



SPORT academie

2017 - 2018

OPENDEURWEEK VOOR VOLWASSENEN

▶ van maandag 11 t.e.m. vrijdag 15 september 2017
met gratis sessies voor spinning, body conditioning, tai chi en senioren sport

KLEUTERS, JEUGD EN DANSACADEMIE

▶ vanaf maandag 18 september 2017

KLEUTERS

SPEELKRIEBELS

Speelkriebels stimuleert het spelen van de kleuters door middel van veel variatie. We proberen heel wat basisvaardigheden en spelvormen uit.

VOOR WIE	Voor alle kleutertjes
LOCATIE	Zaal 2 Den Boer
WANNEER	Elke woensdag van 13.30 u. tot 14.30 u., start op woensdag 20 september 2017
GEEN LES	1 en 8 november - 27 december - 3 januari - 14 februari - 4 en 11 april - 9 mei - 6 en 13 juni

BEWEGINGSEXPRESSIE - peuters en kleuters 1

Amusement, spelletjes, samenwerken en zoveel meer om kleuters op de sportieve weg te helpen.

VOOR WIE	Voor peuters en kleuters van het eerste kleuterklasje
LOCATIE	Overdekte speelplaats van Basisschool Sint-Martinus
WANNEER	Elke vrijdag van 15.15 u. tot 16.15 u., start op vrijdag 22 september 2017
GEEN LES	3 en 10 november - 29 december - 5 januari - 16 februari - 6 en 13 april - 11 mei - 22 en 29 juni

KLEUTERSPELVORMEN - kleuters 2 en 3

Gevarieerd bewegen op speelse wijze staat hier centraal.

VOOR WIE	Kleutertjes van de tweede en de derde kleuterklas
LOCATIE	Zaal 2 Den Boer (De kleuters worden begeleid van Basisschool Sint-Martinusschool naar het sportcentrum)
WANNEER	Elke vrijdag van 15.30 u. tot 16.30 u., start op vrijdag 22 september 2017
GEEN LES	3 en 10 november - 29 december - 5 januari - 16 februari - 6 en 13 april - 11 mei - 22 en 29 juni

KLEUTERDANS - kleuters 2 en 3

Dansen helpt kleuters om creativiteit en expressie te ontwikkelen. En het is nog leuk ook!

VOOR WIE	Kleutertjes van de tweede en derde kleuterklas
LOCATIE	Zaal 3 Den Boer (De kleuters worden begeleid van Basisschool Sint-Martinusschool naar het sportcentrum)
WANNEER	Elke vrijdag van 15.30 u. tot 16.30 u., start op vrijdag 22 september 2017
GEEN LES	3 en 10 november - 29 december - 5 januari - 16 februari - 6 en 13 april - 11 mei - 22 en 29 juni



ZWEMSCHOOL

Watergewenning (vanaf 4 jaar): water veilig maken door speelse oefeningen met als doel kunnen drijven met het hoofd onder water.

Leren zwemmen:

aanleren van de echte schoolslagtechnieken om met een degelijke zwemstijl een goed eindresultaat, de eerste lengte, te bekomen.

VOOR WIE	Kinderen van 4 tot 9 jaar, 7 kinderen per groep toegelaten
LOCATIE	Zwembad Den Boer
WANNEER	Dinsdag en donderdag van 16.45 u. tot 17.30 u.
LESSENREEKS	10 lessen
KOSTPRIJS	€ 55 / € 50 lid van de sportacademie of 2de kind van hetzelfde gezin

LESSENREEKS 1: van dinsdag 26/09 tot en met donderdag 26/10/2017

LESSENREEKS 2: van dinsdag 21/11 tot en met donderdag 21/12/2017

LESSENREEKS 3: van dinsdag 9/01 tot en met donderdag 8/02/2018

LESSENREEKS 4: van dinsdag 20/02 tot en met donderdag 22/03/2018

LESSENREEKS 5: van dinsdag 17/04 tot en met donderdag 24/05/2018 (niet op 1 en 10 mei)

LESSENREEKS 6: van dinsdag 29/05 tot en met donderdag 28/06/2018

JEUGD

ZWEMRATJES

Waterpret en aanscherpen van de zwemvaardigheden met het accent op de schoolslagbeweging.

