

# 't B O E K S K E

Nr . 108

Informatief tijdschrift,  
verschijnt 5 keer per jaar  
22ste jaargang nr. 2  
februari-maart 2011

P506999

Verantwoordelijke uitgever / A fzendadres: Lien Lammar, Schranslei 11, 2861 OLV-Waver

19 en 20 februari 2011

# SPRING-SPRONG FESTIVAL

Sporthal IHAM  
Bautersemstraat 59  
Mechelen



Clubblad van de Koninklijke Katholieke Turnkring  
**M o e d i g e n V r i j**  
Mechelen vzw



# 'T Boeksk e

J a n u a r i - f e b r u a r i 2011

## GELAMMEER

- 2 Stefkes straffe kost
- 3 Zussenpraat

## KASSA 4

- 12 Uitslag Brevettendag 2010
- 19 Sinterklaas op bezoek bij M&V

## FLASH FORWARD

- 4 Springplezier op het SpringSprongFestival!
- 7 Taartenslag
- 8 Turnfeest 2011: wij zoeken helpende handen!
- 20 Gymjam: ga mee op sportkamp

## HALLO? INFO!

- 23 Organogram
- 24 Onze leiding op een rijtje

## EN VERDER

- 18 Sofie Energie
- 22 Win! Nieuwe wedstrijd
- 28 Kalender





# Gel ammeer



## Stefkes straffe kost

*Onze voorzitter blikt terug en vooruit op alle activiteiten en gebeurtenissen in Moedig & Vrij!*

Hallo allemaal,

Op 6 januari was het Driekoningen en daar hebben we met Moedig & Vrij gebruik van gemaakt om een paar centjes bij elkaar te sprokkelen. Hoe? Door met originele driekoningen-performances van deur tot deur te gaan. De opbrengst zal ook dit jaar gebruikt worden om de kledij tijdens het turnfeest extra mooi te maken.

Het turnfeest valt nogal laat dit jaar (23 april) maar dat neemt niet weg dat we hiervoor reeds heel wat werk verzet hebben. Verwacht je alvast aan “schoonheid in de eenvoud” Maar hierover zal je de komende maanden nog voldoende nieuws krijgen.

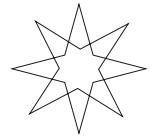
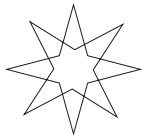
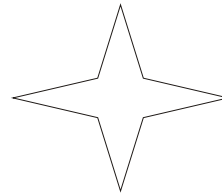
Het turnfeest is toch nog steeds de activiteit bij uitstek die het de moeite waard maakt om er als vrijwilliger voor te gaan! Je merkt de betrokkenheid van iedereen, en het doet deugd te weten dat je met zoveel goede wil van zoveel goede mensen iets prachtigs kan neerzetten en dat ook kan laten zien aan iedereen die hierin geïnteresseerd is! Bij het zien van Corteo, een voorstelling van Cirque du Soleil, kon ik me even op het turnfeest van 2009 wanen. Voor diegenen die het zich nog herinneren: de circusstoet met de circusdirecteur met hoge hoed, gevolgd door de clowns en artiesten...

Schitterende herinnering aan een turnfeest! Dit jaar gaan we er weer voor om er iets onvergetelijks van te maken!

Voor we zover zijn, hebben we nóg een grootse activiteit, namelijk het SpringSprong Festival dat doorgaat in de Iham. Niet te missen springplezier voor de jonge sportievelingen onder ons! De praktische info kan je verder in 't Boekske vinden.

En niet te vergeten: onze taartenslag mag ook nog wel even aangeprezen worden. Het is immers één van onze weinige fundraising activiteiten. Iedereen zal hiervoor in de lessen een eveloppe krijgen met de nodige uitleg om zoveel mogelijk vlaaien en truffels te verkopen! Veel succes!

Stef



Liefste leden,

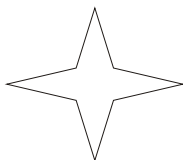
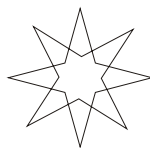
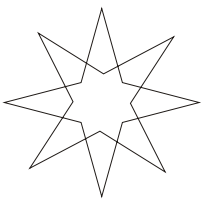
Zoals elk jaar  
hebben wij een nieuwjaarsbrief voor jullie klaar  
(nu ja, eigenlijk is dit de eerste keer,  
maar dat weten jullie vast niet meer:))

Het is een beetje laat  
maar dat kan geen kwaad  
want eens wens als deze mag altijd  
of ze nu te laat is of op tijd

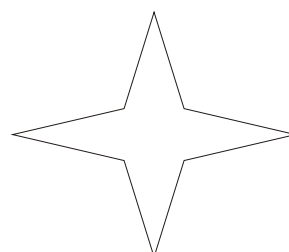
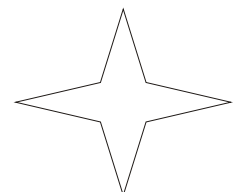
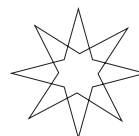
Wij wensen jullie allemaal  
veel leuke momenten in de turnzaal  
met massa's turnpret en dansplezier  
(maar daar staan we om bekend hier!)

Mooie herinneringen aan wat al is geweest  
en samen uitkijken naar ons geweldige turnfeest

Om het nog even kort te zeggen  
wat wij jullie hier willen uitleggen:  
beste wensen voor het nieuwe jaar  
van de Boekskes-zussen Lammar!



Lien & Sofie



Flash

Forward

Op 19 en 20 februari 2011  
verandert sporthal Iham in een  
paradijs voor wie van springen  
& spelen houdt!

Moedig & Vrij organiseert...



SpringSprong Festival!

**Wat?** Een weekend lang staat sporthal Iham boordevol  
superleuke springkastelen! Verwacht je aan een  
hindernissenparcours, een ballenbad voor de kleinsten, een  
reuzegrote glijbaan,... en nog veel veel meer.

**Wanneer?** Zaterdag 19 februari van 10-13u en van 14-18u,  
Zondag 20 februari van 10-13u en van 14-17u.

**Kostprijs?** Leden van Moedig & Vrij en groepen van min.  
10 personen betalen 4€uur springplezier. Ben je geen lid,  
kost het je 5€uur.

**Praktisch:**

- Elk springuur start bij de start van een nieuw uur. Om 10u30 moet je wachten tot 11u om te starten.
- Bij elk kasteel staat een begeleider.
- Bij het binnenkomen een sticker volgens je leeftijd. Wanneer de kleur van jouw sticker bij een kasteel te zien is, mag je daarop springen!



Moedig & Vrij organiseert...



