

Berrélei 5 te 2930 Brasschaat



# JAARVERSLAG 2022



## Het volledige bestuur Januari 2022

---

Bruno Nicolay



Voorzitter

Lies Van Thielen



Secretaris

Hans Meert



Penningmeester

Cecile  
Peeters



Levens-  
administrator

Lucy Van  
Steenweghen



Jeugdsport-  
coördinator

Zoë  
Daggelinckx



Zaalverant-  
woordelijke

Britt  
Verlinden



Vrijwilligers-  
coördinator

## Losse medewerkers

---

Dirk  
Van Thielen



Webmaster

Chris  
Saint Gislain



Kledingverantwoordelijke

## Aanspreekpunt Integriteit

---

Karen Grieten



## Gedichtendag op 27 januari 2022

Naar aanleiding van gedichtendag schreef onze trainer, Marc, een gedichtje voor onze vereniging.

### MET NAAR DE TOP?

Je vervelen, moe zijn, stijf en stram waar komt dat toch van?  
 Vraag je maar af of dat eigenlijk wel kan  
 De oplossing? Niet verder zoeken! **STOP!**  
 Kom kennismaken met onze club **GYM-HAROP!**



Je kan beginnen bij de ouders-peuters  
 Om daarna verder te gaan bij de kleuters.  
 Ook de kinderen van de eerste tot de zesde klas  
 Zijn in één van de turnzalen van onze club in hun sas!

En zit je al in het middelbaar, hogere school of universiteit.  
 Ook dan kan je je energie bij ons kwijt.  
 G-gym en turnen voor oudere dames en heren  
 Ook daar kan je nog wekelijks wat bijleren



Echt waar, je moet je snel informeren  
 En één en ander zeker komen proberen  
 Met open armen zullen we je ontvangen als gymnast,  
 Na enkele weken ben je zelf van je vorderingen verrast!



Je zal je amuseren, vrienden maken en je zal zien  
 Dat je binnen de kortste keren weer fit bent bovendien  
 Onze leden, de trainers en het bestuur zullen het zeker beamen:  
 Kom naar Gym-Harop; top zijn wij allemaal tesamen!

geschreven door: Marc Geyskens

## Provinciale voorronde 1 TR. C te Niel op 16.01.2022 "De gemaskerde wedstrijd"

Na een lange periode zonder wedstrijden, en voor +12-jarigen zonder trainingen, was het dan eindelijk zover. De eerste provinciale voorronde was een feit.

De -12 jarigen hebben steeds kunnen doortraineren, doch deze wedstrijd was hun eerste ervaring met juryleden en heel de entourage. Spannend dus voor Elise, Elle en Marie-Joëlle.

De +12-jarigen zijn vanaf september teug beginnen trainen. Het was een rare gewaarwording. In hun hoofd konden ze nog wat ze voor de coronaperiode konden, maar de fysiek, de coördinatie en de skills bleven achterwege. Sommigen vertoonden zelfs symptomen van 'lost skills', m.a.w. ze sprongen bepaalde skills gewoon niet meer. Dit alles zorgde natuurlijk voor heel wat onzekerheid en hier en daar wat lichamelijke klachten. Uiteindelijk heeft er enkel Jonas gepast voor de wedstrijd en Justin, Hawa en Thirze zaten volop in Blok/Examenperiode en konden dus ook niet deelnemen. Bruno moest jureren en Dimi en Kyra begeleidde de gymnasten in hun wedstrijd.

Deze wedstrijd was voor de provincie Antwerpen. Er konden dus medailles behaald worden. Maar het belangrijkste was dat ze genoten van hun wedstrijd, ze deden het vooral om voor zichzelf eens te zien waar ze al stonden.

De zenuwen waren gespannen. Na nog wat inspringen begon de wedstrijd. In het eerste en het tweede blok sprongen **Elle** en **Marie-Joëlle**.

*Elle is een beetje zenuwachtig. Toch springt zij een goede eerste reeks. In de 2e reeks maakt ze een foutje en springt halve draai zit in plaats van hele draai waardoor ze op 11 sprongen uitkomt. Dat zorgt voor wat strafpunten in haar puntentotaal. Wel springt ze de 2e reeks hoger en mooier dan de eerste reeks.*

*Marie-Joëlle kan haar zenuwen heel goed te baas. Zij springt een mooie eerste reeks. Ook haar 2e reeks zat goed. Vaak ging ze in de mist na haar 1e sprong. Tijdens de wedstrijd ging het gelukkig goed.*

Er zijn steeds twee uitslagen, 1 de All Round uitslag, deze omvat de uitslagen van de gymnasten van alle Vlaamse Provincies en 2 de uitslag van de Provincie Antwerpen. Deze laatste telde voor de medailles.



## Meisjes C 11 jaar:

### Allround uitslag:

- Marie-Joëlle allround 10<sup>de</sup> plaats op 14
- Elle allround 11<sup>de</sup> plaats op 14

### Uitslag Provincie Antwerpen:

C - 11 JAAR MEISJES - ALLROUND ANTWERPEN						
PLACE	PARTICIPANT	REEKS 1		REEKS 2		TOTAL
1	<b>SALOMEZ Julie</b> AKTIVA BERENDRECHT 16	diff	0.000	diff	1.500	<b>72.755</b>
		ToF	10.265	ToF	11.140	
		exec	14.900	exec	15.100	
		hd	10.000	hd	9.850	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.165</b>	<b>T</b>	<b>37.590</b>	
2	<b>DE KEYSER Amélie</b> AKTIVA BERENDRECHT 13	diff	0.000	diff	1.000	<b>70.700</b>
		ToF	9.910	ToF	10.240	
		exec	14.600	exec	15.600	
		hd	9.450	hd	9.900	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>33.960</b>	<b>T</b>	<b>36.740</b>	
3	<b>CAUTREELS Marie-Joelle</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 15	diff	0.000	diff	1.400	<b>68.640</b>
		ToF	9.750	ToF	9.490	
		exec	14.500	exec	13.900	
		hd	9.850	hd	9.750	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>34.100</b>	<b>T</b>	<b>34.540</b>	
4	<b>RAMPART Elle</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 2	diff	0.000	diff	0.700	<b>66.350</b>
		ToF	8.680	ToF	9.120	
		exec	14.800	exec	15.800	
		hd	9.900	hd	9.950	
		pen	0.000	pen	2.600	
		<b>T</b>	<b>33.380</b>	<b>T</b>	<b>32.970</b>	
5	<b>GOVERS Alyssa</b> TURNKRING DE GIERTJES 4	diff	0.000	diff	1.300	<b>64.275</b>
		ToF	9.440	ToF	7.885	
		exec	14.900	exec	12.200	
		hd	10.000	hd	8.550	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>34.340</b>	<b>T</b>	<b>29.935</b>	
6	<b>CALLEBAUT Pippa</b> TURNKRING DE GIERTJES 1	diff	0.000	diff	1.100	<b>63.445</b>
		ToF	9.520	ToF	9.425	
		exec	12.700	exec	13.100	
		hd	9.700	hd	9.900	
		pen	2.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>29.920</b>	<b>T</b>	<b>33.525</b>	



M.a.w een bronzen medaille voor Marie-Joëlle en een verdiende 4<sup>de</sup> plaats voor Elle. Een dikke proficiat voor beiden.

In het derde blok was **Thijs VO** aan de beurt. Hij mocht als eerste van zijn reeks springen.