VOOR WIE	Voor kinderen die al een 50-meter-brevet behaald hebben
LOCATIE	Zwembad Den Boer
WANNEER	Elke woensdag van 13.15 u. tot 14.15 u., start op woensdag 20 september 2017
GEEN LES	1 en 8 november - 27 december - 3 januari - 14 februari - 4 en 11 april - 9 mei - 6 en 13 juni

SPORTINITIATIES

Sportactiviteiten gaande van bal- en slagsporten tot allerlei spelvormen. Voornamelijk algemene sportbeleving en het verder uitdiepen van spelvormen en initiaties.

VOOR WIE	Voor kinderen van het eerste tot en met het zesde leerjaar
LOCATIE	Zaal 2 Den Boer
WANNEER	Elke woensdag van 14.30 u. tot 16.00 u., start op woensdag 20 september 2017
GEEN LES	1 en 8 november - 27 december - 3 januari - 14 februari - 4 en 11 april - 9 mei - 6 en 13 juni

SPORT & SPEL

Stoom afdrukken aan het einde van een drukke schoolweek met een doorgedreven sportsessie.

VOOR WIE	Voor iedereen van het lager onderwijs, de leerlingen worden vanaf aanvang opgesplitst per graad
LOCATIE	Zaal 1 & 2 Den Boer
WANNEER	Elke vrijdag van 15.30 u. tot 17.00 u., start op vrijdag 22 september 2017
GEEN LES	3 en 10 november - 29 december - 5 januari - 16 februari - 6 en 13 april - 11 mei - 15, 22 en 29 juni





DANSACADEMIE

DANSGROEPEN

Maakt muziek je opgewekt en blij? Leer er dan zeker op bewegen.

GROEP 1: Eerste en tweede leerjaar -
Dinsdag van 16.30 u. tot
17.30 u.

GROEP 2: Derde en vierde leerjaar -
Dinsdag van 17.30 u. tot
18.30 u.

GROEP 3: Vijfde en zesde leerjaar -
Dinsdag van 18.30 u. tot
19.30 u.

GROEP 4: Middelbaar -
Dinsdag van 19.30 u. tot
20.30 u.

START	dinsdag 19 september 2017
LOCATIE	Zaal 3
GEEN LES	31 oktober - 7 november - 26 december - 2 januari - 13 februari - 3 en 10 april - 1 mei - 26 juni

BREAKDANCE

Power moves, originaliteit en expressie zorgen voor een eigen stijl op vooral hiphopmuziek.

VOOR WIE	Voor kinderen vanaf het derde leerjaar en ouder
LOCATIE	Zaal 3 Den Boer
WANNEER	Op woensdag van 18.00 u. tot 19.00 u., start op woensdag 20 september 2017
GEEN LES	1 en 8 november - 27 december - 3 januari - 14 februari - 4 en 11 april - 9 mei - 6 en 13 juni

VOLWASSENEN

BODY CONDITIONING

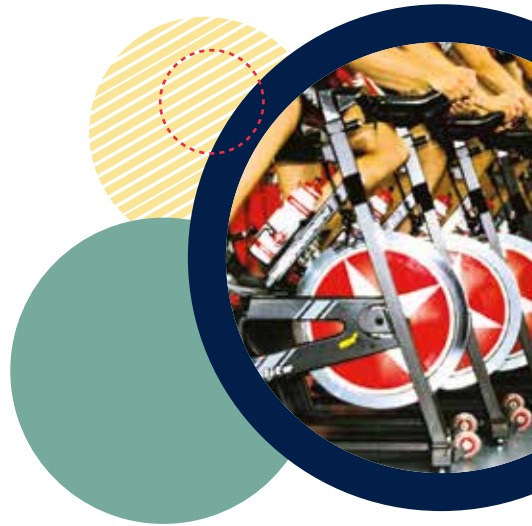
Het oefenen van alle spiergroepen om een betere lichamelijke gesteldheid te verkrijgen.

VOOR WIE	Voor jongvolwassenen (+15 jaar) en volwassenen
LOCATIE	Zaal 3 Den Boer
WANNEER	Op maandag van 19.30 u. tot 20.30 u. of van 20.30 u. tot 21.30 u., start maandag 11 september 2017
GEEN LES TIJDENS DE SCHOOLVAKANTIES: 30 oktober - 25 december - 1 januari - 12 februari - 2 en 9 april - 21 mei	

TAI CHI

De grotendeels langzame bewegingen zorgen voor zachtheid, ontspanning en alertheid. Een boeiende bewegingskunst om te ontdekken.

