

**Nieuw
Rope Skipping
voor kleuters!**



Welkomstbrochure nieuwe leden

Dag toekomstige skipper,

Welkom bij rope-skipppingclub JumpXtreme! Wat zijn wij blij dat jij in deze brochure aan het lezen bent. Dat wil namelijk zeggen dat je interesse hebt om rope skipping te komen doen in het nieuwe jaar. Wij hebben alvast veel goesting om erin te vliegen. We hopen jou op één van de eerste trainingen alvast te zien! In deze brochure vind je alle informatie over de proeflessen, de inschrijvingsprocedure en de trainingen. Op onze site kan je nog terecht voor specifiekere vragen. Heb je toch nog een andere vraag, aarzel dan niet om ons te contacteren via mail, telefoon of sociale media.

Sportieve groetjes, het bestuur

Contactgegevens

 www.jumpxtreme.be

 info@jumpxtreme.be

 0467/00.95.75



Traineren bij ons?

Wij bieden trainingen aan voor skippers **vanaf 3 jaar** waar plezierbeleving centraal staat. Wekelijks of tweewekelijks train je op eigen tempo aan conditie, coördinatie en samenwerking in alle soorten touwen. Op de clubshow toont elke groep een ropeskipppingchoreo op muziek. Recreatieve skippers kunnen ook deelnemen aan cluboverschrijdende wedstrijden waarbij de nadruk sterk gelegd wordt op plezier.

Proeflessen

Wil je graag eens komen proeven van rope skipping? Dat kan! Je bent van harte welkom op onze gratis proeflessen in september, de maand van de sportclub. We laten je kennis maken met allerlei soorten touwen en we leren je verschillende nieuwe skills aan.

Na je eerste training kom je thuis met een waaier aan truckjes waarmee je iedereen zal omverblazen. Tijdens onze proeflessen neem je een volledig uur deel aan de training. Kom tijdig naar de training zodat jouw trainer je wegwijs kan maken in de ropeskippingwereld.

Vergeet op training geen flesje water zodat je je dorst kan lessen tijdens het vele springen. Verder kom je in sportieve kledij en met sportschoenen en dan kan je je volop uitleven in een uurtje plezier! Kijk snel verder om te weten wanneer jij kan komen springen.

Overtuigd door rope skipping?

Super! We zijn ontzettend blij met jou erbij! De volgende stap is inschrijven. Onze inschrijving gebeurt online via het Gymfed-platform. Ondervind je problemen? Aarzel dan niet om ons te contacteren.

Stappenplan inschrijvingen:

1. Surf naar <https://inschrijvingen.gymfed.be/wizard/index?get=stamnummer=1670> of klik [hier](#)
2. Klik op nieuwe gebruiker. Vul je emailadres in en een paswoord naar keuze.
3. Klik op toevoegen nieuwe inschrijvingen. Vul de gevraagde gegevens van de skipper zo volledig mogelijk in.
4. Selecteer de gewenste trainingsuren door op het groene plusje te klikken.
5. Klik op volgende om de inschrijving af te ronden of klik op nog een lid inschrijven
6. Controleer het overzicht van de inschrijving en klik vervolgens op inschrijving afronden zonder betaling.
7. Schrijf het lidgeld over.* Kijk in de bevestigingsmail voor de gedetailleerde info.

*Heb je het financieel mogelijk? Graag bekijken we samen de mogelijkheden voor een afbetalingsplan.

Lidgeld: hoeveel?

Recreatie

- 1 training / week 97 euro
- 2 trainingen / week 147 euro

Kortingen

- vanaf het 2de gezinslid - 10 euro
- vanaf het 3de gezinslid - 20 euro
- vanaf het 4de gezinslid - 30 euro
- aansluiting in januari - 50%
- aansluiting in paasvakantie - 70%

*extra info over lidgelden competitie op de website

Lidgeld: wat is inbegrepen?

- Afhankelijk van jouw groep/voorkeur train je een of twee keer per week gedurende 30 weken onder begeleiding van gemotiveerde en gekwalificeerde trainers.
- Gebruik van touwen
- Aansluiting bij de gymnastiekfederatie Gymfed (12 euro, inbegrepen in lidgeld).
- Verzekering voor lichamelijke ongevallen op training, tijdens verplaatsing van en naar de training en voor alle andere clubactiviteiten.

