



MAANDELIJKSE NIEUWSBRIEF OKTOBER 2025

Kalender oktober

- 20/10 - Start inschrijvingen spaghettidag
- 20/10-26/10 - Vriendjesweek
- 27/10-02/11 - Herfstvakantie - GEEN recreatrainingen

Inhoud nieuwsbrief

- Week van de Official - [p. 2](#)
- Vriendjesweek - [p. 2](#)
- Brevettendag - [p. 3](#)
- Spaghettidag - [p. 3](#)
- Recreawedstrijden - [p. 4](#)
- Recap september - [p. 5](#)
- Meet our heroes - [p. 6](#)

Meet our heroes

Onze clubshow staat dit seizoen in het thema van 'superheroes'. Laat onze trainers nu de helden van onze club zijn!

Maak elke maand kennis met enkele trainers, volledig in het 'superhelden'-thema! Zie het als een soort vriendenboekje...

Leer Lore, Julie, Caro en Jara deze maand kennen op [p. 6-7!](#)



**Join het JumpXtreme
WhatsApp-kanaal!**

*Wees als eerste op de hoogte van
nieuwsbrieven, evenementen,
trainingen, ...*

Week van de Official

Onze juryleden verdienen de nodige shine!



Wist je dat ook bij rope skipping juryleden nodig zijn? Zowel op recreatieve als competitieve wedstrijden zorgen juryleden dat alle skippers correct worden beoordeeld. Dat gaat van tellen tot muzikaliteit, moeilijkheid, ... beoordelen.

Met de 'Week van de Official' (4 tot 12 oktober 2025) bedanken we hen daarom extra hard. Jurylid worden en zijn vraagt toewijding. Naast verschillende opleidingsdagen en bijhorende examens, zijn zij bereid om dagen lang te jureren. Een niet de onderschatten taak!

Ook de voorbije weken engageerden enkele skippers zich om een juryopleiding te volgen en examen te doen. Met trots melden we dat we weer wat juryleden rijker zijn!

Vriendjesweek

Laatste week voor de herstvakantie = traditiegetrouw vriendjesweek!

Ga NU op zoek naar al jouw vriendjes die graag eens mee komen springen! Waarom? Tijdens de week van **20 tot en met 26 oktober** is het vriendjesweek. Nog een laatste keer alles geven voor we nadien een weekje uitrusten.

Bij alle **recreagroepen** mogen skippers één of meerdere vriendjes meenemen. Help jij mee nog meer mensen te overtuigen van onze toffe sport? Wie weet krijg je jouw vriendjes overtuigd en spring je vanaf dan elke week samen! Onze trainers voorzien trainingen die geschikt zijn voor iedereen, met of zonder ervaring.



Brevettendag

Eén van de tofste clubactiviteiten staat weer voor de deur!

Zondagvoormiddag **23 november** staat dan nu in jullie agenda! We verwachten alle skippers op onze jaarlijkse brevettdag. Voor welke button ga jij?

Tijdens de trainingen oefenen alle skippers op brevetten. Starten doen we met basis 1 en 2, nadien kunnen skippers overgaan naar crosses, multiples, powers & gym, double dutch, ... Voor ieder wat wils! Elke categorie werkt opbouwend, waarbij eerst brevet 1 behaald wordt, nadien brevet 2, ...

Tijdens de brevettdag komen de skippers dan samen om te laten zien waarop ze zo hard geoefend hebben. Behaal je een brevet? Dan krijg je een coole button én attest!

➔ **Check hier alle mogelijke brevetten!**

Meer info en inschrijvingen in de nieuwsbrief van november!



Steun deze toppers!

Spaghettidag

Hap, hap, hap... Onze lekkere spaghetti wil je niet missen!

Kom op **zondag 23 november** naar onze spaghettidag. De competitieskippers en het oudercomité slaan opnieuw de handen in elkaar om jullie te voorzien van overheerlijke spaghetti bolognese of vegetarische spaghetti.

Waarom afkomen?

- A volonte spaghetti én een heerlijk dessert voor slechts €16 (-13j: €13)
- Bediening door enthousiaste competitieskippers en het oudercomité
- Je steunt onze competitie- én clubwerking!

Kom langs tijdens één van de twee shiften (11u30-14u30 of 16u-20u) in Zaal Familie in Berlaar-Heikant (Aarschotsebaan 105).

Inschrijven kan vanaf 20 oktober via [deze link](#).

Recreawedstrijden



Zin in een extra uitdaging in het voorjaar?

Als recreaskipper op zoek naar een extra uitdaging? Dan zijn de recreawedstrijden vast iets voor jou!

