

# Wedstrijden bij Turnkring Tuimeling Vlimmeren

Infomoment voor ouders en gymnasten



# Inhoud

- Wat is TU en TT
- Doel binnen TTV
- Van recrea tot competitie
- Voordelen van turnen
- Wat kunnen ouders verwachten
- Wat wordt van gymnasten verwacht
- Veiligheid en blessurepreventie
- Coaches en trainingsschema
- Recreatoernooien
- Wedstrijden C- niveau
- Wedstrijden A- en B-niveau
- Vragen???



# Wat is TU en TT



TUMBLING



AIRTRACK



TOESTELTURNEN



- Verschillende disciplines binnen 'gymnastiek'
- Reeksen op tumblingbaan / airtrack <> Oefeningen op toestellen (≠ jongens meisjes)

# Doel binnen TTV

- Volledig potentieel van elke gymnast
- Ontwikkeling
  - Kracht
  - Conditie
  - Techniek



# Van recrea tot competitie

- Vanaf dit seizoen een extra selectiegroep voor een betere doorgroei
  - ATU1+: recreatoernooien airtrack
  - TU2+: recreatoernooien en C-niveau, voornamelijk tumbling
  - TU3+: competitie tumbling C-niveau en B-niveau
  - TT+: recreatoernooien toestelturnen
- Daarnaast ook recreawerking op niveau van elke gymnast



# Voordelen van turnen

- Fysieke fitheid
- Mentale vaardigheden
- Zelfvertrouwen
- Teamspirit



# Wat kunnen ouders verwachten?

- Meerdere trainingen per week
- Tussen 1-2,5u
- Ervaren coaches
- Helpen tijdens wedstrijden



# Wat wordt van gymnasten verwacht?

- Regelmatige deelname
- Veiligheid
- Discipline
- Positieve houding





# Veiligheid en blessurepreventie

- Veiligheid voorop
- Veilige omgeving
- Ondersteunende materialen
- Veilige technieken



# Coaches en trainingsschema

- Hoofdcoach: Lore Van Opstal
- Andere coaches: Seppe, Hanne en Lokke Gorrens, Nien Smeyers, Aranka Roos, Anthe Van der Linden
- Training ATU1+: Donderdag 17:30-19:30 (2u) + recreagroep
- Training TU2+: Vrijdag 18:00-20:30, Zondag 18:00-20:30 (5u)
- Training TU3+: Maandag 18:00-20:30, Donderdag 17:30-19:30, Vrijdag 18:00-20:30 (7u)
- Training TT+: Zaterdag 9:30-12:00 (2,5u) + recreagroep



# Recretoernooien

- TT+ - 23/11/2024 Hasselt
- TT+ - 22/02/2025 Melsele
- TT+ - 29/03/2025 Mortsel
  
- ATU+ - 22/02/2025 Niel
- ATU+ - 08/03/2025 Oostakker
- (ATU+ - 16/03/2025 Wielsbeke)
- (ATU+ - 17/05/2025 Heusden-Zolder)



# Wedstrijden C- niveau

- TU - Provinciale voorronde 1 C-niveau: 25/01/2025 - Zonhoven
- TU - Provinciale voorronde 2 C-niveau: 15/02/2025 – Schelle
- TU - Vlaams Kampioenschap: 24/05/2025 - Genk



# Wedstrijden A- en B-niveau

- TU - Provinciale voorronde 1 A- en B-niveau: 01/02/2025 – Oosterzele
- TU - Provinciale voorronde 2 A- en B-niveau: 22/03/2025 – Geraardsbergen
- TU - Vlaams Kampioenschap: 26/04/2025 - Hulshout
- TU - Belgisch Kampioenschap: 17/052025 - Ekeren.



# Wedstrijden bij Turnkring Tuimeling Vlimmeren

Zijn er nog vragen?

[info@turnkringvlimmeren.com](mailto:info@turnkringvlimmeren.com)

Coördinator airtrack/tumbling: Inge Verschueren

Coördinator turnen: Evelyn Roos