## SpringSprong Games!

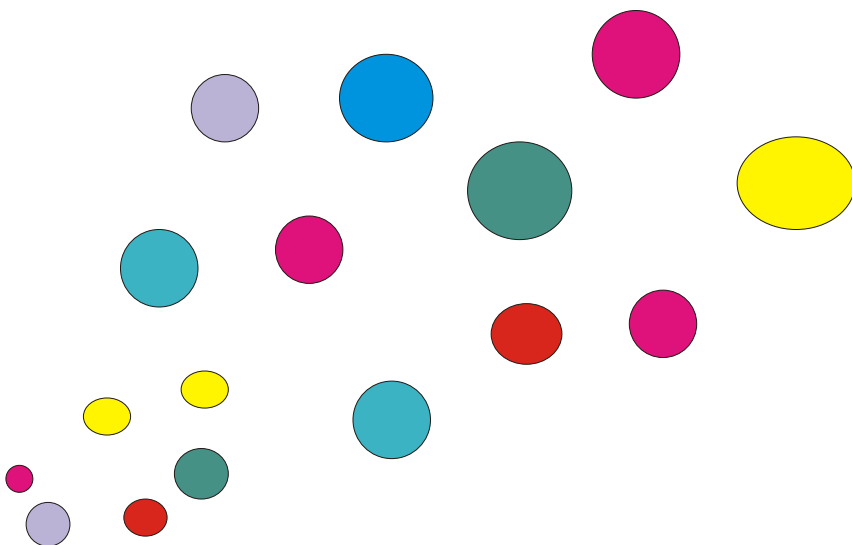
**Wat?** Zaterdagavond is het tijd voor de grotere springers! Ben je 15 of ouder, mag je deelnemen aan de keicoole SpringSprong Games. In kleine groepjes (5 pers) neem je het op tegen andere teams. Dit wordt een avond vol plezier, zweten, lachen, muziek en ambiance!

**Wanneer?** Zaterdagavond 19 februari om 19u30 starten de wedstrijden

**Kostprijs?** 25€ploeg

**Praktisch:** Vanaf 15 jaar. Doe gemakkelijke kledij aan.

**!! Inschrijven voor de SpringSprong Games gaat NIET meer, alles zit vol !!**



19 en 20 februari 2011

# SPRING-SPRONG FESTIVAL



Sporthal IHAM  
Bautersemstraat 59  
Mechelen



ZATERDAG 19 FEBRUARI

10.00 - 13.00 u

14.00 - 18.00 u

ZONDAG 20 FEBRUARI

10.00 - 13.00 u

14.00 - 16.00 u

1 UUR SPRINGPLEZIER  
voor leden van Moedig en Vrij  
en groepen vanaf 10 personen

€ 4,00

1 UUR SPRINGPLEZIER  
voor niet-leden

€ 5,00

Meer info :

[www.moedigenvrij.be](http://www.moedigenvrij.be)

[springsprong@moedigenvrij.be](mailto:springsprong@moedigenvrij.be)

Flash

Forward



# TaArTeNsLaG

## tAaRtEnSlAg

Bijna smultijd! Zoals elk jaar gooit Moedig & Vrij weer met taarten, wafeltjes én truffels! Van pruimentartaart over nougatinetaart tot wafeltjes met of zonder chocolade: we proberen zoveel mogelijk lekkers de deur uit te sturen. Daarvoor hebben we hulp nodig, véél hulp. En jij kan ook helpen!



Hoe? Door massaal taarten, wafeltjes en truffels te verkopen! Je steunt er niet alleen de hele kring mee, maar maakt ook kans op een mooie prijs.

**Doe mee!**

*...en win een prijs!*

Tijdens de les zullen de brieven en bestelbonnetjes uitgedeeld worden die nodig zijn om aan de taartenverkoop te kunnen beginnen. Eens je dat in je handen hebt, kan de taartenrace beginnen!

***Lees eerst even dit!***

- ➔ *Heb je taarten en wafeltjes verkocht? Geef dan de bestelbonnetjes + het bijhorende geld op tijd aan je leiding af. Niet vergeten, anders kunnen je taarten en wafeltjes niet besteld worden en moet je de mensen geen lekkers, maar hun centen teruggeven...*
- ➔ *Op de strookjes die je moet invullen, kan je kiezen tussen 'thuis te leveren op 26 maart' of 'af te halen in Sint-Janshof op 26 maart tussen 12u en 14u'. Hoe meer leden van Moedig & Vrij zelf hun taarten afhalen en rondbrengen naar hun burens, familie, vrienden,..., hoe minder werk de vrijwilligers van Moedig & Vrij hebben. Bedankt om daar aan te denken!*



23 april 2011

## Turn- en dansspektakel Moedig & Vrij

Op zaterdag 23 april geven de leden van Moedig & Vrij weer het beste van zichzelf in een groots turn-en dansspektakel. Ingrediënten voor deze wervelende show? Een bende enthousiaste leden, een geweldig decor, een fantastisch publiek en een schitterende ploeg vrijwilligers. Ook jij kan helpen!

### Hoe?

Bij M&V geloven we niet in kaboutertjes, wél in vrijwilligers, groot en klein, die een handje komen helpen bij de opbouw van ons turn-en dansfeest. Want jawel, alles wat je op 23 april zal zien, komt tot stand dankzij vele helpende handen. Wil jij ook helpen? Dat kan! Hieronder lees je wanneer.

- op zondag 17 april beginnen we de sporthal van de Nekker om te bouwen tot een geweldige turnfeestlocatie. We starten de werken om 19u en stoppen ermee om 24u. Breng je spierballen én je goed humeur mee! Natuurlijk hoef je niet tot middernacht te blijven: wie wil helpen, kiest zelf wanneer en hoe lang hij komt.

- maandag 18 april begint het echte zware werk. De tribune wordt gebouwd, de spots worden omhoog gehangen,... We vliegen erin om 8u 's morgens en doen stevig door tot de eerste repetitie om 18u.

- Na het feest komt de opruim... Op maandag 25 april (Paasmaandag) ruimen we alles netjes weer op. Een hele klus waarvoor we heel wat helpende handen kunnen gebruiken! Start om 9u, einde om... als alles gedaan is!





Elk jaar helpen tientallen vrijwilligers met veel plezier mee om de Nekker van een lege sporthal om te toveren tot een schitterend decor voor een groots turn- en dansspektakel!



## Wie kan helpen?

Jij, ik, iedereen! Jongens en meisjes die van de sfeer 'backstage' willen proeven, stoere mama's en papa's die mee willen helpen bouwen aan dit grote spektakel,... Iedereen is welkom, als je maar de handen uit de mouwen wil steken! Wil je helpen, heb je vragen? Mail dan naar Lien op [lien.lammar@telenet.be](mailto:lien.lammar@telenet.be)



*Tijdens de opbouw en de afbraak eten we 's middags gezellig samen. Zit jij dit jaar mee met ons aan tafel?*

# Kassa 4

Brevettendag  
2010

Op zaterdag 20 november 2010 is er veel geapplaudiseerd en gezweet, maar vooral veel geturnd en gedanst. GEFELICITEERD aan iedereen die deelgenomen heeft aan de Brevettendag!

Hier zien jullie een overzichtje van de punten van de jury.