VOOR WIE	Voor volwassenen
LOCATIE	Zaal 3 Den Boer
WANNEER	Elke donderdag van 18.30 u. tot 19.30 u. (beginners) en van 19.30 u. tot 20.30 u. (gevorderden). Start op donderdag 14 september 2017.



SPINNING

Op muziek al fietsend je conditie verbeteren. De weersomstandigheden doen er niet toe. De beat in de muziek stimuleert om het ritme vast te houden.

INFO	<ul style="list-style-type: none">• Koop een beurtenkaart of een dagticket.• Reserveer vooraf: 09 370 74 40• Afhuren van de volle zaal voor groepen kan (20 fietsen voor € 100)
-------------	---

Lessen op volgende dagen:

MAANDAG	20.30 u. tot 21.30 u.
DINSDAG	19.30 u. tot 20.30 u. en 20.30 u. tot 21.30 u.
WOENSDAG	19.00 u. tot 20.00 u. en 20.00 u. tot 21.00 u.
DONDERDAG	19.00 u. tot 20.00 u. en 20.00 u. tot 21.00 u.

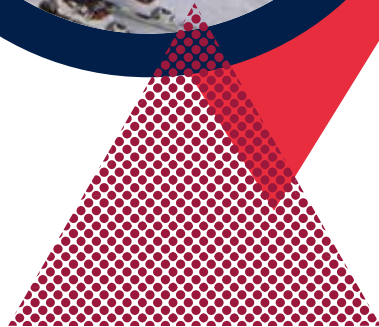


SKIVAKANTIES

Ook een skivakantie behoort tot de mogelijkheden via sportcentrum Den Boer. Zowel beginners die nog les willen volgen als fervente skiërs zijn welkom.

STUDENTENSKI	Tijdens de lesvrije week van 3 tot en met 8 februari 2018
KROKUSVERLOF	Van 9 tot en met 17 februari 2018
PAASVAKANTIE	Van 30 maart tot en met 7 april 2018.
INFO	Dirk Van Daele 0477 87 26 57

Snel inschrijven is noodzakelijk vanwege de aantrekkelijke prijs-kwaliteitverhouding (half pension, bus, skilessen, skipas, taksen en BTW inbegrepen).



50 - PLUSERS

SENIORENSPORT

Een betere coördinatie, de uithouding af en toe aanspreken, spierversterkende oefeningen en ... veel plezier. Kortom: senior time.

VOOR WIE	Voor alle senioren die actief willen blijven en allerlei vaardigheden willen onderhouden.
LOCATIE	Zaal 2/3 Den Boer
WANNEER	Elke maandag van 13.30 u. tot 15.00 u., start op maandag 11 september 2017
KOSTPRIJS	Slechts € 2,5 voor anderhalf uur sporten
OPGELET! GEEN LES TIJDENS DE SCHOOLVAKANTIES	

SENIORENZWEMMEN

Zwemmen spreekt heel wat spiergroepen van het lichaam aan. Ideaal voor een actieve workout met een ontspannen toets.

LOCATIE	Zwembad Den Boer
WANNEER	Elke maandag van 15.30 u. tot 17.00 u.
OPGELET! HIER GELDEN DE OPENINGSDAGEN EN TARIEVEN VAN HET ZWEMBAD.	

CURVE BOWLS

Indoor tapijtbollen. Plaats je bol zo dicht mogelijk bij de 'jack', een klein balletje.

VOOR WIE	Voor alle senioren die rustig in beweging willen blijven en sociaal actief willen blijven
LOCATIE	Polyvalente Zaal, Den Boer
WANNEER	Elke woensdag van 13.30 u. tot 17.00 u.
INFO	Gaston Kemel 09 372 86 82 gaston.kemel@telenet.be

GROOTOUDERZWEMMEN

Neem na de schooluren een frisse duik met de kleinkinderen en dit aan hetzelfde tarief als de kleinkinderen.

LOCATIE	Zwembad Den Boer
WANNEER	Elke vrijdag van 15.00 u. tot 16.00 u.
OPGELET! HIER GELDEN DE OPENINGSDAGEN VAN HET ZWEMBAD.	

STAP JE STERK

Langer dan een half uur stilzitten is nefast voor de gezondheid. Tijd om de benen te strekken. Tijd om te genieten van de natuur en de omgeving.