*In zijn vrije reeks geraakte Thijs niet meer omhoog na zijn Rugval-stand om een streksprong  $\frac{1}{2}$  draai te springen (knik in de knieën) en dit werd als een onderbreking beschouwd, alhoewel hij zijn reeks wel volledig heeft uitgesprongen.*

### Jongens C 11 jaar:

#### Allround uitslag

- Thijs V.O. allround 6<sup>de</sup> plaats op 6 Uitslag

#### Provincie Antwerpen:

##### C - 11 JAAR JONGENS - ALLROUND ANTWERPEN

PLACE	PARTICIPANT	REEKS 1		REEKS 2		TOTAL
1	<b>BASSTANIE Jels</b> TURNKRING DE GIERTJES 24	diff	0.000	diff	1.500	<b>70.790</b>
		ToF	10.260	ToF	10.230	
		exec	14.700	exec	14.500	
		hd	9.950	hd	9.650	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>34.910</b>	<b>T</b>	<b>35.880</b>	
2	<b>VAN DUPPEN Tuur</b> TURNKRING DE GIERTJES 22	diff	0.000	diff	1.400	<b>62.895</b>
		ToF	10.255	ToF	7.840	
		exec	14.900	exec	10.600	
		hd	10.000	hd	7.900	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.155</b>	<b>T</b>	<b>27.740</b>	
3	<b>VAN OERS Thijs</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 19	diff	0.000	diff	1.000	<b>58.470</b>
		ToF	9.885	ToF	6.785	
		exec	14.100	exec	10.000	
		hd	9.900	hd	6.800	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>33.885</b>	<b>T</b>	<b>24.585</b>	



Doordat er maar 3 deelnemers waren uit de provincie Antwerpen had Thijs toch de Bronzen medaille, waarvoor een dikke proficiat!

Tegelijk met Thijs, kwam **Jolien** in actie op de trampoline aan panel 2. Eenzaam want haar medespringen (leeftijdsgenoten) waren niet mee wegens studiebezigheden.

*Jolien springt haar 1<sup>ste</sup> reeks ongeveer zoals op training qua uitvoering. Ze blijft wel beter ter plaatse dan op training. Voor haar was het ook een eerste wedstrijd. Knap gedaan Jolien!*

## Meisjes C 17 jaar:

### Allround uitslag

Jolien allround 16<sup>de</sup> plaats op 19

### Uitslag Provincie Antwerpen

#### C - 17+ JAAR MEISJES - ALLROUND ANTWERPEN

PLACE	PARTICIPANT	REEKS 1		REEKS 2		TOTAL
1	<b>TJISMANS Sarah</b> AKTIVA BERENDRECHT 54	diff	0.000	diff	4.100	<b>80.075</b>
		ToF	13.045	ToF	13.030	
		exec	15.600	exec	15.400	
		hd	9.300	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>37.945</b>	<b>T</b>	<b>42.130</b>	
2	<b>VAN CANT Lena</b> CSA KEMPEN 59	diff	0.000	diff	4.100	<b>78.515</b>
		ToF	12.730	ToF	12.485	
		exec	15.500	exec	14.500	
		hd	9.550	hd	9.650	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>37.780</b>	<b>T</b>	<b>40.735</b>	
3	<b>DAVIDS Melanie</b> FLIK FLAK VOSSelaar 48	diff	0.000	diff	3.800	<b>76.815</b>
		ToF	11.920	ToF	11.645	
		exec	15.400	exec	15.200	
		hd	9.600	hd	9.250	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>36.920</b>	<b>T</b>	<b>39.895</b>	
4	<b>VAN DER LINDEN Lianne</b> TK DEUGD EN MOED EKEREN vzw 64	diff	0.000	diff	4.100	<b>76.020</b>
		ToF	11.795	ToF	12.125	
		exec	14.200	exec	14.600	
		hd	9.500	hd	9.700	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.495</b>	<b>T</b>	<b>40.525</b>	
5	<b>FOLLA Nikky</b> FLIK FLAK VOSSelaar 53	diff	0.000	diff	3.800	<b>74.370</b>
		ToF	11.585	ToF	11.385	
		exec	14.000	exec	14.400	
		hd	9.500	hd	9.700	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.085</b>	<b>T</b>	<b>39.285</b>	
6	<b>STYNEN Hanne</b> AKTIVA BERENDRECHT 60	diff	0.000	diff	3.600	<b>73.475</b>
		ToF	12.595	ToF	12.080	
		exec	13.700	exec	13.400	
		hd	9.050	hd	9.050	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.345</b>	<b>T</b>	<b>38.130</b>	
7	<b>ENGELen Jolien</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 58	diff	0.000	diff	3.000	<b>71.405</b>
		ToF	11.275	ToF	11.380	
		exec	13.500	exec	13.400	
		hd	9.650	hd	9.200	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>34.425</b>	<b>T</b>	<b>36.980</b>	



Toch een dikke proficiat voor de geleverde prestaties

Tot zover de wedstrijd in Namiddag 1



Stilaan liepen de gymasten voor Namiddag 2 binnen.

In het eerste blok kwam Elise aan de beurt.

*Elise springt een goede 1<sup>ste</sup> reeks. De achterwaartse salto was goed ter plaatse. Ook de 2e reeks was goed. Zelfs iets beter qua uitvoering volgens de jury. Vooral de buikval was mooi uitgevoerd.*

### Meisjes C 12 jaar

Allround uitslag

Elise allround 4<sup>de</sup> plaats op 7

Uitslag Provincie Antwerpen

C - 12 JAAR MEISJES - ALLROUND ANTWERPEN						
PLACE	PARTICIPANT	REEKS 1		REEKS 2		TOTAL
1	<b>VAN MEERBERGEN Fien</b> TURNKRING DE GIERTJES 117	diff	0.000	diff	1.900	
		ToF	11.015	ToF	11.170	
		exec	14.400	exec	14.000	
		hd	9.650	hd	9.850	
		pen	0.000	pen	0.200	
		<b>T</b>	<b>35.065</b>	<b>T</b>	<b>36.720</b>	<b>71.785</b>
2	<b>JORDENS Elise</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 113	diff	0.000	diff	1.700	
		ToF	8.985	ToF	9.205	
		exec	14.100	exec	14.200	
		hd	9.700	hd	9.750	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>32.785</b>	<b>T</b>	<b>34.855</b>	<b>67.640</b>



In het Antwerps klassement eindigde Elise op de 2<sup>de</sup> plaats, goed voor een Zilveren medaille. Een dikke proficiat!

Vervolgens had Dimi even 2 blokken 'rust'. Daarna kwamen Jef, Thijs en Daan in actie.

*Jef springt een zeer mooie 1e reeks. Zijn 2<sup>de</sup> reeks is minder goed. Vooral de standsprongen zijn niet goed. Toch vecht Jef tot het einde.*

*Ook Thijs springt een mooi afgewerkte 1e reeks. De 2<sup>de</sup> reeks gaat ook zeer goed, vooral een mooie 1/2dr. tot buik.*

Daan springt een mooie 1e reeks, vooral de salto achterwaarts is goed uitgevoerd.  
 In de 2e reeks gaat het wat fout bij de hele draai. Dat houdt Daan niet tegen en hij herpakt zich voor het einde.

