



MAANDELIJKSE NIEUWSBRIEF FEBRUARI 2025

Kalender februari

ACTIVITEITEN

- 24/02-02/03 - Carnaval

Inhoud nieuwsbrief

- Carnaval - [p. 1](#)
- Clubdag - [p. 2](#)
- Clubshow - [p. 6](#)
- Recap januari - [p. 8](#)
- 20 jaar JumpXtreme - [p. 9](#)

Carnaval

De volgende trainingsspecial staat alweer op het programma: carnaval.

Kom jij in de week van 24 februari tot en met 2 maart verkleed?

De trainers van alle recreagroepen trekken hun gekste outfit aan en maken er een zotte training van.

P.s.: Zorg dat je wel kan springen met jouw outfit!

Clubdag

Zaterdag 8 maart staat toch al met stip in jullie agenda?

Dan is het weer tijd voor onze jaarlijkse clubdag. Tijdens deze dag vol workshops breng je jouw rope-skipingskills tot een hoger niveau. Of zet je graag een clubrecord op jouw naam?

Lees er meer over op [p. 2](#).

Clubdag

Klaar voor een dag vol rope skipping?

Op **zaterdag 8 maart 2025** brengen we de club opnieuw samen voor de vierde editie van onze clubdag. Het ideale moment om de krokusvakantie af te sluiten!

Onze clubdag staat in het teken van **plezier en samenhang**. We nodigen jullie uit om deel te nemen aan verschillende **workshops** verspreid over de voor- en namiddag. Ook dit jaar kan je **brevetten** halen op onze clubdag, joepie!

Daarnaast kan je ook de **clubrecords** verbreken. Neem [hier](#) een kijkje naar de records die de vorige jaren werden gezet. Word jij kampioen in grasmaaier of push-ups in jouw categorie?

Nieuw voor de mini's en juniors (-13 recrea) dit jaar is de algemene ranking bij de clubrecords. In deze categorie zullen de eerste $\frac{1}{3}$ een gouden button, de tweede $\frac{1}{3}$ een zilveren button en de derde $\frac{1}{3}$ een bronzen button ontvangen. Zo heeft groot en klein een uitdaging om aan te gaan.

Zowel recreatieve als competitieve skippers (m.u.v. kleuters) zijn welkom op onze clubdag op zaterdag 8 maart vanaf 9u30 in de **nieuwe sporthal van Putte** (Mechelbaan 604, 2580 Putte). Het dagschema kunnen jullie hieronder terugvinden. Hoe jouw dag er precies zal uitzien? Dat bepaal je zelf!

In de voormiddag heb je de mogelijkheid om brevetten te halen. Hierop wordt zeker nog geoefend tijdens de trainingen én tijdens de workshop. Daarnaast kan je kiezen voor de workshop 'Zumba' of 'Draaiers in de kijker'. Lees op [p. 5](#) meer over de invulling van deze workshops.

Na de middag wordt er een workshop 'Airtrack' gegeven. Houd je het toch liever bij springtouwen? Dan kan je ook kiezen voor de workshops 'One team, one rope' en 'Le jeu du du tour de France'.

Clubdag

Dagindeling zaterdag 8 maart:

| | |
|------------------------------------|----------------------------------|
| 9:30-10:00 Aanmelden | 12:30-13:30 Middagpauze |
| 9:50-10:00 Vrijblijvende opwarming | 13:00-13:30 Aanmelden |
| 10:00-10:50 Workshop 1 | 13:30-14:00 Clubrecords namiddag |
| 10:50-11:00 Pauze | 14:00-14:10 Pauze |
| 11:00-11:50 Workshop 2 | 14:10-15:00 Workshop 3 |
| 11:50-12:00 Pauze | 15:00-15:10 Pauze |
| 12:00-12:30 Clubrecords voormiddag | 15:10-16:00 Workshop 4 |
| | 16:00 Einde |

Om deel te nemen aan deze clubdag kunnen jullie zich **inschrijven vanaf zondag 2 februari 2025 tot en met vrijdag 28 februari 2025**. De inschrijvingslink vind je [hier](#), of op onze website.

 **Hier inschrijven!**

Je kan je inschrijven voor een hele of een halve dag. Daarnaast kies je ook of je meedoet aan de clubrecords, in de voor- en/of namiddag. De oefeningen van de clubrecords kan je bekijken via [deze link](#).

Bij inschrijving word je gevraagd om de workshops te ranken naar voorkeur per halve dag.

We proberen zoveel mogelijk rekening te houden met je voorkeuren bij de uiteindelijke verdeling. Sowieso wordt het een dag vol plezier!

Deelnemen aan de clubdag kost **5 euro** voor een halve dag en **8 euro** voor de hele dag. We vragen jullie dit na de inschrijving over te schrijven naar de club (BE24 0018 9871 0938) met als mededeling 'Naam skipper + clubdag 2025 + hele of halve dag'.