Break-dance		
	<i>Battle</i>	<i>BREVET</i>
Bakkioui Ilias	MZ	Z
Feyaerts Kevin	MZ	Z
Goossens Levi	LB	B
Stevens Djambo	MZ	Z
Saerens Onno	LB	B
Verhaegen Bryan	HG	G
Dries Bonte	LB	B

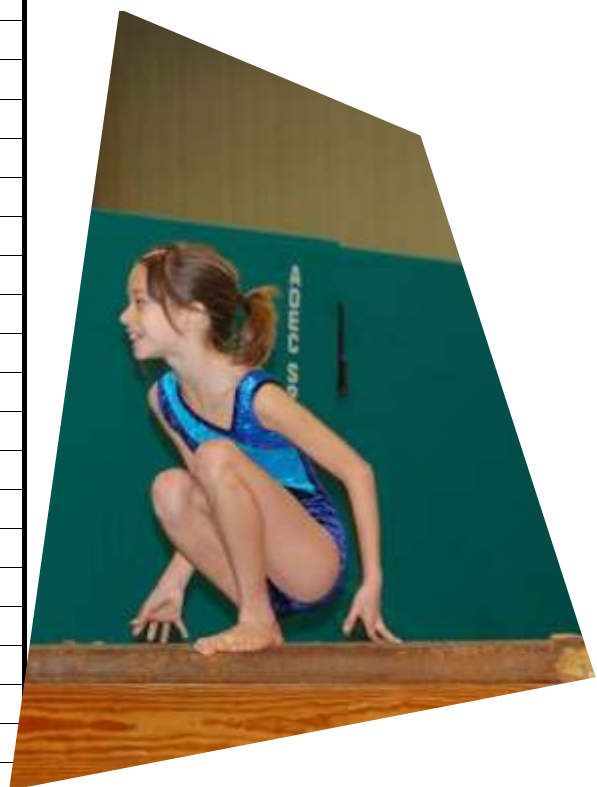


Jongelingen				
	<i>Sprong</i>	<i>P/B</i>	<i>Grond</i>	<i>BREVET</i>
Van Leemputte Bram	LG	MG	LG	G
Scheers Ferre	LG	LG	MZ	Z
Van den Bosch Louka	LG	LG	MZ	Z
Verschueren Dean	LZ	HZ	MG	Z
Knops Ruben	LG	MB	HZ	Z
Van Asch Lander	HZ	MZ	LZ	Z
De Munter Stef	MB	HZ	HZ	Z
Jannes Bert	HZ	MZ	HB	Z
Scholliers Gunnar	HZ	LZ	LZ	Z
Lenie Seppe	LZ	HB	LZ	Z
Kerroumi Anass	LZ	HB	MB	B
Schroeven Thibault	HB	HB	HB	B

Brevettendag 2010.....



Juffers				
	<i>Sprong</i>	<i>Balk</i>	<i>Grond</i>	<i>BREVET</i>
Devriendt Lise	MZ	MG	MG	G
Streulens Veerle	LZ	MG	MG	G
Meul Kaylee	MZ	MG	LG	G
Pellemans Eline	MZ	LG	MG	G
Van Rykeghem Lina	MZ	MG	LG	G
Verbinnen Rani	LZ	LG	MG	Z
Detavernier Jeeke	MZ	LG	HZ	Z
Vankrieken Melissa	HB	LG	MG	Z
Laurysen Anna	LZ	LG	HZ	Z
Tambuysen Cheyenne	HB	LG	LG	Z
Vermeulen Serina	LZ	HZ	LG	Z
Bordo Femke	LZ	HZ	HZ	Z
Doms Olivia	LZ	HZ	MZ	Z
Vankrieken Jessica	HB	HZ	HZ	Z
Van Horebeek Chelsey	LZ	MZ	MZ	Z
Symus Jitka	HB	MZ	MZ	Z
Croons Jana	HB	HB	HB	B
De Maeyer Jolijn	HB	HB	HB	B
De Maeyer Marion	HB	HB	HB	B
Pyck Veerle	HB	HB	HB	B
Van de Walle Roos	HB	HB	HB	B
Van der Zwalmen Bo	HB	HB	HB	B
Van Leemputte Hannah	HB	MB	LZ	B
Van Rompay Natasha	HB	MB	HB	B
Van Kerkhoven Britt	MB	MB	HB	B



Juniors						
	<i>P/B</i>	<i>Barre</i>	<i>Grond</i>	<i>Pegasus</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Steffens Joran	7,5	9	9	7	32,5	1
Deneyer Wout	7	3,5	7,5	5,5	23,5	2
Honnay Lukas	4	5	5,5	6	20,5	3
Vanoverberghe Guillaume	5	5,5	4	4,5	19	4

Meisjes				
	<i>Balk</i>	<i>Sprong</i>	<i>Grond</i>	<i>BREVET</i>
Roothoofd Rika	MG	HG	HG	G
Globovnik Hanne	MG	HG	HG	G
Giesberts Hanne	MG	MG	MG	G
Bollen Malin	MG	MG	LG	G
Govaerts Bente	LG	HG	LG	G
Van Kerkhoven Noor	HZ	MG	MG	G
Andries Laure	HZ	LG	HZ	Z
Vivijs Elien	LG	HB	HZ	Z
Tobback Ragne	LZ	MZ	MZ	Z
Van San Kyara	HB	MZ	LZ	Z
Verschaeren Erin	LZ	LZ	HB	Z
Yaakoubi Romayssae	MZ	LZ	MB	Z
Lenie Sanne	LZ	MB	LZ	B
Saudemont Amélie	HB	HB	LZ	B
Kerroumi Rim	HB	HB	HB	B
Edandi Sara	HB	HB	MB	B
Vandenbussche Sara	MB	MB	MB	B

## Funky Dance

	<i>Dans 1</i>	<i>Dans 2</i>	<i>BREVET</i>
Wyns Naomi	LG	LG	G
De Bruyn Elyne	HZ	LG	G
Van Eester Sylvia	HZ	LG	G
Weyts Yentl	HZ	LG	G
De Maerschallck Laura	HZ	HZ	Z
Fransis Tessa	HZ	MZ	Z
Van den Cruyce Amber	HZ	MZ	Z
Van Trier Laura	MZ	HZ	Z
Waterschoot Marijkee	HZ	MZ	Z
I wens Margot	MZ	MZ	Z
Vandeneede Kelly	MZ	MZ	Z
Fouad Nisrine	LZ	MZ	Z
Knops Marie-An	MZ	LZ	Z
Bruyndonckx Erin	MZ	HB	Z
Jacobs Luna	LZ	LZ	Z
Bollens Joke	LZ	HB	Z
De Backer Jana	LZ	HB	Z
Van San Marishka	HB	LZ	Z
Decroo Alina	LZ	MB	B
Hendrickx Inge	LZ	MB	B
Van San Malayka	HB	HB	B
Fouad Sophia	MB	HB	B
Van Den Bosch Silke	HB	MB	B



## Kids Dance

	<i>Dans 1</i>	<i>Dans 2</i>	<i>BREVET</i>
Janssens Lisa	HG	HG	G
De Booser Ine	MG	HG	G
Deschamps Joëlle	LG	HG	G
I wens Mira	LG	MG	G
Knops An-Sofie	LG	MG	G
Streulens Veerle	HZ	MG	G
Halli Hanane	HZ	HZ	Z
Van Den Troost Sarah	HZ	HZ	Z
Vankrieken Jessica	HZ	HZ	Z
Vankrieken Melissa	HZ	HZ	Z
Verbinnen Rani	HZ	HZ	Z
Haddaoui Loubna	HZ	MZ	Z
Vuylsteke Elise	HZ	MZ	Z
Pepermans Lise	LZ	HZ	Z
El Harcha Ahlam	LZ	MZ	Z
Tambuysen Cheyenne	LZ	MZ	Z
De Bruyn Joryne	HB	HB	B
Janssens Sarah	HB	HB	B
Van San Laurissa	MB	MB	B