## Jongens C 13-14 jaar

### Allround uitslag

Jef allround 1<sup>ste</sup> plaats op 6

Thijs allround DC 2<sup>de</sup> plaats op 6

6 Daan allround 5<sup>de</sup> plaats op 6

### Uitslag Provincie Antwerpen

#### C - 13-14 JAAR JONGENS - ALLROUND ANTWERPEN

PLACE	PARTICIPANT	REEKS 1		REEKS 2		TOTAL
1	<b>VANSTIPHOUT Jef</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 105	diff	0.000	diff	2.600	
		ToF	11.765	ToF	11.750	
		exec	16.400	exec	15.500	
		hd	9.900	hd	9.450	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>38.065</b>	<b>T</b>	<b>39.300</b>	<b>77.365</b>
2	<b>DE CUYPER Thijs</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 106	diff	0.000	diff	2.600	
		ToF	12.115	ToF	12.420	
		exec	14.600	exec	15.200	
		hd	9.700	hd	9.800	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>36.415</b>	<b>T</b>	<b>40.020</b>	<b>76.435</b>
3	<b>LAUWERS Vince</b> CSA KEMPEN 101	diff	0.000	diff	2.400	
		ToF	10.815	ToF	10.660	
		exec	14.700	exec	15.000	
		hd	9.850	hd	9.850	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>35.365</b>	<b>T</b>	<b>37.910</b>	<b>73.275</b>
4	<b>VAN OERS Daan</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 103	diff	0.000	diff	2.300	
		ToF	11.430	ToF	11.270	
		exec	14.000	exec	12.700	
		hd	9.500	hd	9.650	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>34.930</b>	<b>T</b>	<b>35.920</b>	<b>70.850</b>
5	<b>SMEYERS Neel</b> TURNKRING DE GIERTJES 102	diff	0.000	diff	1.800	
		ToF	11.325	ToF	11.655	
		exec	12.000	exec	14.700	
		hd	9.700	hd	9.500	
		pen	2.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>31.025</b>	<b>T</b>	<b>37.655</b>	<b>68.680</b>



Hier een Gouden medaille voor Jef, een zilveren voor Thijs DC en een verdiende 4<sup>de</sup> plaats voor Daan. Een dikke proficiat voor allen.

Het was vandaag een fijne ervaring, zowel voor de gymnasten als voor de trainers. Bedankt aan alle ouders die zijn komen supporteren, het heeft ons allemaal deugd gedaan.

Op naar de volgende Provinciale voorronde op 6 februari in Vosselaar.

Berrélei 5 te 2930 Brasschaat

Hier nog enkele sfeerbeelden



Provinciale voorronde 2 TR. C te Vosselaar

Na de 1<sup>ste</sup> provinciale voorronde werden de geleverde prestaties geëvalueerd. De positieve zaken werden benoemd en er werd ook gekeken waarop verder getraind moest worden, zodat er misschien verbeteringen konden teweeg gebracht worden in bepaalde skills.

Ook Jonas heeft verder getraind en had zich opgegeven voor de 2<sup>de</sup> Provinciale voorronde. Hawa, Thirze en Justin hebben hun examenperiode achter de rug, maar hadden nog niet genoeg getraind om te kunnen deelnemen.

Enkele dagen voor de wedstrijd viel de ene na de andere uit wegens het gekende beestje. Bruno, Marie-Joëlle, Daan en Thijs moesten thuisblijven.

Dimitri en Lucy waren de juryleden van dienst, Kyra en Thirze gingen de wedstrijdbegeleiding op zich nemen.

Nu is er telkens maar 1 uitslag, nl. de Allround uitslag, daar deze wedstrijd voor de provincie Oost-Vlaanderen telde. Dit houdt ook in dat onze gymnasten geen medailles konden behalen. Enkel de uitslagen telde mee voor de selecties voor de Vlaamse Kampioenschappen TR C.

## De wedstrijdblok Namiddag 1

### Meisjes C 11 jaar

Elle heeft haar 2de wedstrijd goed volbracht. Ze had een beetje zenuwen maar niet super veel. Haar 1ste reeks verliep vlot. Haar buikval verliep niet super goed maar ze heeft dat goed kunnen oplossen. De rest van haar reeks heeft ze mooi afgewerkt gesprongen. Haar 2de reeks ging even goed als haar 1ste. Haar halve draai buik ging een beetje mis maar al de rest was goed!

*Elle zelf aan het woord: voor mijn eerste reeks heb ik hoger gesprongen en ik heb mooi afgewerkt. Daardoor heb ik hogere punten gekregen. Bij mijn tweede reeks zat de hoogte goed, ik deed wel een 'rare'  $\frac{1}{2}$  draai Buik. Ik ben tevreden van mijn wedstrijd.*

Allround uitslag: 16<sup>de</sup> plats op 20 deelnemers.

16	RAMPART Elle GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 25	diff	0.000	diff	1.200	
		ToF	9.020	ToF	8.570	
		exec	15.200	exec	14.200	
		hd	9.550	hd	9.700	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.770	T	33.670	67.440

Berrélei 5 te 2930 Brasschaat

## Jongens C 15-16 jaar

Jonas was wel wat zenuwachtig. Tijdens zijn eerste reeks kon hij niet rechtekomen na zijn Buikval. Toch heeft hij zich goed kunnen herpakken in de tweede reeks, waardoor hij toch nog een mooie prestatie heeft kunnen neerzetten. De afwerking was veel beter en er was duidelijk minder horizontale verplaatsing in vergelijking met de trainingen. Knap gedaan!

*Jonas zelf aan het woord: tijdens de opwarming heb ik niet goed kunnen springen. Daardoor verhoogde het stressniveau, wat te merken was bij het springen van mijn eerste reeks. De tweede reeks heb ik wel goed kunnen laten zien.*

Allround uitslag: 9<sup>de</sup> plaats op 9 deelnemers.

9	RUSCH Jonas GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 158	diff	0.000	diff	2.600	
		ToF	6.740	ToF	12.050	
		exec	6.500	exec	14.500	
		hd	4.450	hd	9.800	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	17.690	T	38.950	56.640

## De wedstrijdblok namiddag 2

### Meisjes C 12 jaar

Elise: tijdens het inspringen sprong ze haar reeksen door, doch tijdens de vrije reeks heeft ze geen  $\frac{1}{2}$  draai zit gedaan. Haar rugwaartse salto gehoekt is nog zeer nieuw voor haar, door onzekerheid spring ze deze sprong nog niet door. Verder liet ze wel mooie skills zien. Proficiat!

Allround uitslag: 7<sup>de</sup> plaats op 10 deelnemers.

7	JORDENS Elise GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 112	diff	0.000	diff	1.700	
		ToF	9.535	ToF	9.425	
		exec	13.300	exec	13.000	
		hd	9.500	hd	9.550	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	32.335	T	33.675	66.010

### Jongens C 13-14 jaar

Thijs kwam rustig aan op de wedstrijd. Hij had in het begin helemaal geen stress. Zijn stress begon een beetje te komen vlak voor hij de jury moest groeten. Hij samen met Jolien en Jef moesten namelijk een tijdje wachten voor ze konden groeten omdat er bij de tumbling een ongeval was gebeurd. Zijn 1ste reeks sprong hij vlot. Alleen was zijn afwerking niet helemaal wat het moest zijn. Nog een beetje werken op het doorstrekken van de benen. Zijn 2de reeks was met iets meer gewiebel. Hij sprong de reeks vlot maar vertrouwde niet helemaal op zijn

zweef- bol- out. Deze heeft hij wel door gesprongen. Goede wedstrijd voor hem, zeker omdat hij kniepijn had tijdens de wedstrijd.

*Thijs zelf aan het woord: ik was vooral blij dat ik de tweede reeks heb doorgesprongen. De 2 laatste sprongen waren nieuw en moeilijk; Oef toch gelukt!*

Allround uitslag: 1<sup>ste</sup> plaats op 6 deelnemers.

1	DE CUYPER Thijs GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 121	diff	0.000	diff	3.000	
		ToF	12.825	ToF	11.890	
		exec	14.100	exec	14.300	
		hd	9.500	hd	9.650	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	36.425	T	38.840	75.265

Jef moest ook even wachten voor hij mocht groeten bij de jury maar dat gaf hem geen stress. Zijn eerste reeks begon redelijk goed. Een beetje verplaatsing maar dat kon hij wel redden. Bij zijn buikval lande hij met zijn voeten bijna op het blauw. Zijn 2de reeks ging beter. Alleen nog een beetje werken op de afwerking. Zowel in basissprongen als in de salto's waren zijn benen niet volledig gestrekt. Hij werd 3de wat zeker een mooie plaats was voor een goede wedstrijd.

