

Woensdag 10 oktober 2018

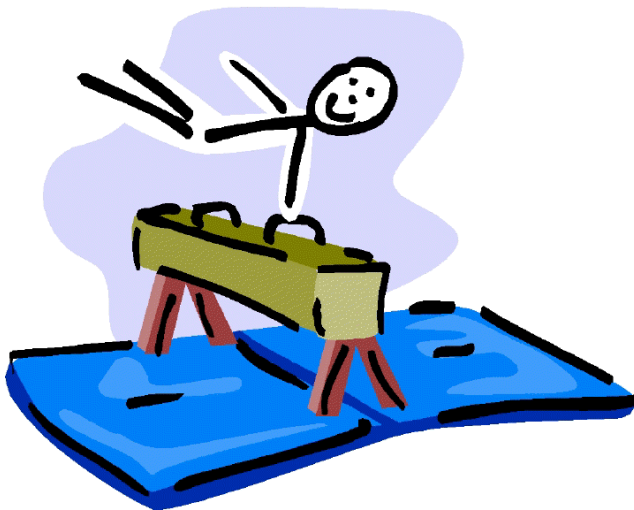
Beste lezer

In deze nieuwsbrief vindt u het laatste nieuws over VTS GYM.

Sportieve groeten

VTS GYM

Jaarmarktschep



Tijdens de jaarmarkt in Willebroek op 29/10/2018 bieden wij opnieuw schep (€10) en vol-au-vent (€13) aan vanaf 11u30 in het Volkshuis in Willebroek.

Tot dan!

VTS goes duurzaam & gezond

VTS werkt voortdurend aan de gezondheid van zijn leden. Uiteraard enkel en alleen al door het aanbieden van sport voor iedereen, maar wist je dat je zelf ook kan bijdragen aan een meer duurzame en milieuvriendelijke omgeving?

Waarom gebruik je geen drinkbus om de dorst te lessen tijdens de trainingen? Zo zorg je voor minder afval. En waarom vul je die drinkbus niet met kraantjeswater? Water is de meest



gezonde dorstlesser, ook voor je portemonnee. Flessenwater is 150 tot 500 keer zo duur als kraantjeswater.

Kraantjeswater is ten tweede beter voor het milieu. Het schoonmaken, transporteren en produceren van de flessen kost veel energie. Vooral de wegwerpflessen zijn een belasting voor het milieu. Flessenwater is in de geïndustrialiseerde landen tenslotte niet zuiverder of gezonder dan het kraantjeswater. Leidingwater wordt continu gecontroleerd op zijn biologische zuiverheid. 3 redenen dus om te kiezen voor kraantjeswater in een herbruikbare drinkbus!



Kan je voor de training nog niet eten, of heb je na de training nog honger, kies dan voor een gezond tussendoortje. Een stuk fruit is immers veel gezonder dan een koek of snoep!

Gymnaestrada



Van 7 tot 13 juli 2019 neemt VTS GYM weer deel aan de World Gymnaestrada. Dit is het grootste niet-competitieve sportevenement ter wereld waar een 20.000-tal gymnasten uit zo'n 40 landen aan deelnemen. In het thema "Come together, show your colours" zullen er een hele week door al die gymnasten optredens gegeven worden en dit zonder enig wedstrijdelement.

Editie 2019 zal doorgaan in Dornbirn, Oostenrijk. Voor een heel aantal onder ons welgekend, vermits de Gymnaestrada van 2007 ook daar plaatsvond en om het plaatje compleet te maken, logeert de Belgische delegatie opnieuw in Rankweil, waar we toch wel mooie herinneringen aan hebben.

VTS GYM zal deze keer deelnemen met een 80-tal gymnasten. Dit betekent dat er op dit moment heel wat beweging is op organisatorisch vlak. Een aantal mensen van onze leiding zijn volop bezig met het maken (en ook al het aanleren) van een choreografie. En geloof me vrij: zo'n nummer maken voor 80 mensen is absoluut niet simpel. Afspraken voor trainingen zijn ondertussen gemaakt en vanaf januari zal er wekelijks extra getraind worden op zondagmorgen van 8u tot 10u. Onze deelnemers moeten er dus wel wat voor over

hebben, maar zo'n deelname is dan ook een unieke belevenis.

Aan een deelname hangt natuurlijk ook een kostenplaatje. We zullen dus dit turnseizoen een aantal extra activiteiten organiseren om wat extra centjes rond te halen, zodat we de kosten voor de gymnasten zo laag mogelijk kunnen houden.

Sommigen hebben het misschien al gemerkt: op dit moment zijn we volop bezig met de verkoop van ontbijtmanden die we aan huis zullen leveren op zondag 21 oktober en vermits toch iedereen moet eten en vooral een stevig ontbijt zeer gezond is, rekenen we op jullie steun.

De ontbijten zijn te koop bij de gymnasten die deelnemen aan de Gymnaestrada maar ook bij onze leiding aan de democratische prijs van €10 voor volwassenen of €8 voor een kinderonbijt.

Smakelijk!

Gymstars



Vorige week zondag, 23 september namen 15 VTS'ers deel aan de cursus gymstars van de Gymfed.

Een leerrijke, maar voor sommigen onder ons zeer vroege ochtend. Gymstars 1 tot en met niveau 3 werden toegelicht.

Nadien werd de opleiding praktisch en werd onze kennis helperstechnieken uitgebreid.

Opruiming turnzaal 't Venneke



Naar jaarlijkse gewoonte wordt de turnzaal van 't Venneke tijdens de zomermaanden geboend door de schoonmaakploeg van de school en zorgt VTS voor de verhuis van het talrijke turnmateriaal dat gestockeerd is in deze zaal. Dit jaar werd echter ook wat grondiger gewerkt in de hoogte en trachtten we zoveel mogelijk stof uit de zaal te verwijderen.

VTS heeft een materiaalbeleid waarbij we trachten oud materiaal te vervangen of te repareren zodanig dat ons materiaalpark up-to-date blijft. In 't Venneke resulteerde dit de afgelopen jaren in grondige vernieuwing van het belangrijkste grote materiaal. Maar, zoals dit meestal verloopt, blijft er toch altijd aardig wat oud materiaal achter waar we moeilijk afscheid kunnen van nemen. Niet dus deze zomer, en karrevrachten materiaal werden afgevoerd naar het containerpark.

Goed nieuws is ook dat het manke waterafvoersysteem dat regelmatig voor een overstroming zorgde in de zaal de afgelopen maanden werd aangepakt door de technici van GO! Scholengroep Rivierenland, en resterende problemen gerelateerd aan waterisolatie op het ogenblik van dit schrijven worden opgelost.

VTS GYM Willebroek

[Uitschrijven uit deze nieuwsbrief](#)

E. Anseelestraat 120

2830 Willebroek

secretariaat@vts-gym.be

www.vts-gym.be

Secretaris Els Petit: 0478 99 18 22



YouTube