## Mini Dance

	<i>Dans 1</i>	<i>Dans 2</i>	<i>BREVET</i>
Celie Lauren	HG	HG	G
De Vuyst Tessa	HG	HG	G
Roothoofst Rika	HG	HG	G
Vande Plas Bo	HG	HG	G
Van De Vliet Sofie	HG	HG	G
Deblauwe Iris	HZ	HG	G
Cauwenberghs Ella	HZ	HZ	Z
Fertit Hind	HZ	HZ	Z
Maris Zita	HZ	HZ	Z
Ursi Nora	HZ	HZ	Z
Vanhove Jolien	HZ	HZ	Z
Van Kerkhoven Noor	HZ	HZ	Z
Vermeir Britt	HZ	HZ	Z
Wouters Amber	HZ	HZ	Z
Ivens Eline	HB	HZ	Z
Khannoussi Koutar	HB	HZ	Z
Vaesen Julie	HB	HZ	Z
Van Horenbeeck Celine	HZ	HB	Z
Van Kampen Emma	HZ	HB	Z
Verbist Jelena	HB	HZ	Z
Daneels Kato	HB	HB	B
Delafortrie Sippora	MB	LZ	B
Pepermans Lotte	HB	HB	B
Vaesen Amber	HB	HB	B
Van San Kyara	HB	HB	B

## Minilotjes

	<i>Parcours</i>	<i>BREVET</i>
Beullens Arend	HB	B
Beullens Eneas	HB	B
Bordo Jenske	HB	B
Broothaerts Elena	HB	B
Bruwier Jannick	HB	B
Clement Kobe	HB	B
Daelemans Maaïke	HB	B
De Booser Lore	HB	B
Deketelaere Lander	HB	B
Demeyere Kato	HB	B
Devyver Fien	HB	B
Devyver Saartje	HB	B
D'Haens Lies	HB	B
Dubuisson Lore	HB	B
Germis Quinten	HB	B
Hendrickx Elise	HB	B
Hendrickx Yoni	HB	B
Letens Eva	HB	B
Letens Katrijn	HB	B
Pascal Melanie	HB	B
Van Beveren Lena	HB	B
Van Beveren Sien	HB	B
Van Camp Hanne	HB	B
Van Kerkhoven Siemen	HB	B
Van Leemputte Lotte	HB	B
Van San Kylian	HB	B
Verhaeghe Siemen	HB	B
Vermeulen Pauline	HB	B
Verschaeren Lori	HB	B
Vissers Lotte	HB	B
Vissers Seppe	HB	B
Willems Rik	HB	B

## RG Initiatie 1

	<i>Vrije oef</i>	<i>Bal</i>	<i>BREVET</i>
De Meulemeester Astrid	MG	MG	G
Celie Lauren	LG	LG	G
Vermeulen Margaux	LG	LG	G
Verschaeren Erin	LG	HZ	G
Andries Laure	HZ	HZ	Z
Maris Zita	HZ	HZ	Z
Loulidi Sara	HZ	MZ	Z
Van Hulle Juun	HZ	HZ	Z
De Boeck Steffi	MZ	HZ	Z
Blondiau Lotte	HB	HB	B
Daniels Sofie	HB	HB	B
De Boeck Nina	HB	HB	B

## RG Initiatie 2

	<i>Lenigheid</i>	<i>Lint</i>	<i>BREVET</i>
Hannaert Marie	HG	LG	G
Hinderdael Dagmar	MG	MG	G
Pans Paulien	HG	LG	G
Arrazola Abaety Mariana	HZ	HZ	Z
Pauwels Mauri	HZ	HZ	Z
Perez-Cortez Margot	HZ	HZ	Z
De Bruyn Joryne	HZ	MZ	Z
De Wever Nina	HB	MB	B
Van San Marishka	HB	MB	B



## RG Initiatie 3

	<i>vrij oef</i>	<i>touw</i>	<i>hoepel</i>	<i>lint</i>	<i>Bal</i>	<i>Kegel</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Van den Abeele Eline	8	8	7,5	8	8,5	9,5	49,5	1
Verrept Anneleen	6,5	8	8	8,5	7,5	7,5	46	2
Schenkers Maite	7	6	7,5	9	6,5	6,5	42,5	3
Lenie Sara	5	6,5	6,5	6,5	6,5	7	38	4

## Scholieren

	<i>Grond</i>	<i>Sprong</i>	<i>P/B</i>	<i>Barre</i>	<i>Rek</i>	<i>BREVET</i>
Scheers Robbe	HZ	LG	LG	HZ	MG	G
Takanaki Flori	HZ	MG	LG	MZ	LG	G
Deneyer Joppe	LG	HZ	HZ	MZ	MG	Z
Symus Jasper	LZ	MZ	MZ	HZ	HG	Z
Van der Goten Tim	MG	LZ	HZ	LZ	HZ	Z
Berx Nathan	MZ	LG	MZ	LZ	HZ	Z
Vandeneede Kevin	MZ	LZ	HZ	LZ	MG	Z
De Munter Wout	HB	MZ	MB	HB	LZ	B
Dujardin Xander	HB	HB	HB	MB	MZ	B
Van Camp Yannick	HB	LZ	LZ	LB	LZ	B



## Tieners

	<i>Grond</i>	<i>Barre</i>	<i>Balk</i>	<i>BREVET</i>
De Boeck Marieke	HG	HG	HG	G
Vergucht Stephanie	HG	MG	HG	G
Tobback Helen	MG	MG	MG	G
Wilmaerts Miranda	MG	MG	MG	G
Van den Cruyce Amber	HZ	LG	HZ	Z
Van Eester Ellen	LG	HZ	HZ	Z
Bordo Paulien	HZ	MZ	HZ	Z
Jacobs Luna	MZ	MZ	LG	Z
Lenie Sara	MZ	HZ	MZ	Z
Van Loock Floor	HZ	LB	LB	B

Sloebertjes		
	<i>Parcours</i>	<i>BREVET</i>
Beerten Cara	HB	B
Blommaert Chloe	HB	B
Brys Joren	HB	B
Casteels Kylian	HB	B
Chaouki I laaf	HB	B
Daems Anna	HB	B
Dalemans Alyssa	HB	B
de Schaetzen Feyona	HB	B
Destercke Ian	HB	B
Dhondt Seppe	HB	B
Geens Lander	HB	B
Goris Maité	HB	B
Hutsebaut Jutta	HB	B
Janssens Camille	HB	B
Lauwerijs Louis	HB	B
Maris Ben	HB	B
Morton Warren David	HB	B
Nounouh Ghassan	HB	B
Peeters Eline	HB	B
Quiryne Bo	HB	B
Schoovaerts Melissa	HB	B
Spoelders Emma	HB	B
Spoelders Kato	HB	B
Van Aken Amélie	HB	B
Vander Elst Dries	HB	B
van Dijck Hanne	HB	B
Van Dyck Kiara	HB	B
Van Dyck Yentel	HB	B
Van Hoof Jente	HB	B
Vanhoye Aiden	HB	B
Van Leemput Nino	HB	B
Vingerhoets Jef	HB	B

Tumbling 1 – 1		
	<i>Lijn 1</i>	<i>BREVET</i>
Deblauwe Iris	HG	G
Letens Annelies	MG	G
van Dijck Lotte	MG	G
Vermeir Britt	MG	G
De Wit Rob	LG	G
Willems Julie	LG	G
Van Kampen Emma	HZ	Z
Feremans Johannes	HZ	Z
De Smedt Jana	HZ	Z
Wellens Lisse	HZ	Z
Buelens Laura	MZ	Z
Goris Ruben	MZ	Z