*Jef zelf aan het woord: de eerste reeks ging goed. Bij de tweede reeks waren de eindsprongen nieuw en moeilijk voor mij. Ik heb toch doorgesprongen!*

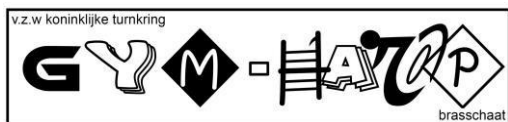
Allround uitslag 3<sup>de</sup> plaats op 6 deelnemers.

3	VANSTIPHOUT Jef GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 125	diff	0.000	diff	2.900	
		ToF	11.850	ToF	11.720	
		exec	14.900	exec	13.800	
		hd	9.450	hd	9.550	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	36.200	T	37.970	74.170

## Meisjes C 17+ jaar

Jolien springt haar reeksen door, maar onzekerheid zorgt voor vele horizontale verplaatsingen. Aandachtspunten zijn: meer in het midden blijven springen en de standsprongen dynamischer uitvoeren. Toch een knappe prestatie, proficiat!

*Jolien zelf aan het woord: het ging goed bij de eerste reeks, maar bij de tweede reeks ging het moeilijker. Ik heb veel lager gesprongen dan tijdens de trainingen.*



Berrélei 5 te 2930 Brasschaat



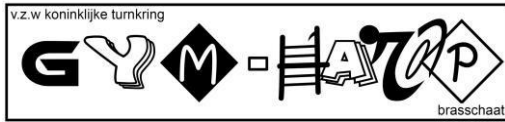
### Allround uitslag 14<sup>de</sup> plaats op 18 deelnemers.

14	ENGELEN Jolien GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 127	diff	0.000	diff	3.000	
		ToF	11.290	ToF	10.890	
		exec	13.000	exec	12.800	
		hd	9.400	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.690	T	36.290	69.980

Bedankt aan alle supporters, de juryleden en de trainers voor hun inzet.

Bruno





Berrélei 5 te 2930 Brasschaat



## Recrea wedstrijd met de recreatieve ploeg te Ooigem op 06.03.2022

Onder een zonnige lentehemel reden we naar het verre Ooigem; West-Vlaanderen. Onze gymnasten gingen er deelnemen aan het recreatornoot trampoline. Het was nog maar de tweede keer dat onze club deelnam aan dergelijke wedstrijd. Vijftien moedige maar toch wel wat nerveuze gymnasten gingen de uitdaging aan. Ze werden gesteund door twee gymnasten van de club Gymka Kalmthout waar trainers Inge en Marc ook les geven. Spijtig genoeg gooide Covid-19 voor Gymka ook weer roet in het eten en dienden twee erg gemotiveerde zusjes thuis te blijven wegens een recente besmetting.

Aangekomen in het zonnige doch koude Ooigem werden de gymnasten en trainers ontvangen door spaghetti etende jeugd (het was immers kort na de middag) terwijl de ouders op een heuse tribune mochten plaatsnemen.

Onze 9 en 10-jarigen waren eerst aan de beurt. Julie beet de spits af maar haalde al onmiddellijk haar opgelegde en vrije oefening door elkaar. De opmerkelijke jury had dit uiteraard in de gaten en na overleg mocht Julie haar reeks over doen. Ditmaal lukte het wel om de sprongen op het juiste moment uit te voeren. Vervolgens kwamen Kari, Ellen en Lisabeth aan de beurt. Ook Liv van Gymka sprong in deze groep.

De 11-12-jarigen kwamen vervolgens op de trampoline. Lore was een beetje de kluts kwijt doch kreeg ook zij een nieuwe kans waarna het zo goed als perfect ging. June en Nena sprongen erg goed en kregen dan ook verdiend applaus vanop de tribune. Vooral June had blijkbaar meelevende supporters mee!

De 13-14-jarigen vertegenwoordigden de grootste groep. Geike, Hannelore en Hasse sprongen in de G-gym reeks en Enya, Nore, Marylise kregen versterking van Anouk uit Kalmthout. De meisjes deden het allemaal zeer goed maar in deze reeksen was er veel concurrentie van de organiserende club.

Matthias sprong als 15-plusser. Zijn lengte en afwisseling van sprongen die zeer goed werden uitgevoerd zorgde duidelijk voor enige (ver)(be)wondering vanop de tribune.

Wat achtergrondmuziek zorgde af en toe voor een vrolijke noot. Zo kreeg 'Waterval' van K3 de helft van de gymnasten aan het dansen terwijl de andere helft naar de kleedkamers verdween...





Netjes op tijd volgde de prijsuitrijking: Tot en met de leeftijd van 12 jaar behalen alle deelnemers een bronze, zilvere of goude medaille:

9-10 jarigen:           Brons voor Julie (net naast zilver gegrepen),  
                               Zilver voor Kari  
                               Goud voor Ellen, Lisabeth en Liv.

2	DE BEENHOUWER Lisabeth GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 11	diff exec pen T	0.000 18.900 0.000 18.900	diff exec pen T	0.400 20.550 0.000 20.950	Goud 39.850
8	TEUWEN Ellen GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 12	diff exec pen T	0.000 16.350 0.000 16.350	diff exec pen T	0.400 19.500 0.000 19.900	Goud 36.250
12	PELSER Kari GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 14	diff exec pen T	0.000 14.550 0.000 14.550	diff exec pen T	0.400 17.100 0.000 17.500	Zilver 32.050
16	BERTELS Julie GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 10	diff exec pen T	0.000 8.250 0.000 8.250	diff exec pen T	0.400 19.950 0.000 20.350	Brons 28.600

11-12 jarigen:        Brons voor Lore,  
                               Zilver voor Nena(dju; net geen goud...)  
                               Goud voor een stralende June.

3	VAN GINNEKEN June GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 27	diff exec pen T	0.000 19.500 0.000 19.500	diff exec pen T	1.000 19.350 0.000 20.350	Goud 39.850
4	PELSER Nena GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 26	diff exec pen T	0.000 21.150 0.000 21.150	diff exec pen T	0.500 16.500 0.000 17.000	Zilver 38.150
9	VAN HAMME Lore GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 25	diff exec pen T	0.000 12.750 0.000 12.750	diff exec pen T	0.600 7.500 0.000 8.100	Brons 20.850

G-gym: Podium volledig Gym-Harop gekleurd:  
 Brons voor Geike,  
 Zilver voor Hannelore  
 Goud voor Hassel! Geglunder alom !!

RECREA - G-GYM - ALLROUND						
PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
1	DE LAET Hassel GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 34	diff exec pen T	0.000 19.650 0.000 19.650	diff exec pen T	1.600 19.200 0.000 20.800	Goud 40.450
2	DE BEENHOUWER Hannelore GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 35	diff exec pen T	0.000 19.050 0.000 19.050	diff exec pen T	0.400 13.500 0.000 13.900	Zilver 32.950
3	SIMONI Geike GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 36	diff exec pen T	0.000 19.050 0.000 19.050	diff exec pen T	0.300 10.350 0.000 10.650	Brons 29.700

13-14 jarigen: Vanaf de leeftijd 13+ kunnen enkel de 3 besten een medaille winnen. Onze meisjes behaalden de volgende plaatsen in het klassement:  
 5<sup>e</sup> plaats voor Nore  
 6<sup>e</sup> plaats voor Enya  
 7<sup>e</sup> plaats voor Marylise

5	BEULLENS Nore GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 37	diff exec pen T	0.000 19.950 0.000 19.950	diff exec pen T	1.400 18.300 0.000 19.700	39.650
6	SMITS Enya GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 38	diff exec pen T	0.000 19.350 0.000 19.350	diff exec pen T	1.100 18.300 0.000 19.400	38.750
7	DE BEENHOUWER MARYLISE GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 39	diff exec pen T	0.000 19.050 0.000 19.050	diff exec pen T	1.100 16.050 0.000 17.150	36.200

15 jarigen: Goud voor Matthias!