Dit jaar kunnen onze recreaskippers, van juniors tot volwassenen, begeleid door hun coaches, opnieuw deelnemen aan 2 recreawedstrijden georganiseerd door Gymfed. In een leuke wedstrijdvorm nemen ze het op tegen andere skippers uit heel Vlaanderen. Medaille gegarandeerd!

RECREACUP

- Op **zaterdag 24 januari** staat een Recreacup in Westerlo op de agenda. Hier worden 8 single rope proeven gesprongen, waarvan 2 zotte verrassingsproeven. Heb je al eens samen met een botsende tennisbal gesprongen? De 6 andere proeven zullen jullie op training inoefenen. Inschrijven kan via deze link voor 14 november!

CHALLENGE DAY

- **Zondag 1 maart** kunnen teams van 3-4 personen het tegen andere teams opnemen in 10 challenges op de Challenge Day in Oudenaarde. Op deze wedstrijd komen alle vormen van rope skipping aan bod. Het team met het minste aantal seconden op alle proeven samen wordt beloond met gouden medailles. Inschrijven met je team kan via deze link voor 14 november. Elk lid van het team schrijft zich in!

Plezier, teambuilding en uitdaging gegarandeerd! Deelnemen aan een recreawedstrijd kost 10 euro. Inschrijven kan tot en met vrijdag 14 november! Nadien kunnen de skippers zich goed voorbereiden tijdens de trainingen.

Recap september

Onze maandelijkse recap, lees het hier!

Maandelijks lees je in onze nieuwsbrief wat we de voorbije maand uitspookten.

MAAND VAN DE SPORTCLUB

Op 1 september ging ons nieuwe seizoen van start. Gedurende de hele maand waren skippers welkom om onze sport uit te proberen. Vele nieuwe gezichten kwamen eens een kijkje nemen, maar we zagen vooral veel bekende gezichten terug. Dit seizoen zijn jullie opnieuw met meer dan 100 skippers, één voor één gemotiveerd voor een tof seizoen!

*JumpXtreme
present op
scholen tijdens
'dag van de
sportclub'*



(c) Sport Vlaanderen



OPLEIDING HULPTRAINERS

Zag jij al nieuwe trainers op training?

Dit seizoen mogen we verschillende nieuwe hulptrainers verwelkomen. Begin september zorgden we voor een opleidingsmoment. Zo hebben zij voldoende kennis om mee onze trainingen te ondersteunen.

Wist je dat onze hulptrainers instaan voor de opwarmingen, het ondersteunen van hoofdtrainers, ...? Onmisbaar in onze club!



Meet our heroes

Onze clubshow staat dit seizoen in het thema van 'superheroes'. Laat onze **trainers** nu de helden van onze club zijn!

Maak elke maand kennis met enkele trainers, volledig in het 'superhelden'-thema! Zie het als een soort vriendenboekje...



Lore

Beloften



Lore, hoofdtrainster van de beloften, springt al 14 jaar. Ze geeft 6 jaar training, waarmee ze in de voetsporen treedt van de trainers die ze vroeger zelf bewonderde.

Met welke superheld kan je Lore vergelijken? **'Doctor strange'**, passend bij haar studies geneeskunde en haar leergierigheid.

Nog enkele weetjes:

- Rope-skippping superkracht: Multiples en Gymnastics
- Een superkracht die ze graag wilt? Zichzelf kunnen klonen om te kunnen multitasken. Een voorbeeld? Alle skippers tegelijk aandacht geven op training!
- Contacteer Lore voor al jouw baktips als fanatiek bakker.

Julie? Dat is één van de drijvende krachten achter onze club! Met 20 jaar ervaring als skipper en 11 jaar als trainer, weet ze als geen ander hoe de club werkt. Als trainer startte ze ooit om haar passie te kunnen delen met jongeren en de sport te doen groeien.

Vergelijk haar gerust met **'Avatar Aang'**, waarmee ze gelooft dat ieder zijn eigen krachten heeft, maar deze via trial en error moet ontdekken en leren inzetten. Aang is de 'master of elements', wat een knipoog is naar haar passie voor chemie.

Nog enkele weetjes:

- Rope-skippping superkracht: Ritmegevoel en wheels
- Haar superheldennaam: **'Guardian of the skippers'**
- Julie is de 'Master of all elements', want je vindt haar meestal terug in een labo!

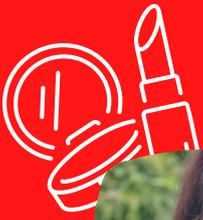


Julie

Volwassenen / Demo A



Meet our heroes



Caro

Juniors

Skippers zien groeien, dat is wat Caro zoveel voldoening geeft als trainer. Met 16 jaar ervaring als skipper en 4 jaar als trainer, kent ze alle kneepjes van het vak om iedere skipper de nodige uitdaging op eigen niveau te geven.