Tumbling 1 – 2		
	<i>Lijn 1</i>	<i>BREVET</i>
Roothoofd Rika	LG	G
De Wit Nick	LG	G
Van Steen Noor	LG	G
Van Kerkhoven Noor	HZ	G
Buelens Julie	HZ	Z
Dewalheyns Amelie	HZ	Z
Van Hoye Maite	HZ	Z
Van Marcke Ianthe	HZ	Z
de Schaetzen Myrthe	MZ	Z
Kloeck Mazarine	MZ	Z
Buelens Jolien	HB	B
Vertommen Ella	HB	B



Turnsters					
	<i>Balk</i>	<i>Barre</i>	<i>Grond</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Van Den Eynde Annelien	8,2	8,1	8	24,3	1
Van Den Eynde Lauren	8,4	7,2	8,3	23,9	2
Goeyers Kendra	7,8	8,1	8	23,9	2
Spruyt Lien	7,8	7,2	8,4	23,4	4
Ceulemans Anne	7	6,5	7,7	21,2	5
Van den Berge Margot	7,5	5,8	6,8	20,1	6
Franckx Melissa	7,5	6	6	19,5	7

Tumbling 2		
	<i>Lijn 1</i>	<i>BREVET</i>
Van Rykeghem Lina	MG	G
Tambuyser Cheyenne	LG	G
Devriendt Lise	LG	G
Pellemans Eline	LG	G
Verbinnen Rani	LG	G
Streulens Veerle	HZ	Z
Janssens Lisa	HZ	Z
Vankrieken Melissa	MZ	Z
Vankrieken Jessica	MZ	Z
Vandeneede Kelly	MZ	Z
Detavernier Jeeke	MZ	Z
Vermeiren Merel	MZ	Z
Bordo Femke	LZ	Z
Steurs Sara	LZ	Z
Van de Walle Roos	LZ	Z
Vertommen Stijn	LZ	Z
Van Kerkhoven Britt	LZ	Z
Van de Voorde Jens	HB	B
Knops Amber	HB	B
Deneyer Joppe	HB	B
De Booser Ine	HB	B
Elshout Chi-An	HB	B
Van de Voorde Ellen	HB	B
Van Steen Lore	HB	B
Van Rompay Natasha	MB	B

Tumbling 3				
	<i>Lijn 1</i>	<i>Lijn 2</i>	<i>Lijn 3</i>	<i>BREVET</i>
Vergucht Stephanie	MG	HG	HG	G
Detavernier Janne	LG	HG	HG	G
Van Loock Floor	LG	LG	HZ	G
De Wachter Julie	HZ	HZ	LG	Z
Wilmaerts Miranda	HZ	HZ	HZ	Z
de Wit Thibaut	LG	HB	MZ	Z
Van Herp Stefanie	MZ	LZ	HZ	Z
Bordo Paulien	LZ	MZ	MZ	Z
Honnay Lukas	MZ	HB	MZ	Z
Van Rompay Tatjana	MZ	HB	LZ	Z
Denon Elodie	LZ	MB	LZ	B
Diricx Maya	LZ	MB	LZ	B
Lanciers Femke	HB	MB	MZ	B
Van Herp Sofie	HB	HB	LZ	B

Tumbling 4			
	<i>Lijn 1</i>	<i>Lijn 2</i>	<i>BREVET</i>
Van keer Kevin	LG	LG	G
Ceulemans Anne	LG	LG	G
Wouters Rani	LG	HZ	G
Mertens Valerie	HZ	HZ	Z
Van den Berge Margot	HZ	MZ	Z
Vanhomwegen Els	MZ	MZ	Z
Geeraerts Eva	MZ	LZ	Z

## Tumbling A

	<i>Lijn 1</i>	<i>Lijn 2</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Vanseuningen Gert	9,8	7,9	17,7	1
Saelens Jolien	8,9	8,4	17,3	2
De herdt Jeroen	9,3	7,7	17	3
De Groof Yannick	8,3	8,6	16,9	4
Spruyt Lien	7,8	8,3	16,1	5
Lammar Lien	7,2	7,9	15,1	6
Van Den Eynde Lauren	7,7	7,2	14,9	7
Loneux Jean	7,3	7,6	14,9	7
Goeyers Kendra	6,8	7,3	14,1	9
Seghers Britt	5,9	7,4	13,3	10
De Keersmaecker Emma	5,6	7,3	12,9	11



## Tumbling B

	<i>Lijn 1</i>	<i>Lijn 2</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Van Rykeghem Rani	8,5	7,3	15,8	1
Van Den Eynde Annelien	7,6	7,75	15,35	2
De Boeck Marieke	7,45	7,8	15,25	3
Van I tterbeeck Lotte	7,75	7,5	15,25	3
Vanseuningen Katrien	6,5	7,6	14,1	5
Van Eester Ellen	5,5	6,5	12	6

## Tumbling B - 2

	<i>Lijn 1</i>	<i>Lijn 2</i>	<i>TOTAAL</i>
Deblauwe Nico	MG	MG	MG
Vermeiren Mathijs	MZ	MZ	MZ
Wilms Jarne	LZ	LZ	LZ

## Turners

	<i>Grond</i>	<i>Barre</i>	<i>P/B</i>	<i>Ringen</i>	<i>Sprong</i>	<i>Rek</i>	<i>TOTAAL</i>	<i>Plaats</i>
Vanseuningen Gert	8,25	7,7	6,7	8,3	9,5	6,3	46,65	1
De herdt Jeroen	7,65	6,2	7,2	9,2	9	6	45,35	2
Vander Veken Marco	8,75	7	6,3	5,7	8,9	7,4	44,55	3
Tack Maarten	6,15	7,4	6,7	7,7	5,6	6,6	40,2	4
Knaeps Simon	6,05	7,1	7,4	7	6	5,3	39,45	5
Van keer Kevin	6,9	5,5	5,8	6,8	8,3	5,8	39,05	6
Loneux Jean	6	6,5	4,8	7,8	6,5	6,1	38,3	7
Van den Bril Geert	6,8	5,9	6,3	7,1	5,9	5,1	37,75	8
Crauwels Sam	5,9	0	5,6	6	0	0	17,55	9
Wijns Anton	5,3	0	4,3	6,3	0	0	16,05	10
Ruymen Mathias	5,8	0	3,9	4,4	0	0	14,5	11
Belmans Sander	5,65	0	0	0	0	0	5,65	12



## Sofie energie



*Kennen jullie Sofie Energie al? Zij ontploft zowaar van de gezondheidsweetjes en sportieve tips! Ze zal dan ook in elk boekje enkele leuke, nuttige én zelfs interessante dingen aan jullie vertellen. Lees dit en word fit!*

### Rugbybal-oog

Ooit al gehoord van astigmatisme?



Ongeveer de helft van de mensen met een bril heeft astigmatisme. Dat wil zeggen dat je oogbol niet rond is maar ovaal, net als de vorm van een rugbybal. Hierdoor zie je niet scherp en heb je vaak last van hoofdpijn, rode of tranende ogen, vooral als je veel met de computer werkt. Gelukkig zijn er speciale lenzen en brilglazen die deze afwijking corrigeren, waardoor mensen met een 'rugby-oogbal' toch goed kunnen zien!