RECREA - 15+ JAAR JONGENS - ALLROUND

PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
1	POPPE Matthias GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 42	diff exec pen T	0.000 19.500 0.000 19.500	diff exec pen T	2.100 18.750 0.000 20.850	40.350

Als we de vergelijking maken tussen 'Steeds in form Ooigem' en onze club ...wel dan waren wij toch net dat beetje beter in form hoor!

Wat vermoeid maar duidelijk erg blij gingen de gymnasten huiswaarts. Er werd al meermaals gevraagd wanneer en waar de volgende wedstrijd doorgang vindt. Ook de trainers waren (meer dan) tevreden. De vele berichtjes met bedankingen van de gymnasten en hun ouders deden ook veel deugd.

Bedankt iedereen: Gymnasten, ouders, trainers, bestuur dat we deze wedstrijd tot een goed einde konden brengen en hopelijk tot spoedig!



Marc

## Provinciale voorronde 3 TR. C te Schelle op 13.03.2022

De grotere springers (Thirze, Hawa en Justin) konden niet deelnemen aan de provinciale voorrondes 1 en 2 wegens hun opleidingsbezigheden m.a.w. hun examens.

Vandaar dat we speciaal voor hen gingen deelnemen aan de 3<sup>de</sup> provinciale voorronde.

Ze hebben, in overleg met de trainers, zelf hun reeksen samengesteld en zich voorbereidt op deze wedstrijd. Hawa en Thirze hadden eerder al aangegeven dat dit hun laatste wedstrijd zou worden.

Lucy jureerde voor onze verenging en Dimitri en Bruno namen de begeleiding op zich. Onze gymnasten sprongen allemaal in de wedstrijdblok van Namiddag 1.

### Meisjes C 18+

**Thirze** sprong als eerste van haar blok. De zenuwen sprongen hier en daar in het rond. De eerste reeks sprong ze goed door. Het was niet zo heel hoog, maar ze had weinig horizontale verplaatsing. Dat was al een goed begin. Bij de tweede reeks w s het spannender, daar ze tijdens de trainingen moeite had met de 'Salto Ball Out'. Vandaar dat ze voor zichzelf beslist had om die sprong te vervangen door 'Halve draai Stand'. Aanvankelijk was ze goed vertrokken maar na haar Salto rugwaarts gehoekt sprong ze haar Spreidhoeksprong naar achteren en kwam neer op het blauwe pad. Daardoor werd haar reeks onderbroken en zou ze punten krijgen op 7 sprongen. Een teleurgestelde Thirze. Toch knap dat ze zich heeft gesmeten om te kunnen deelnemen aan deze wedstrijd.

Allround uitslag 15<sup>de</sup> plaats op 16 deelnemers.

15	RESSELER Thirze GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 53	diff	0.000	diff	1.900	
		ToF	10.395	ToF	7.350	
		exec	13.600	exec	9.700	
		hd	9.800	hd	6.800	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.795	T	25.750	59.545

Hawa kwam vervolgens aan de beurt. Bij de eerste reeks ging het goed. Ze had weinig horizontale verplaatsing, de hoogte zat goed en het was goed uitgevoerd. Voor de tweede reeks was Hawa wel wat onzeker, vooral voor haar laatste sprong m.n. 'Salto Ball Out gehurkt'. Ze sprong haar reeks bijna op dezelfde hoogte als haar eerste. Even veranderde ze een  $\frac{1}{2}$  draai in een Hoeksprong, wat op zich toegelaten is. Daardoor kreeg ze wel 0.1 punt minder moeilijkheid. En uiteindelijk ..... sprong ze haar laatste sprong door en eindigde op het trampolinebed. Knap gedaan!

### Allround uitslag 9<sup>de</sup> plaats op 16 deelnemers.

9	NGALLANE Hawa GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 57	diff	0.000	diff	3.800	
		ToF	11.945	ToF	11.495	
		exec	14.400	exec	13.700	
		hd	9.800	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	36.145	T	38.595	74.740

### Jongens C 17+

In het volgende blok kwam Justin aan de beurt. Gezien zijn leeftijd en grootte voelde hij zich wel 'den bomp' van de categorie. Justin had zijn reeks tijdens de laatste training nog wat aangepast. Tijdens het inspringen ging hij toch nog even uitproberen wat hij uiteindelijk zou springen.

Zijn eerste reeks was zeer mooi afgewerkt. Hij had weinig horizontale verplaatsing en een goede hoogte. Zijn tweede reeks werd een verrassing. Als laatste sprong zette hij zijn 'Barani Ball Out' door en met succes. Deze sprong had hij al maanden niet meer gesprongen. Zijn hoogte was een ietsepietsie lager en hij heeft maar één keer buiten het vierkant gesprongen. Een zeer goede prestatie, wetende dat hij al enkele maanden enkele skills niet meer kon springen (Lost movement). Dikke proficiat!

### Allround uitslag 3<sup>de</sup> plaats op 5 deelnemers.

3	WEERNINK Justin GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 74	diff	0.000	diff	4.500	
		ToF	12.650	ToF	12.410	
		exec	15.200	exec	14.600	
		hd	9.700	hd	9.900	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	37.550	T	41.410	78.960

Al bij al was het de kortste wedstrijd die we ooit hebben gehad. Aangekomen om 12.30u en gedaan om 14.30u.

Bedankt aan Lucy voor het jureren en ook aan de supporters voor de nodige steun.

Bruno

## Vlaams Kampioenschap Trampoline niveau C te Knokke-Heist op 14.05.2022

Tijdens de voorgaande Provinciale voorrondes konden 5 van onze gymnasten zich selecteren voor het Vlaams kampioenschap Trampoline C. Deze zijn Marie-Joëlle, Jef, Thijs DC, Hawa en Justin.

Voor deze wedstrijd moesten we richting Knokke-Heist, dus het was vroeg opstaan.

Dimitri nam de taak van jury op zich en Bruno ging de springers begeleiden.

Sporthal De Stormmeeuw was een ruime hal waarin 4 trampolines en een tumblingbaan waren opgesteld, opwarmen moest in een aparte zaal plaatsvinden.

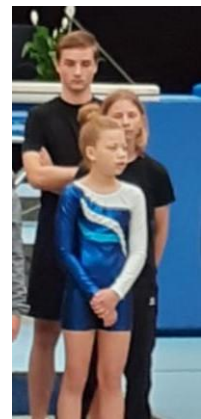
In de voormiddag sprongen Marie-Joëlle, Jef en Thijs, in de namiddag waren Hawa en Justin aan de beurt.

### Meisjes 11 jaar

Marie-Joëlle kwam nog net op tijd aan om te kunnen opwarmen. Na de voorstelling aan de jury kon zij nog inspringen op de wedstrijdtrampoline. Ten slotte springt elke trampoline net iets anders, dus wennen is wel de boodschap.

Tijdens de eerste reeksgang het goed, doch eerder laag. Enkel bij haar laatste sprong (salto voorwaarts gehurkt) draaide ze iets te ver door. Bij de landing (op haar voeten) verloor ze haar evenwicht en moest ze haar handen even op het trampoline zetten om niet te vallen. Dit kost natuurlijk punten.