Clubdag

De skippers staan continu onder toezicht en begeleiding van ervaren trainers. Skippers moeten alleen zelf voldoende water en hun single rope touw meenemen. Degenen die een hele dag blijven, nemen ook een lunchpakket mee.

Plezierbeleving op ieders niveau en versterking van onze samenhang zullen centraal staan. Het is ook een ideale kans voor onze skippers om andere skippers eens aan het werk te zien en andere skippers en trainers te leren kennen.

Kan je geen hele voor- of namiddag, maar wil je wel één workshop volgen? Laat dit weten via info@jumpxtreme.be en wij kijken wat mogelijk is.

Hopelijk tot dan!

**Zo ging het er vorig
jaar aan toe!**



Clubdag

Workshops voormiddag

ZUMBA

Wie heeft zin in een feestje vol dans en plezier? Jij? Kom dan zeker meedoen aan onze Zumba-initiatie. Bij Zumba leer je makkelijke dansspasjes op Latin muziek in combinatie met een beetje kracht, flexibiliteit en cardio. Het doel van zumba? Zoveel mogelijk plezier maken! Dans, spring en lach mee in onze Zumba sessie!

DRAAIERS IN DE KIJKER

Wist je dat de draaiers in double dutch minstens even belangrijk zijn als de springers? De draaiers hebben een belangrijke rol in het foutloos laten verlopen van de oefening en ze kunnen tegelijkertijd zelf ook hele coole skills uitvoeren. Wil jij deze skills komen ontdekken? Dan is 'Draaiers in de kijker' echt iets voor jou!

BREVETTENUURTJE

Ga een nieuwe uitdaging aan, en probeer een nieuw brevet te halen. Zowel op de komende trainingen als tijdens de workshop zelf kan je nog oefenen op het brevet dat jij wil halen, waarna je onmiddellijk het beste van jezelf kan geven. Wie weet ga jij naar huis met een extra brevet in je zak.

Workshops namiddag

ONE TEAM, ONE ROPE

Eén team met één touw. Tijdens deze workshop leer je de beste single dutch technieken en skills. Laat je verrassen door de mogelijkheden van slechts één touw!

LE JEU DU TOUR DE FRANCE

20 jaar JumpXtreme, dat doet ons aan iets denken... De Tour de France. Klinkt dit voor jou als een vreemde combinatie? Wel, voor onze oud(ere) skippers niet. Op training werd er vaak gestreden voor de bollen, gele, groene of witte trui. Misschien heb je de fiches wel zien liggen op de eetdag? Schrijf je in voor de nieuwste versie van deze traditie, plezier gegarandeerd voor alle niveau's!

AIRTRACK

Het is een lange, zachte mat vol lucht waarop je kunt oefenen met sprongen en andere coole trucs, wat is het? Een airtrack inderdaad!

Omdat de opgeblazen mat lekker veert, voelt het alsof je bijna kunt vliegen! Zin om dit eens te ervaren en nieuwe trucs uit te proberen?

Trek je sportkleden aan, ga de uitdaging aan en ontdek hoe hoog jij kunt springen op de airtrack!

Clubshow

INFORMATIE

GENERALE REPETITIE

Op **dinsdag 1 april 2025** houden we een generale repetitie in CC Zwaneberg. Dit is de enige mogelijkheid om te repeteren op podium, dus we verwachten zoveel mogelijk skippers.

Planning

Hieronder vinden jullie de planning. Wees op tijd!

| Groep | Tijd |
|-------------------------|---------------|
| Kleuters | 16u45 - 17u30 |
| Mini's | 17u - 18u |
| Juniors | 17u30 - 18u30 |
| Beloften | 18u - 18u45 |
| Jeugd | 18u15 - 19u15 |
| Volwassenen gevorderden | 18u45 - 19u45 |
| Competitie 16- | 19u15 - 20u |
| Volwassenen beginners | 19u30 - 20u15 |
| Demo B | 19u45 - 21u30 |
| Demo A | 20u45 - 22u30 |
| Competitie 16+ | 22u15 - 22u30 |

Clubshow

INFORMATIE

Aandachtspunten

Om de generale repetitie vlot te laten verlopen geven we hier een aantal aandachtspunten mee:

- Je bent OP TIJD aanwezig.
- Skippers worden afgezet en opgehaald in de inkomhal. De trainers wachten de skippers daar op. We kunnen geen ouders backstage of in de schouwburg toelaten.
- Skippers repeteren in de juiste outfit van de show. Afspraken hierover worden gemaakt via de trainers. Er zijn kleedkamers ter beschikking om om te kleden.
- Meenemen: juiste outfit, touwen, sportschoenen en een flesje water.
- Kan je niet aanwezig zijn? Laat dit zo snel mogelijk weten aan jouw trainer.
- Adres: Cultuurplein 1, 2220 Heist-op-den-Berg
- Parkeren: Cultuurplein - opgelet: parkeerschijf tot 18 uur.

Bestel hier tickets! 