### Zzzzzzap, tv uit!

Wanneer je voor de tv hangt of in de zetel in slaap valt, verbruik je niet veel energie. 'Dat wist ik wel', denk je misschien. Maar wist je ook dat mensen die de helft minder tv kijken dan ze gewoon zijn hun energieverbruik per dag vermeerderen met 120 kcal? Dat lijkt niet zo veel, maar op één jaar tijd verbruik je zo 43.000 kcal of ongeveer 4,8 kilogram vet extra!



### Sofie zonder Energie

Sofie Energie kan ook al eens zonder energie vallen. Ik tank dan wel eens energie door het eten van een lekkere broodpudding. Supergemakkelijk, superlekker! Dit heb je nodig:

300 gr brood - 60 gr boter - 150 gr suiker (donkerbruin) - 3 eieren - 125 gr noten - 1/2 citroen - 1 koffielepel kaneel - rozijnen

**Zo maak je het:** Week het brood in water en knijp het uit als het mals is. Smelt de boter. Roer de boter, suiker, eieren, kaneel, rozijnen en noten bij elkaar. Doe het brood erbij en roer goed. Smeer de bodem van de bakvorm in met wat boter en doe het deeg erin. Bak gedurende 1 uur in de oven op 150 graden. Laat afkoelen en smullen maar!



*Tip: je kan ook appeltjes bij het deeg doen, maar let op dat ze niet aan de bovenkant liggen: dan kunnen ze verbranden.*

# Kassa 4

Zie ginds kwam de Sint in de  
turnzalen aan

Op 6 december klopte de Sint op de deur van onze turnzaal. Enkele leuke foto's van een leuke (en lekkere!) Sintles zie je hier!



Dag Sint,  
tot volgend jaar!

Flash

Forward

22 tot 27 augustus 2011



Hopla! Turnkring Moedig & Vrij weet van geen ophouden. Een nieuwe activiteit is in zicht, en wel een heel bijzondere.

Moedig en Vrij neemt iedereen die ouder is dan 8 jaar graag mee op GYMJAM! Dit sportkamp georganiseerd door onze turnkring gaat door van maandag 22 tem zaterdagvoormiddag 27 augustus 2011 in sportcentrum Worriken in Butgenbach (tegen de Duitse grens)

Tijdens deze week zal er heel wat geturnd worden, maar ook andere sporten en spelen komen aan bod. Zowel leden als niet-leden mogen mee op GYMJAM. Je hoeft geen turnervaring te hebben.

Je betaalt 230€ all-in (exclusief vervoer heen en terug) en krijgt een spetterende sportweek in de plaats.

Inschrijven kan via [gymjam@moedigenvrij.be](mailto:gymjam@moedigenvrij.be) en binnenkort ook via onze website!

Heb je ondertussen nog vragen? Stuur gerust een mailtje naar [gymjam@moedigenvrij.be](mailto:gymjam@moedigenvrij.be) of bel ons op 0498 76 77 44 (Sofie Lammar)

Sportieve groeten,

GymJam-team"



*Moedig & Vrij gaat op kamp!  
Jij ook?*

Worriken  
Bütgenbach

22 - 27  
augustus  
2011

# Sportkamp

## Moedig & Vrij

# GYM JAM

*Moedig en Vrij*  
Worriken

**€230**

**Vooraf  
turnen, maar  
ook andere  
sporten komen  
aan bod**

**Vanaf 8  
jaar**  
Ook voor  
niet-  
leden

[www.moedigenvrij.be](http://www.moedigenvrij.be)

## *vorige wedstrijd!*

Weet je het nog? Voor onze vorige wedstrijd moesten jullie alle zwarte pieten in 't Boekske tellen. We hadden er in totaal 11 verstopt.

We kregen verschillende antwoorden in onze mailbox, maar het juiste antwoord zat er helaas niet bij... Deze keer geven we dus geen prijs weg!

## *nieuwe wedstrijd!*

Hieronder zie je een fotorebus. Niet zo gemakkelijk, maar wél leuk! Links zie je een voorbeeldje. De rebus rechts moet je zelf oplossen!

Zet je hersenen op denken en kijk goed naar de foto, dan vind je het juiste antwoord. En omdat we vorige keer geen prijs hebben kunnen weggeven, hier een extra tip om jullie een beetje op weg te helpen: we zoeken een vervoermiddel.



Hier zie je **Tom** van Tom & Jerry en een pot witte **bonen**. De tip hierbij is 'sport', dus het antwoord is: TOM BOONEN.



*Kan jij deze rebus oplossen?*

.....

*Tip: vervoermiddel*

Stuur het juiste antwoord voor 1 maart 2011 naar  
tboekske@moedigenvrij.be  
of naar  
'tBoekske, Schranslei 11, 2861 OLV-Waver

Succes!!

## ALGEMENE VERGADERING

## 2 COMMISSARISSEN

## RAAD VAN BESTUUR

Gert Van Beveren  
Jeroen Govaerts

Stef Van keer	- Voorzitter
Pieter Lammar	- Ondervoorzitter
Hilde de Herdt	- Penningmeester
Filip Verbinnen	- Secretaris
Sander Belmans	- Lid
Wim Devyver	- Lid
Erik Laurent	- Lid
Tim Van Eyken	- Lid

## DAGELIJKS BESTUUR

## TECHNISCH BESTUUR en TRAINERS

Stef Van keer	- Voorzitter
Sander Belmans	- Ondervoorzitter
Hilde De herdt	- Penningmeester
Filip Verbinnen	- Secretaris
Evelien De Backer	- Lid
Thomas Embrechts	- Lid
Jeroen Govaerts	- Lid
Pieter Lammar	- Lid
Erik Laurent	- Lid
Tim Van Eyken	- Lid

Technisch voorzitter	Evelien De Backer
Secretaris	Margot Van den Berge
+ zie volgende pagina	

## RADEN

## WERKGROEPEN

### Contactpersoon :

Brevettendag	- Lien Lammar, Sofie Lammar, Tania Sonck, Bart Steffens
Dag van de kring	- Jeroen Govaerts, Pieter Lammar, Robby Van Rykeghem, Dirk Spruyt
Etentje trainers/bestuur	- Sofie Lammar, Dirk Spruyt
Externe activiteiten	- Erik Laurent, Trui Leper
Kaderweekends	- Evelien De Backer
Mossselfestijn	- Hilde De herdt, Dirk Spruyt
Opendeurweek	- Pieter Lammar
Sinterklaas	- Jeroen Govaerts, Filip Verbinnen
Sportkamp	- Stef Van keer, Sofie Lammar, Marco Vander Veken
Springpaleis	- Sam Crauwels, Sofie Lammar, Jana Stratsaert, Bart Van den Brill
Taartenslag	- Hilde De herdt
Turnfeest	- Luc Schaltin

### Contactpersoon :

Accommodatie	- Evelien De Backer (zaalhuur) Sander Belmans (toestellen en zaalinrichting), Sander Belmans, Jeroen Govaerts, Pieter Lammar, Erik Laurent, Stef Van keer, Tim Van Eyken (nieuwe mogelijkheden)
Beleed en structuur	- Stef Van keer, Sander Belmans, Erik Laurent, Tim Van Eyken
Clubuniform	- Kris Spruyt
Communicatie	- Lien en Sofie Lammar (clubblad), Pieter Lammar (website)
Externe relaties	- Sander Belmans, Erik Laurent, Stef Van keer
Financiën	- Hilde de herdt, Filip Verbinnen (penningmeester), Sander Belmans (subsidies)
IK-Gym	- Sander Belmans
Ledenwerking	- Stef Van keer
Materiaal	- Sander Belmans (verantwoordelijke) Thomas Embrechts (logistiek) Stef Van keer (uitlenen) Hilde De herdt, Veerle Gilbert (kledij)
Trainermanagement	- Evelien De Backer, Jeroen Govaerts
Veiligheid en gezondheid	- Sofie Lammar (EHBO) Dirk Spruyt (verzekeringen)