WANNEER	Tweewekelijks op zondag. Vertrek om 09.30 u. aan sportcentrum Den Boer.
DATA	1, 15 en 29 oktober - 12 en 26 november - 10 en 24 december - 7 en 21 januari - 4 en 18 februari - 4 en 18 maart - 15 en 29 april - 13 en 27 mei - 10 en 24 juni
KOSTPRIJS	Gratis!

BUITENSCHOOSE KINDEROPVANG

Sportcentrum Den Boer werkt samen met IBO de Vlinder voor opvang, zowel voor als na de sportsessies.

- ▶ De begeleiders van De Vlinder of van Den Boer zorgen voor de verplaatsingen.
- ▶ Vermeld steeds of je kind naar de opvang moet (zowel aan de opvang als aan de sportdienst).
- ▶ Hou rekening met het reglement van de opvang.
- ▶ IBO De Vlinder: Lt. Dobbelaerestraat 42 a. - 9930 Zomergem - 09 373 96 63
ibo@zomergem.be

KOSTPRIJS

LIDKAART

Met een lidkaart kunnen kleuters, kinderen van de lagere school en jongeren van het lager middelbaar deelnemen aan de activiteiten van de sportacademie.

Lidkaart geldig tot en met 31 december 2017.	€ 45
Lidkaart van 1 januari tot en met 31 maart 2018.	€ 45
Lidkaart van 1 april tot en met 29 juni 2018.	€ 45
Lidkaart van 1 januari tot en met 29 juni 2018.	€ 75
Lidkaart geldig van 18 september 2017 tot en met 29 juni 2018.	€ 100

BEURTENKAART

Met een beurtenkaart kunnen jongvolwassenen (15+) en volwassenen deelnemen aan body conditioning, tai chi en senioren sport.

	1 beurt	10 beurten	20 beurten	30 beurten
Body conditioning	€ 5	€ 45	€ 75	€ 100
Tai-Chi	€ 5	€ 45	€ 75	€ 100
Senioren sport	€ 2,5			

SPINNING

1 beurt	3 beurten	10 beurten	20 beurten	50 beurten
€ 8,5	€ 25	€ 75	€ 140	€ 300

INSCHRIJVINGEN

Enkele afspraken voor een vlotte inschrijving

- ▶ Schrijf in via de inschrijvingsstrook of via www.zomergem.be/sportacademie (zo worden alle gegevens sneller verwerkt).
- ▶ Van maandag 18 tot en met vrijdag 22 september kan je 30 minuten voor aanvang van de les inschrijven.
- ▶ Inschrijving is pas definitief na betaling.
- ▶ Bij inschrijven mag je kind deelnemen aan alle initiaties voor zijn/haar leeftijdsgroep.
- ▶ Noteer zeker op welke data de lessen niet plaatsvinden.
- ▶ Betalen via overschrijving op rek.nr. BE 44 0682 0770 7945 met vermelding naam kind en activiteit.

NUTTIGE INFORMATIE

- ▶ Informeer bij je ziekenfonds naar een eventuele financiële tussenkomst voor sportieve activiteiten.
- ▶ Tot de leeftijd van 12 jaar leveren wij een fiscaal attest af. Wees dus volledig op het inschrijvingsformulier.
- ▶ Inschrijvingen kunnen korting geven bij activiteiten (zoals sportkampen) van Den Boer.

ELEKTRONISCHE BEURTENKAART

- ▶ Voor jongvolwassenen en volwassenen, € 2 borg voor de kaart, te verkrijgen aan de kassa (inkomhal)
- ▶ Deze kaart is geldig voor spinning, body conditioning en tai chi.
- ▶ Na betaling wordt de kaart geladen. Dan krijg je een ticket als bewijs van betaling en als toegangsticket.
- ▶ Er kan ook betaald worden per beurt (vooral gebruikelijk bij senioren sport).

- ▶ Je bent verantwoordelijk voor jouw eigen beurtenkaart. Bij verlies moet je een nieuwe kaart aanschaffen en opnieuw een waarborg betalen.
- ▶ Kaart vergeten? Betaal één beurt aan de kassa.
- ▶ Informatie:
Gem. Sportcentra Zomergem vzw
Den Boer 17
9930 Zomergem
09 370 74 40
sportdienst@zomergem.be
Rek.nr. BE 44 0682 0770 7945

AFSPRAKEN

Met goede afspraken wordt samen sporten nog leuker!

