

# 'T IS DE MOEITE



PB-PP  
BELGIË(N) - BELGIQUE



Alle informatie over de laatste trainingsweken

**flink en fris**  
vzw Koninklijke Gymclub Flink en Fris

## Woordje van de voorzitter

Beste Flink en Frissers en sympatisanten,

Het turnjaar zit er bijna op maar we hebben nog een paar activiteiten:

### Selectietesten

Dit is voor alle gymnasten die interesse hebben om mee te doen aan wedstrijden in acro, toestelturnen of tumbling.

### De Dolfijne week 18 -24 mei

Dolfie komt op bezoek. De bar is open en je kan pannenkoeken kopen om de club te sponsoren.

### "De Tuimelaar" leeg maken 4 juni

Alle materialen moeten weg zodat de turnzaal "een Facelift" kan krijgen. Alle helpende handen zijn meer dan welkom.

Graag sluit ik dit turnjaar af met een "**DANK JE WEL**"

- Bedankt chauffeurs (oma's, opa's, tantes, poetsvrouwen, ..) om de gymnasten naar de turnzaal te brengen.

- Bedankt gymnasten voor jullie inzet elke les.

- Bedankt ouders voor jullie vertrouwen in de club.

- Bedankt trainers voor jullie kwaliteitsvolle lessen.

- Bedankt bestuursleden voor jullie oneindig engagement.

Geniet van de vakantie samen met vrienden en familie en tot volgend turnjaar in de vernieuwde en grotere "Tuimelaar".

Andel Lefere  
Voorzitter Gymclub Flink en Fris

### 'T IS DE MOEITE

#### Redactie

Laura Parmentier  
Andel Lefere  
Sybran Parent  
Tania Hoorelbeke

#### Lay-out

Tania Hoorelbeke

#### Foto's

Katrijn Soenen  
Dries Verhelst  
Sybran Parent

'T IS DE MOEITE is een uitgave van:

#### Koninklijke Gymclub Flink en Fris vzw

Beversesteenweg 310  
8800 Roeselare  
Tel: 0468 11 56 63  
051 21 24 45 (enkel in nood)

info@flinkenfris.be  
www.flinkenfris.be

#### Voorzitter

Andel Lefere  
Diksmuidsesteenweg 233  
8800 Roeselare

#### Secretariaat

Christine Valcke  
Sterrenstraat 7  
8800 Roeselare

#### V.U.

Tania Hoorelbeke  
Akkerstraat 12  
8830 Hooglede

#### Lid van de Gymfed.



## Selectietesten plus- en competitiegroepen

• De selectietesten zijn testen om te kunnen instappen in plus- en competitiegroepen. Dit zijn dus **geen** probeermomenten.

• **Inschrijven is verplicht!** Stuur een mailtje naar het bijhorende mailadres

• **Selectietesten zijn geen evaluatietesten.** In plusgroepen organiseren de trainers evaluatietestjes automatisch tijdens de training om te zien hoe de gymnast gegroeid is.

• De resultaten van alle testen wordt op hetzelfde moment naar iedereen gecommuniceerd vanaf 19/06. Hebt u op 30/06 nog niets ontvangen, contacteer dan zelf de verantwoordelijke.

• Bekijk ons uurrooster op de website als je wil weten hoeveel en wanneer welke groep traint tijdens de week. We proberen dezelfde dagen zoveel mogelijk aan te houden volgend jaar, al zijn verschuivingen wel mogelijk doordat we een grotere zaal ter beschikking zullen hebben na de verbouwingen volgend sportjaar.

### TUMBLING

#### WIE

- Vanaf geboortjaar 2011 en ouder

**WANNEER:** woensdag 31 mei

- 2011-2010: 14-15u

- 2009-2008-2007: 15u15-16u15

- Vanaf 2006: 16u30-17u30

**INSCHRIJVEN:** mailtje sturen naar **sybran.parent@flinkenfris.be** met naam, geboortedatum en geslacht en turnervaring.

### ACRO

#### WIE

- **Starters:** BovenPartner 2010-2011,

OnderPartner 2005-2006-2007

- **Plus:** BovenPartner vanaf geboortjaar 2010,

OnderPartner vanaf geboortjaar 2005

#### WANNEER:

- zaterdag 27 mei 16u-18u OF

- zaterdag 3 juni 16u-18u

**INSCHRIJVEN:** mailtje sturen naar **veerle.vermeersch@flinkenfris.be** met naam, keuze starters/plus, geboortedatum, geslacht en turnervaring.

### TOESTELTURNEN (PLUS)

#### WIE

- geboortjaar 2011,2010,2009,2008.

#### WANNEER

- zaterdag 3 juni 13u30-15u30

**INSCHRIJVEN:** mailtje sturen naar **tania.hoorelbeke@flinkenfris.be** met naam, geboortedatum, geslacht en turnervaring.