Bij de 2<sup>de</sup> reeks kwam Marie-Joëlle in de problemen bij haar Buikval en kon ze niet goed rechtekomen waardoor ze niet verder kan springen. Daardoor was haar reeks onderbroken, de eerste zeven sprongen kregen wel punten. Spijtig, maar dit had voorkomen kunnen worden door regelmatig te trainen. Toch een dikke proficiat voor haar selectie en haar deelname.



PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
18	CAUTREELS Marie-Joelle GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 17	diff	0.000	diff	0.800	
		ToF	9.920	ToF	6.885	
		exec	13.800	exec	9.600	
		hd	9.950	hd	6.350	
		pen	0.000	pen	0.000	
		T	33.670	T	23.635	57.305

### Jongens 13 - 14 jaar

Jef en Thijs kwamen bijna samen en ruim op tijd aan op de wedstrijd. Tijdens de wedstrijd van Marie-Joëlle moesten zij zichzelf wat opwarmen in de aparte zaal. Nadien even voorstellen aan de jury en ook zij konden inspringen op de wedstrijdtrampolines. Tijdens de

opwarming sprongen ze hun reeksen door doch ging het er nog wat losjes aan toe. Weinig afwerking en spanning. Doch keer op keer beterde het.



Jef mocht als eerste springen en zette een mooie prestatie neer: hij sprong zijn eerste reeks hoog, zonder horizontale verplaatsing en mooi uitgevoerd.

Zijn tweede reeks was moeilijker. Hij sprong iets minder hoog en afgewerkt en hij heeft wat over en weer gesprongen. Maar al bij al heeft hij een mooie reeks laten zien.

Jef behaalde hiermee een 1<sup>ste</sup> plaats en is Vlaams Kampioen TR C 2022 en mocht de Gouden medaille mee naar huis brengen.

Thijs echter had pech. In zijn eerste reeks sprong hij ook hoog maar minder afgewerkt, maar bij de landing van zijn laatste sprong (1/1 draai) landde hij op 1 voet. Daardoor werden er maar negen sprongen gevalideerd.

Zijn tweede reeks sprong Thijs een moeilijkere oefening, m.n. hij eindigde zijn reeks met zweef-salto gehurkt Ball Out. Hij heeft alles prima doorgesprongen.

Thijs behaalde hiermee de 5<sup>de</sup> plaats en was toch licht teleurgesteld, een goede motivatie om er hard tegenaan te gaan tijdens de komende trainingen.

Ook aan Jef en Thijs een dikke pluim voor hun selectie en de prestaties die ze op deze wedstrijd geleverd hebben.



PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
1	<b>VANSTIPHOUT Jef</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 27	diff	0.000	diff	2.900	
		ToF	12.375	ToF	12.050	
		exec	15.400	exec	14.200	
		hd	10.000	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>37.775</b>	<b>T</b>	<b>38.750</b>	<b>76.525</b>
5	<b>DE CUYPER Thijs</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 29	diff	0.000	diff	3.000	
		ToF	11.269	ToF	11.995	
		exec	13.600	exec	14.800	
		hd	8.900	hd	9.900	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>33.769</b>	<b>T</b>	<b>39.695</b>	<b>73.464</b>

### Meisjes C 17+ jaar

In de namiddag begon Hawa als eerste. Na de geplogenheden van opwarming, voorstelling was het inspringen aan de beurt. In tegenstelling tot de laatste trainingen liep het

inspringen bij Hawa vlot. Ze besliste dat ze in haar tweede reeks Salto Ball Out zou springen i.p.v. Barani Ball Out, daar was ze zekerder van.

Hawa sprong tijdens de wedstrijd haar eerste reeks mooi, hoog en met weinig verplaatsing. Ook de tweede reeks was een knappe prestatie. Een mooie wedstrijd voor Hawa, maar er waren er beter dan zij.

Toch een dikke proficiat voor je selectie en de prestaties tijdens het Vlaams Kampioenschap.

PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
9	<b>NGALLANE Hawa</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 127	diff	0.000	diff	3.800	
		ToF	12.200	ToF	11.825	
		exec	14.900	exec	14.000	
		hd	9.800	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>36.900</b>	<b>T</b>	<b>39.225</b>	<b>76.125</b>



### Jongens C 17+ jaar

Als laatste van onze gymnasten kwam Justin aan de beurt. Bij hem is het steeds afwachten wat hij gaat springen. Justin kan nl. gemakkelijk van sprong wisselen zonder dat zijn reeks in het gedrang komt. Zelf zegt hij dat dat soms nog tijdens het springen gebeurt. Bij het inspringen is het dan een beetje aftasten wat voor hem goed voelt. Enkele malen ging hij over met zijn zweef en raakte hij het trampolinebed met zijn voeten.

Tijdens zijn wedstrijd sprong hij een mooie hoge eerste reeks met enkele horizontale verplaatsingen. Enkel net voor zijn zweef trekt hij aan de handrem en springt een heel eind lager. Dat tikt natuurlijk door in zijn punten van de Time of Fly. Hij kreeg zeer mooie uitvoeringspunten. Na zijn eerste reeks stond hij op de 4<sup>de</sup> plaats.

Zijn tweede reeks was mooi om zien. Enkel bij zijn zweef kreeg hij het moeilijk wat maakte dat hij alle registers moest opentrekken om zijn Barani Ball Out erdoor te krijgen. Deze laatste sprong was iets minder mooi gesprongen. Toch kreeg hij goede punten.



Uiteindelijk werd hij tweede in het klassement, op 0.290 punten van de winnaar. Hij mocht fier zijn zilveren medaille mee naar huis brengen.

Ook voor Justin een dikke dikke pluim, want op dat niveau springen in combinatie met zijn studies is een hele opgave.

PLAATS	DEELNEMER	REEKS 1		REEKS 2		TOTAAL
2	<b>WEERNINK Justin</b> GYM-HAROP vzw BRASSCHAAT 107	diff	0.000	diff	4.500	
		ToF	12.640	ToF	12.375	
		exec	16.500	exec	16.200	
		hd	9.600	hd	9.600	
		pen	0.000	pen	0.000	
		<b>T</b>	<b>38.740</b>	<b>T</b>	<b>42.675</b>	<b>81.415</b>

De volledige uitslag kan je lezen op onze website  
[www.gym-harop.be](http://www.gym-harop.be)



Tussen de wedstrijdblokken van de voormiddag en de namiddag werden 2 van onze juryleden geëerd voor hun jarenlange inzet: Dimitri voor 20 jaar en Bruno voor 30 jaar. Zij kregen een speldje om op hun juryuniform te spelden. Proficiat.

Als trainers zijn we fier op de prestaties van onze gymnasten, zeker na die vervelende coronaperiode waar heel wat springers hebben stilgelegd.

Bedankt aan alle ouders en supporters om de springers te ondersteunen en aan Dimitri voor het jureren.

Hier nog enkele sfeerfoto's:



Bruno

## Recreatoernooi Trampoline te Willebroek op 22.05.2022

Vrij vroeg vertrokken we richting Willebroek. Onze gymnasten gingen er deelnemen aan het Recreatoernooi Trampoline. Dertien gymnasten gingen de uitdaging aan. Acht van hen waren louter recreanten en vijf wedstrijdspringers. Deze konden deelnemen gezien ze wekelijks 'slechts' vier uur trainen. Ze werden vergezeld door drie gymnasten van de club Gymka Kalmhout waar trainers Inge en Marc ook les geven. Ook aanwezig voor Gym-Harop: Trainer/voorzitter Bruno en trainster Thirze. Trainer Dimitri nam de moeilijke taak op zich om te jureren.