Ann Van Beveren	Lange Pennincstraat 38 2800 Mechelen	015/27.35.82 0474/11.52.47	annvanbeveren@telenet.be
Anne Ceulemans	Meidoornstraat 8 2860 Sint-Katelijne-Waver	015/55.17.63 0478/83.41.32	annekeceulemans@hotmail.com
Bart Steffens	Polderstraat 39 2800 Mechelen	015/63.64.23 0477/973.168	bart_steffens@skynet.be
Bart Van den Brill	Keerbergstraat 32 2800 Mechelen	0495/63.91.19	genieter82@hotmail.com
Britte Seghers	Kempenlaan 57 3140 Keerbergen	015/75.80.78 0474/25.78.40	britte_segthers@hotmail.com
Camille Vanoverberghe	Zavelstraat 37 2800 Mechelen	015/20.06.28	camille_vob@hotmail.com
Caroline Franckx	Kerkhoflei 103 2800 Mechelen	015/20.77.14 0495/72.82.61	carolinefranckx@hotmail.com
Cindy Dignef	Ekelenhoek 65 2860 Sint-Katelijne-Waver	0479/84.44.84	cindy.dignef@telenet.be
Deirdre Aerts	Komeetstraat 29 2500 Lier	0474/78.82.02	deikky@hotmail.com
Dina Andries	Kapoenenweg 2 2800 Mechelen	0498/23.78.73	dina.andries@telenet.be
Dirk Spruyt	Muizenhoekstraat 22 2812 Muizen	015/33.77.93 0475/34.36.38	dirk.spruyt@telenet.be
Elena Groenen	Kapellekensweg 2 2812 Muizen	015/34.61.04 0479/35.72.44	elena0147@hotmail.com
Emma De Keersmaecker	Kapoenenweg 19 2800 Mechelen	0498/21.13.63	emmatje_dk@msn.com
Erik Laurent	Paardenkerkhofstraat 77 2800 Mechelen	0475/33.95.95	erik.laurent@gmail.com
Eva Geeraerts	Hondshoek 50 2820 Bonheiden	0473/36.07.17	eva_geeraerts@hotmail.com
Eva Vanhaeren	Hondshoek 44 2820 Bonheiden	015/52.01.05 0476/45.11.16	eva_vanhaeren@hotmail.com
Evelien De Backer	Zoetewei 130 2580 Putte	015/70.13.23 0497/83.00.26	evelien.de.backer@skynet.be
Evi Bollens	Hanswijkstraat 15/201 2800 Mechelen	015/43.34.53 0477/36.47.76	evibollens@hotmail.com
Filip Verbinnen	Mechelsveldstraat 38/1 2800 Mechelen	0474/98.19.05	filip@tvp-logistics.be
Geert Van den Brill	Grote Nieuwedijkstraat 131 2800 Mechelen	0496/64.44.00	flipperkast86@hotmail.com
Gert Van Beveren	Duivenstraat 104 2800 Mechelen	0496/10.34.82	gerteneva@gmail.com
Gert Vanseuninghen	Lemenhoekstraat 17 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver	015/75.29.01 0474/53.34.29	zelfstandige_vink@hotmail.com
Hilde De herdt	Sint-Gommarusstraat 30 2800 Mechelen	015/20.35.82 0486/39.14.79	hildedeherdt@skynet.be
Ines Van keer	Sint-Gommarusstraat 30 2800 Mechelen	015/20.35.82 0484/73.00.77	inesvankeer@hotmail.com

Jan Loneux	Grote Markt 7 2800 Mechelen	015/55.31.16 0485/94.55.85	jan_loneux@hotmail.com
Jana Stratsaert	Stenenmolenstraat 126 2800 Mechelen	015/41.86.43	jana_stratsaert@hotmail.com
Jeroen Govaerts	Kretenborg 24 2860 Sint-Katelijne-Waver	0496/66.22.93	jeroen.govaerts@telenet.be
Jeroen Lammar	Zwarte Leeuwstraat 74 2820 Bonheiden	0494/18.20.98	jeroenlammar@hotmail.com
Jill De Graaf	Hooghuisweg 26 2860 Sint-Katelijne-Waver	0494/73.64.58	abelie_dance@hotmail.com
Joran Steffens	Polderstraat 39 2800 Mechelen	015/63.64.23 0499/34.88.70	joran_steffens@hotmail.com
Kara Lemmens	Theo Blickxstraat 5 2800 Mechelen	0484/20.93.10	kara_montero@hotmail.com
Karolien Haesen	Schransbeekstraat 6 2800 Mechelen	015/21.19.68	karolienhaesen@hotmail.com
Katleen Hendrickx	Kretenborg 24 2860 Sint-Katelijne-Waver	0494/81.40.51	bzwaluw@hotmail.com
Kendra Goeyers	Borgersteinlei 40 2860 Sint-Katelijne-Waver	015/55.42.25 0479/32.94.84	kendra_goeyers_123@hotmail.com
Kevin Van keer	Sint-Gommarusstraat 30 2800 Mechelen	015/20.35.82 0486/58.80.20	kever0@hotmail.com
Kris Spruyt	Komeetstraat 29 2500 Lier	0474/78.82.02	krisje.spruyt@hotmail.com
Laura Andries	Kapoenenweg 2 2800 Mechelen	0499/15.39.23	laura.andries@hotmail.com
Lauren Van den Eynde	Pasmolenstraat 43 2800 Mechelen	015/55.73.26 0477/97.96.17	laurenvandeneynde@hotmail.com
Lien Lammar	Hanswijkstraat 33/501 2800 Mechelen	0494/822.038	lieneluna@yahoo.com
Lien Spruyt	Muizenhoekstraat 22 2812 Muizen	015/33.77.93 0477/81.51.83	lien.spruyt@telenet.be
Linde Van Tongelen	Abeelstraat 37 2800 Mechelen	015/43.28.44 0473/32.96.13	lindevantongelen@gmail.com
Luc Schaltin	Tervuursesteenweg 212 2800 Mechelen	0496/26.52.94	luc.schaltin@me.com
Marco Vander Veken	Krankhoevlei 5 2820 Bonheiden	015/51.76.60 0472/27.17.76	marco_foogel@hotmail.com
Margot Van den Berge	Stationsstraat 173 2860 Sint-Katelijne-Waver	0472/32.28.93	margot.music@hotmail.com
Marieke De Boeck	Hoogstraat 24 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver	0495/88.08.99	marieke_deboeck@hotmail.com
Nicky Verbeeck	Zeevaartstraat 34 2800 Mechelen	0475/34.98.40	nickyverbeeck@msn.com
Petra Van den Dries	Sint-Rumoldusstraat 7 2800 Mechelen	0486/20.64.75	petra.van.den.dries@telenet.be
Pieter Lammar	Zoetewei 130 2580 Putte	015/70.13.23 0495/61.52.16	pieter@lammar.be

