deel te kunnen / mogen nemen aan wedstrijden die door de KNGU georganiseerd worden, dient men lid te zijn van deze bond. Het lidmaatschap geeft recht op:  
- reductie op het tarief voor deelname aan de door het Ministerie van VWS erkende KNGU opleidingen.

- reductie op het tarief voor workshops, bijscholingen etc.
  - mogelijkheid tot deelname aan wedstrijden en extra trainingen georganiseerd door de KNGU
  - ongevallenverzekering van de KNGU.
  - Reductie op deelname aan zomerkampen
  - Deelnemen aan alle recreatieve- en competitieve evenementen in rayon Dordrecht of District Zuid Holland
- Alle leden van De Zilvermeeuw, ongeacht de sport die ze beoefenen, zijn lid van de KNGU.

### **Kleding**

Voor de recreanten is het niet verplicht om een pakje met de kleuren van de vereniging te dragen. Voor uitvoeringen en Clubkampioenschappen is het wel leuk als iedereen uniforme kleding heeft. Pakjes voor de recreatie gymnastiek kunt u aanschaffen. Er zijn ook tweedehands pakjes verkrijgbaar. Zie hiervoor de website \_ contact\_ leiding.

### **2. Regels en afspraken**

Het bestuur van De Zilvermeeuw en de leiding doen er alles aan om trainingen en wedstrijden optimaal te laten verlopen. Samen met de vrijwilligers worden heel wat uren aan de vereniging besteed. Het is daarom belangrijk dat er regels zijn die zorgen voor duidelijkheid en structuur. Alle onderstaande regels zijn bedoeld om de les optimaal te laten verlopen en het onderlinge contact tussen u, uw kind en de leiding optimaal te laten verlopen. Als alle partijen zich aan deze regels houden, kunnen we in de praktijk tot een goede samenwerking komen.

Regels voor de recreatie gymnastiek:

- Uw kind is minimaal tien minuten voor aanvang van de les aanwezig.
  - Kan uw kind niet meetraineren, dan moet er minimaal een dag van te voren worden afgemeld bij de leiding. Alle kinderen nemen deel aan de warming-up.
  - Persoonlijke standaard benodigdheden (turnleertjes, polsbandjes, extra sokken, etc.) worden zelf meegebracht.
  - In de kleedkamer en tijdens de training gedraagt iedereen zich correct.
    - normaal taalgebruik.
    - naleven van regels en afspraken tijdens de les.
    - turnen in turnkleding.
    - lange haren in een staart.
    - korte nagels.
    - sieraden (ook oorbellen) en piercings zijn niet toegestaan.
    - geen kauwgom, snoepgoed en drink- en etenswaren in de zaal.
  - Tijdens de lestijden hebben alleen leiding en kinderen toegang tot de zaal. U wordt vriendelijk verzocht te zaal te verlaten zodra de training is begonnen. Als u uw kind ophaalt is het mogelijk om de laatste tien minuten van de les te kijken.
  - Uw kind blijft tijdens de les in de zaal.
  - Uw kind heeft een juist telefoonnummer van u bij zich, zodat in geval van nood (ongeval) contact met u kan worden opgenomen.
  - Als er zich problemen van welke aard dan ook voordoen, dan dient u dat in eerste instantie te bespreken met de leiding. Gegevens van de leiding vindt u op de website. Kan een probleem niet in onderling overleg worden opgelost, dan bestaat de mogelijkheid om contact op te nemen met het secretariaat.
- Het bestuur buigt zich over een kwestie als u er met de leiding niet uitgekomen bent.
- Mocht u iets met de leiding willen bespreken, dan kan dat na afloop van de les.
  - De leiding en het bestuur gaan niet in discussie met ouders over beslissingen met betrekking tot het niveau van de kinderen en de groepsindeling.

Regels voor de leiding:

- Bij ziekte wordt zoveel mogelijk geprobeerd om vervanging te zoeken. Lukt dat niet, dan zal de leiding z.s.m. aan de betrokken kinderen laten weten dat de les vervalt.
- Tijdens iedere les zal ernaar worden gestreefd dat er een assistent aanwezig is die hand- en spandiensten kan verrichten en kan helpen met vangen.

### **Financiën**

Alle informatie over contributie, betalingsvoorwaarden en opzeggingen kunt u terugvinden op onze website. Opzeggingen moeten minimaal vier weken voor aanvang

van het volgende kwartaal worden doorgegeven via het uitschrijfformulier, te vinden op de website, aan de ledenadministratie: [leden@zilvermeeuw.nl](mailto:leden@zilvermeeuw.nl)  
Raadpleeg onze website voor de contributie.

#### 5. Verzekering

Het beoefenen van een sport houdt in dat je een bepaald risico accepteert. Hoewel dit risico nooit is uit te sluiten, probeert de vereniging het wel te minimaliseren. Alle leden van de Zilvermeeuw zijn lid van de KNGU. Bij dit lidmaatschap is een ongevallenverzekering inbegrepen. Het betreft een WA en ongevallen verzekering tegen de bij de KNGU geldende regelingen (zie ook de site [www.kngu.nl](http://www.kngu.nl)).

#### 6. Vertrouwenspersoon

De vereniging heeft een vertrouwenspersoon aangesteld die u kunt benaderen als u een vertrouwelijke kwestie wilt bespreken die u in eerste instantie niet aan leiding en/of bestuur wilt voorleggen. Voor contact met onze vertrouwenspersoon zie website

#### 7. Vrijwilligers en verenigingsbeleid

De Zilvermeeuw verwacht van ouders/verzorgers betrokkenheid in de vorm van vrijwilligerswerk. Zonder uw medewerking wordt het in stand houden van de vereniging zeer moeilijk en is het organiseren van activiteiten en deelname aan wedstrijden niet mogelijk. Voor coördinator vrijwilligerswerk zie website

Zij gaat voor de vereniging verschillende vrijwilligerscommissies opzetten. We hopen daardoor de Zilvermeeuw meer vorm en stabiliteit te geven.

U kunt ook dit jaar door haar benaderd worden met het verzoek mee te helpen bij de organisatie van een activiteit t.b.v. de vereniging. We hopen natuurlijk dat u hieraan gehoor wilt geven.

U kunt natuurlijk ook zelf contact als u zich wilt inzetten als vrijwilliger. Graag zelfs!