Onze 9 en 10-jarigen waren eerst aan de beurt. Lemoni sprong erg goed en werd dan ook terecht beloond met goud. Lisabeth (die de licht gekwetste Ellen verving) en Olaf behaalden zilver. Kari schopte het in deze reeks tot brons.



De 11-12-jarigen kwamen vervolgens op de trampoline. June en Nena sprongen erg goed en kregen dan ook verdiend applaus vanop de tribune. Beiden kwamen erg dicht bij het zilver doch moesten tevreden zijn met brons net zoals Alexander.



Alfie en Nathan sprongen een mooie reeks en behaalden zilver.



De 13-14-jarigen werden vertegenwoordigd door Hannelore die goud haalde in de G-gym reeks en door zus Marylise die een aandenken kreeg.

Bij de jongens sprong Nicolas hoog en mooi en verdiende daarmee knap zilver.



Sebbe sprong als 15-plusser samen met deze groep. Hij behaalde goud. Wij kijken nu al uit naar de wedstrijd waaraan zowel Sebbe als Matthias kunnen deelnemen (Matthias was nu verhinderd - behaalde de vorige wedstrijd goud; Sebbe was de vorige wedstrijd verhinderd. Kunnen ze uitmaken wie nu wel de beste is.

Gym-Harop behaalde dus weer erg mooie resultaten: 3 x goud, 5 x zilver en 4 x brons. Rest ons nog de aanwezige gymnasten, ouders, trainers en Dimi voor het jureren te bedanken en hopelijk tot op een wedstrijd volgend seizoen!



## Nieuwe T-shirts voor onze lesgevers, hulplesgevers en helpende handen.

Naar aanleiding van de dag van de  
vrijwilliger kregen onze lesgevers,



hulplesgevers en helpende mama's een persoonlijke T-shirt van de turnclub cadeau. We kozen voor een andere kleur dan onze zwarte club T-shirt omdat we merkten dat dit zwart bij de allerkleinsten wat afschrikwekkend werkte, zeker tijdens de momenten dat onze lesgevers ook nog een mondmasker moesten dragen.

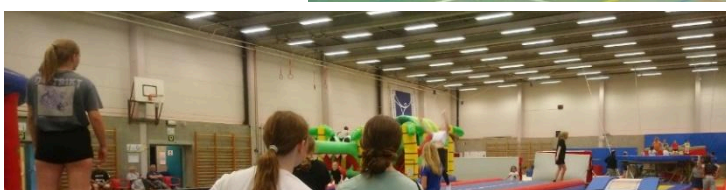
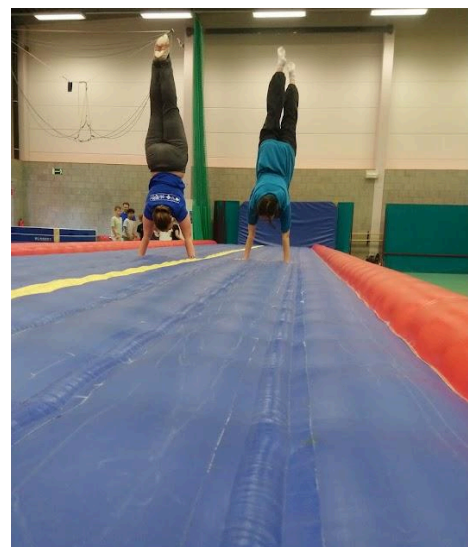
Hiernaast enkele lesgevers met hun nieuwe, persoonlijke T-shirt:

## Afsluiter van het turnjaar: Jumpday op 26/06/2022

### Hoe ziet de jumpday eruit?

De laatste zaterdag van het turnjaar is de turnhal volledig ter beschikking van Gym-Harop. Alle leden worden uitgenodigd om een namiddag te komen springen/uitleven in de hal. Er worden springkastelen voorzien voor de allerkleinsten en de jongeren kunnen hun beste moves nog eens bovenhalen op de verschillende 'spring' toestellen, zoals de drie grote trampolines, de dubbele mini trampoline, de tumblingbaan, de kleine airtrack en de grote airtrack.

Ook niet-leden zijn welkom, voor hen vragen we een bijdrage van 5 euro pp.



### Hoe is dit ontstaan?

Enkele jaren geleden organiseerden we voor de eerste keer de Jumpday als slotactiviteit. We waren op zoek naar een leuke activiteit als afsluiter van het turnjaar waarbij we onze hoofdiscipline trampoline springen nog steeds in de spotlight konden zetten. Onze focus kwam al snel op springen, jumpen! We gingen op zoek naar andere manieren van springen en kwamen al snel op het idee om ook enkele springkastelen en airtracks te huren. De eerste editie was geen groot succes maar we merkten wel dat we met dit evenement ook enkele nieuwe leden aantrokken.

Het project stond nog in zijn starterschoenen toen de coronapandemie uitbrak. Hierdoor heeft het dan ook twee jaar stilgelegen. Het positieve hieraan was dat we nu voldoende tijd kregen om verder te brainstormen en het project uit te bereiden/ te verbeteren. Ook al is het project niet 'nieuw-nieuw', toch zien we dit nog steeds als een nieuw, innoverend project. Eentje dat we nog verder willen uitbreiden en verbeteren.

### Wat is er sinds dit jaar nieuw in ons project?



Sedert dit jaar hebben we ook de refter en de speelplaats van de nabijgelegen school gereserveerd. Op de speelplaats stond een extra lang springkasteel en was er een bar voorzien waar

drankjes en hapjes verkocht werden. Dankzij het goede weer kregen de ouders de kans om van het zonnetje te genieten terwijl de kinderen zich konden uitleven.

In de bar verkochten we voor het eerst onze bubbelwafels, deze waren een heel groot succes.

In de refter werd gedurende de hele dag de Gym-Harop film vertoont. Iedere groep heeft tijdens zijn les een nummer in elkaar gestoken rond het thema 'film'. Enkele weken voor de Jumpday zijn deze nummers gefilmd. Kinderen kunnen samen met hun netwerk gedurende de hele middag komen en gaan. Ze kunnen met trots tonen waar ze de voorbije maanden zo hard aan gewerkt hebben. De film werd ook vandaag te koop aangeboden aan de kassa.



## Turnkamp 4 - 8 juli 2022

Maandag 04 juli was het weer verzamelen blazen: Het turnkamp van Gym-Harop ging van start met 54 enthousiaste kinderen. Zeven niet minder enthousiaste lesgevers stonden ook paraat nadat alle toestellen werden klaar gezet. Trainers Sarah, Inge, Thirze, Elisa, Jonas en Marc werden bijgestaan door Agnes.

Er werd gestart met twee nieuwe kampdansjes. De superhelden van Minidisco mochten de spits afbijten. Zo kwamen achtereenvolgens aan bod: James Bond, Tarzan, Batman, de Ninja Turtles en Superman.

Het tweede kampdansje was geïnspireerd op 'Bella Ciao'; een oud Italiaans liedje. De oorsprong zou ergens in de beginjaren 1900 te vinden zijn en later werd het een lijflied van het Italiaanse verzet tijdens WO II. Voor ons was het een bedankje voor de leuke week (zie verder).



Heel de week werd er getraind op de dames- en herenbrug, de balk, de plint, de tumblingbaan, de airfloor, de minitrampoline, de dubbele minitrampoline en de (maxi)trampoline. Op de Olympische vloer werden er spelletjes gedaan en werd er gedanst.