### TALENTJES

#### WIE

- enkel voor meisjes geboren in het jaar 2012

#### WANNEER

- zaterdag 3 juni 13u30 – 15u

**INSCHRIJVEN:** mailtje sturen naar **katrijn.soenen@flinkenfris.be** met naam en geboortedatum.



# Fun tijdens het recreurnkamp in de paasvakantie

Alle foto's: [www.flinkenfris.be](http://www.flinkenfris.be)





## Vele wedstrijden achter de rug

### Tumbling competitie

We mogen trots zijn op meisjes en jongens. Sommigen hebben hun eerste stapjes in de competitie gezet. Anderen maakten dit jaar de overstap naar B-niveau. Het niveau gaat ieder jaar wat omhoog en iedereen boekt vooruitgang. Dit bewezen ze ook tijdens de wedstrijden.

Ook in de jongere groepen zit heel wat talent!



### Toestelturnen Plus

Deze jongens en meisjes haalden het beste uit zichzelf naar boven op de wedstrijd in Varsenare. En dit werd bevestigd met heel wat medailles.



### Toestelturnen competitie

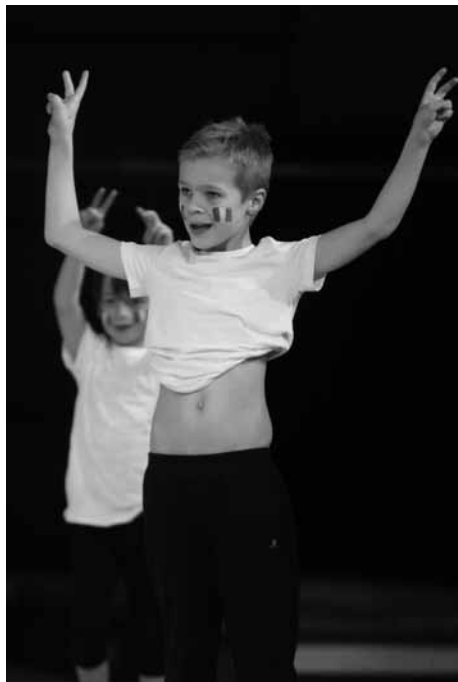
Deze jonge telgen van toestelturnen competitie schitterden op het paastornooi in Vlamertinge.

### Acro competitie

Ook onze acrogymnasten werden vaak met podiumplaatsen beloond. (foto zie voorpagina)



# Gym, Sleep, Party, Repeat



We blijven nagenieten van de prachtige prestaties van alle gymnasten!

Alle foto's zijn te vinden via [www.flinkenfris.be](http://www.flinkenfris.be)



Dank u wel aan onze gymshowponsors!

### Golden Partners

Drankenhandel Jan Prinzie

't Karakske

Rozenbach

Bofisc

Mediamarkt

Spie

### Gymshowponsors

Tex bvba

Automobilia

Belgosuc

Schrijnwerken Vanderborght

Vives

K2 Consulting

Architectenbureau Yves Luyckx

Hoeve Ter Kerst

Carosserie Depreiter Francky

Mango Café

Stibegro

Coiffure Galini

Drukkerij Vanhoutte

Flower Power

## Belangrijke data

- Op OLH-Hemelvaart (**25/05**) is er uitzonderlijk **wel les**.
- **18-24 mei:** dolfijne week
  - Dolfie komt met ons mee turnen.
  - De bar is open tijdens alle trainingen.
  - Er kunnen **pannenkoeken** gekocht worden aan 3 euro/halve kg. **Grote bestellingen (> 20 pakken)** kan je **voor 14 mei** doorgeven via **info@flinkenfris.be**.
- **22 - 28 mei:** laatste trainingsweek voor alle **kleuter- en recreagroepen**
- **3 juni:** laatste trainingdag voor de **plusgroepen**.
- De **competitiegroepen** trainen nog enkele keren op verplaatsing en ontvangen hierover nog info. Hun laatste trainingsdag is **25 juni**.
- **4 juni** - vanaf 9u: leegmaken van de turnzaal voor de verbouwingen. Alle hulp is welkom. Kan je ons komen helpen? Stuur een mailtje naar [info@flinkenfris.be](mailto:info@flinkenfris.be)
- **25 tot 27 augustus:** inschrijvingsweekend
  - 26/08 en 27/08 van 10u tot 12u: inschrijvingen voor iedereen
  - 25/08: inschrijvingen plus- en competitiegroepen.
- **1 oktober: start sportjaar** (onder voorbehoud van de vorderingen van de verbouwingswerken)
- **28 oktober:** GALABAL ter ere van ons 65-jarig bestaan.



# Pannenkoekenverkoop

## 18 tot 24 mei

voor, tijdens en na de trainingen

Heerlijke Brugse pannenkoeken voor  
slechts 3 euro/halve kg

T.v.v. turnmaterialen voor onze nieuwe zaal.  
Totaalprijs materialen om onze zaal te vullen € 110 000.  
(waarvan valkuil, onze droom: € 60 000)

**flink en fris**  
vzw Koninklijke Gymclub Flink en Fris