Je kan haar ook wel vergelijken met de superheld **'Rox'**. Bij Rox staat falen niet in de woordenboek, net zoals bij Caro!

Nog enkele weetjes:

- Rope-skipping superkracht: Chinese Wheel
- Haar superheldennaam: **'Super Beauty'**, passend bij haar job als make-up artieste.
- Rope skipping haar enige hobby? Neen, je vindt haar ook in het bestuur van de fanfare van Berlaar!

Jara wordt gelukkig van met kinderen bezig zijn, hen aan te moedigen en te zien groeien. Reden te meer om hulptrainer te worden!

Wie kent **'Superman'**? Iedereen, toch? Jara vergelijkt zich hier graag mee omdat hij vele mensen helpt, het goede in iedereen ziet en zich soms wat naar de achtergrond verschuift om anderen te helpen!

Nog enkele weetjes:

- Rope-skipping superkracht: Chinese Wheel
- Haar superheldennaam: **'De geduldige wachter'** met haar engelengeduld, ideaal als trainer!
- 12 jaar ervaring als skipper, 4 jaar als trainer
- Een hart van goud? Zeker, zo doneerde ze al 4 keer 30cm van haar haar om pruiken te kunnen maken.



Jara

Juniors

Foto's



@jumpxtremeberlaar

Check voor meer foto's en video's!



Trooper

Trooperen maar! Steun ons tijdens jouw online aankopen.

Nog niet bekend met Trooper? We leggen het hier kort nog eens uit!

- Zoek onze Trooperpagina op www.trooper.be, of klik [hier](#).
- Zoek de webshop waar je wil aankopen.
- Doe je aankoop zoals anders.
- Wij krijgen een klein percentage van jouw aankoopbedrag!

Enkele selectie uit de webshops: Bol., Booking.com, Coolblue, Delhaize, Ikea, Amazon, Zooplus, Center Parcs, Landal, MediaMarkt, TakeAway.com, Torfs, Hema, ...



Passeer eerst via **trooper.be**
als je online shopt en steun ons

Hooi! Dat is toch maar een kleinigeitje?

TROOPER

www

Vooruit met de geit!
Ga naar trooper.be en zoek onze vereniging

shopke

Zoek een webshop.

Shop zoals altijd.
Het kost je niks mmeeiir.

De webshop steunt ons met een % van je aankoop.

bol.com **cool blue** **Booking.com** **..jbc** **AKS Adventure** **FARMALINE** **TORFS** **zooplus**

En meer dan 1.000 andere shops!

Kalender

TIJDENS DE VAKANTIES VINDEN ER GEEN TRAININGEN PLAATS.

| Datum | Activiteit |
|--------------------------------|------------------------------------|
| 01 september 2025 | Start seizoen |
| 20 oktober - 26 oktober 2025 | Vriendjesweek |
| 27 oktober - 02 november 2025 | Herfstvakantie |
| 23 november 2025 | Spaghettidag + Brevettendag |
| 22 december - 04 januari 2026 | Kerstvakantie |
| 24 januari 2026 | Recreacup |
| 26 januari - 01 februari 2026 | Familieweek |
| 16 februari - 22 februari 2026 | Krokusvakantie |
| 01 maart 2026 | Challenge day |
| 04 april 2026 | Clubshow |
| 06 april - 19 april 2026 | Paasvakantie |
| 18 april 2026 | Clubdag |
| 31 mei 2026 | Einde seizoen |

Kalender inclusief wedstrijden: www.jumpxtreme.be

Trainingslocaties

Sportschuur
Heistsebaan 83
2590 Berlaar-Heikant

Turnzaal Berlaar
Sollevelden 5
2590 Berlaar

Sporthal Putte
Mechelbaan 604
2580 Putte

Clubshop

Ben je op zoek naar een nieuw touw? Dat kan je aankopen op training via onze trainers!

Koop je graag clubkledij (t-shirt of pull)? Bestel jouw kledij eenvoudig online via de webshop.

Webshop 

Contact

 www.jumpxtreme.be

 info@jumpxtreme.be

 0467/00.95.75



@jumpxtremeberlaar

*JumpXtreme vzw - 0751.489.088
Valkenhof 40, 2590 Berlaar*

Sponsoring

Wens jij onze club te sponsoren? Dan willen wij jou alvast ontzettend hard bedanken! Je kan onze club op verschillende manieren steunen. Voor meer informatie kan je ons contacteren op info@jumpxtreme.be