Ter vervanging van de woensdagnamiddaguitstap knutselde Inge een Gympo & Gymba ganzenbord in elkaar. De gymnasten werden verdeeld in negen gelijkwaardige teams. Elk team had één of twee kapiteins en bestond uit gymnasten van elke groep (groep 3 de



oudere gymnasten die de kapiteins leverden, groep 2 de wat jongere gymnasten en groep 1 onze kleuters). Het moet gezegd: De kapiteins namen de kleuters goed op sleeptouw. Soms leken het wel oudere zussen met hun jongere zusjes/broertjes! Bij het dobbelsteen gooien en het vorderen op het ganzenbord moesten er telkens opdrachten uitgevoerd worden. Het kon dan gaan om een balspel, een puzzel, het uitvoeren van bepaalde sprongen enz... Anderhalf uur werd er gespeeld en toen waren de eerste drie ploegen aan het einde van het bord aangekomen. De rest van de middag stond in het teken van balspelen.

Elke kampdag eindigde zoals de voorgaande jaren: Met verstoppertje in het donker. Nog altijd spelen de gymnasten dit graag en dit jaar waren er zelfs geen kleuters die aan de kant bleven wegens bang in het donker!

Vrijdagmiddag te 15.45 uur stroomden mama's, papa's, oma's en opa's binnen in de zaal. Met een Starwars-tune en onder luid applaus kwamen onze gymnasten binnen. De toeschouwers vergaapten zich aan acro-oefeningen en aan kunst(en)(jes) op alle toestellen. Er werd geëindigd met 'Belle Ciao': "Het is tijd-om dag te zeggen-Belle Ciao bella ciao enz"...

De toeschouwers begrepen de boodschap: "Bedankt voor deze mooie dag" en "geef een high-five en een knuffel". Onder luid en lang applaus eindigde ook deze editie alweer.



Prettige vakantie allemaal en tot in september!

Sara, Agnes, Thirze, Inge, Elisa, Jonas & Marc.



## Het vernieuwd bestuur vanaf turnjaar 2022-2023

---

Dit schooljaar zijn er enkele veranderingen in het bestuur doorgevoerd. Onze voorzitter Bruno heeft na vijf jaar besloten om te stoppen als voorzitter. Hij wil zich wel nog verder inzetten als materiaalmeester voor de club.

Enkele nieuwe medewerkers van het bestuur zijn: Lien, Monique en Greet.

Lies Van thielen



Ledenadministratie

Lien De Vleeschauer



Secretariaat

Hans Meert



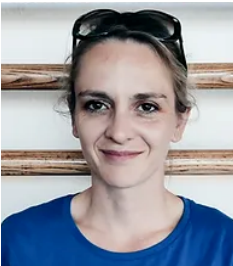
Penningmeester

Monique Morsink



Subsidiebeheer

Lucy Van  
Steenweghen



Jeugdsport-  
coördinator

Zoë  
Daggelinckx



Sporttechnisch-  
coördinator

Britt  
Verlinden



Vrijwilligers-  
coördinator

Greet  
Stessels



Zaal-  
Verantwoordelijke

## Losse medewerkers

---

Chris Saint Gislain



Kledingverantwoordelijke

Karen Grieten



Aanspreekpunt integriteit

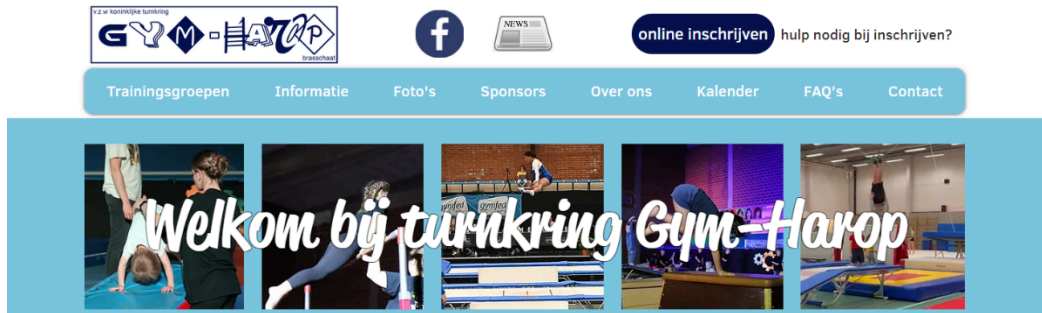
Bruno Nicolay



Materiaalmeester

## Vernieuwde, gebruiksvriendelijke website

Onze bestuur medewerker en vrijwilligerscoördinator, Britt, heeft voor de zomervakantie inging veel tijd gestoken in het ontwerpen van onze nieuwe, gebruiksvriendelijke website.



### kies voor een toffe turnkring

Turnkring Gym-Harop v.z.w. staat elke dag klaar om jou en/of je kind de tofste gymhobby aan te bieden. Onze specialiteit is trampoline in zijn diverse vormen, maar je vindt ook Recrea-Gym voor kinderen en G-gym in ons aanbod.

Kwalitatieve trainingen en samenwerking staan bij ons hoog in het vaandel.

- Folder 2022-2023
- Infobrochure
- Evenementen
- clubkledij



### Belangrijke berichten:

Ben jij een G-gymer?

4 dagen geleden



Opendeurweek met Sportende dieren

28 sep.



Breng je sportclub naar school

24 sep.



Nieuw op deze website is de blog, de Gym-Haroper, waar leden en familieleden zich op kunnen abonneren. Zo worden ze steeds als eerste op de hoogte gebracht van ons nieuws.



Abonneer je en wees als eerste op de hoogte van updates rond onze turnkring.

E-mailadres \*

Dit concept zit nog in zijn testfase.

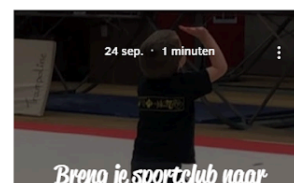
bijv. mail@voorbeeld.com

Abonneer je

All Posts



Inloggen/registreren



## Dorpsdag Brasschaat op 04 september 2022

Na twee jaar ging voor het eerst de Dorpsdag in Brasschaat weer door. Naar jaarlijkse gewoonte vond dit evenement plaats op de eerste zondag van de maand september. De gemeente Brasschaat besloot om het sportdorp te verplaatsen naar het plein voor de kerk. De plaats waar we de vorige jaren stonden was nu voorzien voor de kermis.

Door deze verplaatsing hadden we minder ruimte om het materiaal van de verschillende sportclubs die een demo zouden geven veilig weg te bergen. Ook merkten we dat er minder ruimte was voor toeschouwers om naar de demonstraties te komen kijken, wat wel jammer was natuurlijk!



Gym-Harop gaf op drie verschillende momenten demonstraties. Wij hebben vooral de grote trampoline nog eens in de kijker gezet. Zowel de wedstrijd ploeg onder leiding van Bruno en Dimitri als de recreatieve ploeg onder leiding van Inge en Marc hebben een demonstratie gegeven. Voor de springers blijft dit een erg spannende middag. De combinatie van de vele toeschouwers en het springen in open lucht zorgt voor een portie gezonde zenuwen. Toch heeft iedereen het beste van zichzelf gegeven en zijn we erg

trots op onze gymnasten.

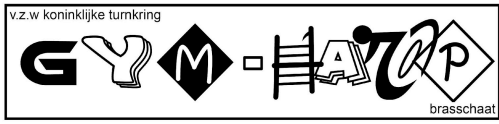
Aan de toog konden de toeschouwers naar jaarlijkse gewoonte onze bekende Mojoto's verkrijgen. We verkochten gewone Mojito's, Mojito Royal en kinder mojito's. Na het succes van de bubbelwafel op de Jumpday besloten we ook deze te koop aan te bieden op de dorpsdag.



Aan ons kraampje konden ouders informatie verkrijgen over het komende turnjaar.

Om onze club te sponsoren besloot ons bestuurslid, Britt, te grimeren aan ons kraampje. Vele kindjes werden omgetoverd in een elfje of een spiderman of ze konden een mooie glittertattoo laten plaatsen.

Zoë



Sint en winterbar