TICKETS BESTELLEN

Waar kan je tickets bestellen? De ticketverkoop verloopt volledig via CC Zwaneberg. We voorzien een middag- en avondshow. Tickets kosten €15 (vanaf 12 jaar) of €10 (-12 jaar). Skippers moeten geen tickets kopen. Wacht niet te lang, want het betreft genummerde plaatsen die je zelf kan kiezen.

Ging er iets mis met jouw tickets of vragen? Contacteer dan info@zwaneberg.be

COMMUNICATIE

Alle informatie (afspraken, tickets, ...) in verband met de clubshow zal steeds eerst in de nieuwsbrief vermeld worden. Houd deze komende maanden dus zeker in de gaten.

Daarnaast vatten we alle informatie samen op onze website. Via het vastgepinde bericht om de homepage kunnen jullie steeds alle informatie raadplegen.

Recap januari

Nieuw jaar, evenveel springplezier!

Januari was een rustige start van het jaar. De trainingen gingen terug van start na de kerstvakantie. Alle groepen werken volop verder aan hun dansjes voor onze clubshow.

Tijdens de week van 20 januari tot 26 januari konden de skippers hun familieleden meenemen voor de familieweek. En dat deden jullie massaal!

Onze skippers leerden samen met hun mama's, papa's, broers, zussen, zonen, dochters,... rope-skippingskills aan en wat was dat leuk!

Veel blij 😊, maar ook vermoeide 😞 gezichten gezien! Merci om langs te komen!



20 jaar JumpXtreme

DEMOTEAM

Het demoteam is altijd een groep aan ervaren skippers geweest die wekelijks trainen op niveau én choreo's. Van klassiekers zoals de Music Box, Tetris, I'm into folk, ... tot hedendaagse nummers en democups. Er passeerden al vele dansjes de revue die getoond werden op verschillende momenten.

Zo gaf het demoteam meermaals demonstraties op scholen, eeddagen van de vrouwengilde/KVLV/..., avondmarkten, turngala's, kerstmarkten in het dorp, duck races, ... Ook springt ons demoteam al jaren op de Nightrun in Kapelle-op-den-bos met hun lichtjestouwen.

💡 Tof weetje: Ons demoteam mocht ooit optreden tijdens het BK Democup met een lichtjesnummer!

Daarnaast heeft het demoteam al meerdere keren zelf deelgenomen aan de Democup. Vorig jaar besloot trainster Julie dat het na 7 jaar wel weer eens tijd was om nog eens mee te doen met de demo 'JumpXtreme driving through Europe'. Ook dit jaar is demo A druk in de weer om een knappe democup in elkaar te boksen.

[Meer foto's](#) 

Dit jaar vormden we zelfs een tweede demoteam – Demo B. Zij trainen momenteel volop om in mei te knallen met hun Minidemo's!

Tijdens onze clubshow
– JumpImagination V
– JumpXtreme viert feest –
op 19 april 2025 zien jullie de nieuwe democup en minidemo's in primeur! 🤩



Trooper

Steun ons via Trooper bij jouw online aankopen!

Nog niet bekend met Trooper? We leggen 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!



*Rozen zijn rood
Violetjes zijn blauw
Stop eerst via trooper &
steun die vereniging van jou!*

TROOPER

Sponsoring

Wil jij onze club sponsoren? Informeer naar onze nieuwe sponsorpakketten.

We hebben voor 2025 nieuwe sponsorpakketten uitgewerkt. Ben je bereid om onze club te sponsoren, laat het dan weten via info@jumpxtreme.be.

Wat kun je verwachten?

- Jouw logo in ons programmaboekje
- Jouw logo op onze website
- Jouw logo op onze socials naar aanloop van een activiteit.

Kalender

TIJDENS DE VAKANTIES VINDEN ER GEEN TRAININGEN PLAATS.

| Datum | Activiteit |
|---------------------------------|-------------------------------|
| 02 september 2024 | Start seizoen |
| 21 oktober - 27 oktober 2024 | Vriendjesweek |
| 28 oktober - 03 november 2024 | Herfstvakantie |
| 17 november 2024 | Brevettendag |
| 17 november 2024 | Spaghettidag |
| 23 december '24 - 5 januari '25 | Kerstvakantie |
| 20 januari - 26 januari 2025 | Familieweek |
| 23 februari 2025 | Challenge day |
| 03 maart - 09 maart 2025 | Krokusvakantie |
| 08 maart 2025 | Clubdag |
| 07 april - 20 april 2025 | Paasvakantie - WEL trainingen |
| 19 april 2025 | Jumplmagination V |
| 17 mei 2025 | Slotactiviteit feestjaar |
| 01 juni 2025 | Einde seizoen |

Trainingslocaties

Sportschuur
Heistsebaan 83
2590 Berlaar-Heikant

Turnzaal Berlaar
Sollevelden 5
2590 Berlaar

Turnzaal Berlaar-Heikant
Aarschotsebaan 60
2590 Berlaar-Heikant

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

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