Roxanne Ceuterick	Wilgenstraat 109 2800 Mechelen	015/41.75.46 0473/68.49.65	roxanne_artamus@hotmail.com
Sander Belmans	Nattehofstraat 71 2800 Mechelen	015/63.33.94 0494/50.47.61	sanderbelmans@yahoo.com
Sanna Fonteyn	Eertberglei 33 2820 Rijmenam	0477/67.36.97	mistyke3@hotmail.com
Sarah Vander Veken	Krankhoeplei 5 2820 Rijmenam	015/51.76.60 0476/44.80.95	sarahke100@hotmail.com
Saskia Van den Broeck	Brusselsesteenweg 299/1 1980 Eppegem	0486/76.84.48	saskia_vandenbroeck@telenet.be
Sebastiaan De Backer	Ruandadreef 52 3140 Keerbergen	016/53.64.44 0496/046.089	sebastiaan.debacker@gmail.com
Shani Hartenberg	Geerdegemvaart 160/101 2800 Mechelen	0474/57.47.02	shani_x_@hotmail.com
Shari Claes	Schorsemolenstraat 96 2860 Sint-Katlijne-Waver	015/55.73.36 0473/26.38.79	shari.claes@hotmail.com
Silke Huysmans	Berlaarbaan 134 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver	0472/74.59.57	silke5991@hotmail.com
Sofie Lammar	Schranslei 11 2861 Onze-Lieve-Vrouw-Waver	015/75.26.01 0498/76.77.44	ssoooffia@yahoo.com
Stef Van keer	Pijnboomstraat 35 2800 Mechelen	0484/61.88.94	stefan.vankeer@skynet.be
Stephanie De Backer	Ruandadreef 52 3140 Keerbergen	016/53.64.44	rosti2@hotmail.com
Tania Sonck	Pasmolenstraat 51 2800 Mechelen	015/55.87.43 0486/11.85.97	taniatania@telenet.be
Tashi Vander Veken	Martelarenlaan 15 3150 Haacht	0472/53.02.21	tashi_vdv@hotmail.com
Thomas Embrechts	Stuivenbergvaart 55/102 2800 Mechelen	015/34.07.25 0498/05.52.40	embrechts.thomas@gmail.com
Tijmen Govaerts	Battelsesteenweg 335 2800 Mechelen	015/43.32.60 0497/79.29.81	tijmengovaerts@hotmail.com
Tim Van Eyken	Brusselsesteenweg 316 2800 Mechelen	0497/24.94.82	timvaneyken@telenet.be
Trui Leper	Sint Agatha-Berchemselaan 27 1081 Koekelberg	0473/96.02.24	trui_leper@hotmail.com
Veerle Gilbert	Polderstraat 39 2800 Mechelen	015/63.64.23 0472/91.11.55	veerle_gilbert@skynet.be
Wim Devyver	Smisstraat 11 2800 Mechelen	015/42.06.53	wim.devyver@hotmail.com
Yannick De Groof	Nachtegalenlaan 9 2820 Bonheiden	015/55.61.53 0498/26.02.02	yannick.de.groof@hotmail.com

# Hallo? Info!

## Technisch Bestuur onze leiding op een rijtje

Technisch voorzitter:  
Secretaris:

Evelien De Backer  
Pieter Lammar

### KLEUTERTURNEN

#### Sloebertjes

Roxanne Ceuterick  
Jill De Graaf  
Sanna Fonteyn  
Eva Geeraerts  
Eva Vanhaeren

#### Minilotjes

Roxanne Ceuterick  
Jill De Graaf  
Caroline Franckx  
Eva Geeraerts  
Britte Seghers  
Ines Van keer

### RITMISCHE GYMNASTIEK

#### RG 1

Deirdre Aerts  
Saskia Van den Broeck

#### RG 2

Elena Groenen  
Saskia Van den Broeck

#### RG 3

Linde Van Tongelen

#### RG 4

Cindy Dignef

### TOESTELTURNEN JONGENS

#### Jongelingen

Yannick De Groof  
Tijmen Govaerts  
Jeroen Lammar  
Tim Van Eyken

#### Scholieren

Jan Loneux  
Geert Van den Bril  
Kevin Van keer  
Gert Vanseuning

### TOESTELTURNEN MEISJES

#### Meisjes

Marieke De Boeck  
Silke Huysmans  
Kris Spruyt  
Camille Vanoverberghe  
Nicky Verbeeck

#### Juffers

Dina Andries  
Lien Lammar  
Sofie Lammar  
Sarah Vander Veken

#### Juniors

Sander Belmans  
Jeroen Lammar  
Jan Loneux  
Tim Van Eyken

#### Turners

Sander Belmans  
Luc Schaltin  
Bart Van den Bril

#### Tieners

Evelien De Backer

#### Turnsters

Lien Lammar  
Sofie Lammar

#### Turn-Addicts

Jeroen Govaerts  
Ann Van Beveren

### STREETDANCE

#### Mini-dance

Kara Lemmsens  
Jana Stratsaert

#### Kids-dance

Evi Bollens  
Katleen Hendrickx  
Jana Stratsaert

#### Funky-dance

Veerle Gilbert  
Shani Hartenberg

#### Happy-dance

Veerle Gilbert

#### Fun-dance

Veerle Gilbert

### HEDEENDAAGSE DANS

#### Hedendaagse dans

Cindy Dignef

### BREAKDANCE

#### Breakdance

Geert Van den Bril  
Marco Vander Veken

### AEROBIC

#### Aerobic

Karolien Haesen  
Petra Van den Dries

### TUMBLING

#### Tumbling 1

Dina Andries  
Laura Andries  
Stephanie De Backer  
Emma De Keersmaecker  
Eva Geeraerts  
Kendra Goeyers

#### Tumbling 2

Shari Claes  
Evelien De Backer  
Pieter Lammar  
Lien Spruyt  
Joran Steffens

#### Tumbling 3

Shari Claes  
Evelien De Backer  
Veerle Jong  
Pieter Lammar  
Britte Seghers

#### Tumbling 4

Sebastiaan De Backer  
Pieter Lammar  
Bart Van den Bril

Lauren Van den Eynde  
Lauren Van den Eynde

### ACRO

#### Acro 1

Anne Ceulemans  
Shari Claes  
Trui Leper  
Bart Steffens

#### Acro 2

Jeroen Govaerts  
Tashi Vander Veken

### SELECTIE AGD

#### Selectie AG A

Tania Sonck  
Dirk Spruyt

### SELECTIE TUMBLING

#### Tumbling B

Lien Lammar  
Sofie Lammar  
Dirk Spruyt  
Tashi Vander Veken

#### Tumbling A

Jeroen Govaerts  
Pieter Lammar  
Dirk Spruyt

Flash

Forward



## Februari

zaterdag en zondag 19 - 20 februari      SpringSprong Festival en SpringSprong Games  
Sporthal Iham (meer info p. 4)

## Maart

27 maart      Taartenslag (meer info p. 7)

## April

zondag 17 april      Start opbouw turnfeest  
De Nekker

zaterdag 23 april      Turn-en Dansspektakel  
De Nekker

maandag 25 april      Afbraak turnfeest  
De Nekker

## Mei

(datum volgt nog)      Opendeurweek

## Juni

zaterdag 25 juni      Dag van de Kring

## Augustus

22 - 27 augustus      GymJam  
Turnkamp in Worriken Butgenbach  
(meer info p. 20)