Voor activiteiten, buiten de normale trainingen, vragen wij een kleine 'inkomprijs'. Deelname aan de activiteiten is niet verplicht.

Individuele touwen kunnen aangekocht worden via de club (dit is niet verplicht).

Uurrooster recreagroepen

| | | |
|-------------------------------------|--|--|
| Kleuters 2019-2018-2017 | Zondag 10u-11u Turnzaal Heikant | |
| Mini's 2016-2015 | Woensdag 17u30-18u30 Sportschuur Heikant | Zaterdag 10u-11u Turnzaal Berlaar |
| Maxi's 2014-2013 | Woensdag 18u30-19u30 Sportschuur Heikant | Zaterdag 11u-12u Turnzaal Berlaar |
| Juniors 2012-2011-2010 | Donderdag 18u30-19u30 Sportschuur Heikant | Zondag 11u-12u Turnzaal Berlaar |
| Jeugd 2009-2008-2007-2006 | Donderdag 19u30-20u30 Sportschuur Heikant | Zondag 11u-12u Sportschuur Heikant |
| Volwassenen 18+ | Maandag 20u-21u Sportschuur Heikant | Zaterdag 20u30-21u30 Turnzaal Berlaar |
| Volwassenen 40+ | Zondag 10u-11u Sportschuur Heikant | |

Per leeftijdsgroepen bieden we twee trainingen aan (uitgezonderd kleuters en volwassenen 40+). Het is echter niet verplicht om twee keer te komen. Dit kan je vrij kiezen.

Dit is het uurrooster voor onze recreagroepen. Het volledig uurrooster, inclusief competitie en selectiegroepen, vind je op onze website.

Intern reglement

Kledij en materiaal

- Kom steeds in sportieve kledij, d.w.z. stevige sportschoenen, sportieve outfit en lange haren in een staart.
- Alleen water is toegelaten op training, geen eten of frisdrank. We moedigen het gebruik van een herbruikbare drinkbus sterk aan!
- Zorg ervoor dat alle kledij en materiaal voorzien is van een naam. De club kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor verloren of gestolen voorwerpen.
- Het gebruik van GSM, smartphone en tablet is niet toegestaan tijdens de trainingen, tenzij na toestemming van de trainer en in functie van de training.

Training

- Kom tijdig naar de training. Ben je te vroeg en is er al een training bezig, dan wacht je in het halletje (sportschuur) of op het podium (turnzaal) in stilte totdat jouw training begint.
- Ouders, familieleden of vrienden kunnen om organisatorische redenen de training niet bijwonen. Alleen tijdens de eerste trainingen van het seizoen wordt hierop een uitzondering gemaakt.
- Skippers worden na de training in de zaal opgehaald, tenzij bij de online inschrijving specifiek toestemming werd gegeven.
- Aangezien de lessen opbouwend werken, wordt er verwacht zo veel mogelijk aanwezig te zijn op training.
- Indien je niet kan komen naar de training, vragen we je om de trainer tijdig in te lichten.

Respect

- Elke skipper toont steeds respect voor de trainer, de medeskippers en het materiaal.
- Skippers, ouders, familieleden en vrienden gedragen zich steeds sportief op trainingen, maar ook op clubevenementen en wedstrijden.
- Skippers mogen alleen trainen als ze voldoende fit zijn. Blessures worden steeds gecommuniceerd aan de trainer.

Clubshop

Wil jij graag een nieuw touw,
een gepersonaliseerde
club-T-shirt of een clubpull?
Kom zeker eens een kijkje
nemen in onze clubshop.

Trainingslocaties

Sportschuur
Heistsebaan 83
2590 Berlaar-Heikant


Turnzaal Berlaar
Sollevelden 5
2590 Berlaar

Turnzaal Berlaar-Heikant
Aarschotsebaan 60
2590 Berlaar

Praktische info

 www.jumpxtreme.be

 info@jumpxtreme.be

 0467/00.95.75



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