- ▶ Kinderen moeten sporten in sportkledij en met aangepast schoeisel.
- ▶ We verzamelen in de kleedkamers of in de sportzaal. Hou alle lokalen proper!
- ▶ Gangen, andere zalen, materiaalzones en berging worden niet betreden.
- ▶ Heb respect voor je medesporters, je omgeving en het materiaal.
- ▶ Volg de regels van de lesgever, ook al heeft elke lesgever zijn eigen werkwijze.
- ▶ Kinderen die volharden in het negeren van de regels of kinderen die voortdurend de lessen in de war sturen zullen in eerste instantie aan de kant gezet worden. Gebeurt dit herhaaldelijk dan wordt een bericht (telefonisch of via mail) naar de ouders gezonden. Heeft dit nog steeds geen resultaat dan worden de ouders op de hoogte gebracht dat het kind een aantal lessen geschorst wordt zonder terugbetaling van de gemiste lessen. Ook houden we ons het recht voor om deze kinderen (onder begeleiding) naar de kinderopvang te sturen.

OVERZICHT SPORTACADEMIE

MAANDAG:

13.30 u. - 15.00 u.	Senioren sport	Senioren	Zaal 2 / 3
15.30 u. - 17.00 u.	Senioren zwemmen	Senioren	Zwembad
19.30 u. - 20.30 u.	Body Conditioning	+ 15 en volwassenen	Zaal 3
20.30 u. - 21.30 u.	Body Conditioning	+ 15 en volwassenen	Zaal 3

DINSDAG:

16.45 u. - 17.30 u.	Zwemschool	4 - 9 jaar	Zwembad
16.30 u. - 17.30 u.	Dansacademie	Eerste en tweede leerjaar	Zaal 3
17.30 u. - 18.30 u.	Dansacademie	Derde en vierde leerjaar	Zaal 3
18.30 u. - 19.30 u.	Dansacademie	Vijfde en zesde leerjaar	Zaal 3
19.30 u. - 20.30 u.	Dansacademie	Middelbaar	Zaal 3

WOENSDAG:

13.15 u. - 14.15 u.	Zwemratjes	50m-brevet	Zwembad
13.30 u. - 14.30 u.	Speelkriebels	Kleuters	Zaal 2
13.30 u. - 17.00 u.	Curve Bowls	Senioren	Polyvalente
14.30 u. - 16.00 u.	Sportinitiaties	Eerste t.e.m. zesde leerjaar	Zaal 2
18.00 u. - 19.00 u.	Breakdance	Vanaf derde leerjaar	Zaal 3

DONDERDAG:

16.45 u. - 17.30 u.	Zwemschool	4 - 9 jaar	Zwembad
18.30 u. - 19.30 u.	Tai Chi	Volwassenen: beginners	Zaal 3
19.30 u. - 20.30 u.	Tai Chi	Volwassenen: gevorderden	Zaal 3

VRIJDAG:

15.00 u. - 16.00 u.	Grootouderzwemmen	Senioren	Zwembad
15.30 u. - 16.15 u.	Bewegingsexpressie	Peuters en kleuters 1	Sint-Martinus
15.30 u. - 16.30 u.	Kleuterspelvormen	Kleuters 2 en 3	Zaal 2
15.30 u. - 16.30 u.	Kleuterdans	Kleuters 2 en 3	Zaal 3
15.30 u. - 17.00 u.	Sport & Spel	Eerste t.e.m. zesde leerjaar	Zaal 1 en 2

ZONDAG:

09.30 u.	Stap je sterk	Volwassenen en senioren	Parking Den Boer
----------	---------------	-------------------------	------------------

INSCHRIJVINGSTROOK

Geef deze strook af voor de eerste les of deponeer deze in de brievenbus
aan het secretariaat van sportcomplex Den Boer.
Online inschrijven kan via www.zomergem.be/sportacademie

NAAM: VOORNAAM:

STRAAT: NUMMER:

PLAATS: POSTCODE:

GEBOORTEDATUM: / /

BELASTINGPLICHTIGE / VOOGD:

(diegene die financieel instaat voor de kinderen m.b.t. de belastingen voor het fiscaal attest)

TEL.: GSM:

E-MAIL:

SCHRIJFT IN VOOR:

.....

.....

Betalen van lidkaarten (kinderen) kan via overschrijving op rekeningnummer
BE 44 0682 0770 7945 met vermelding van de naam van het kind.
Elektronische beurtenkaarten betaal je cash aan de kassa (volwassenen).
Je kan pas deelnemen na inschrijving én na betaling.



Gemeentelijke Sportcentra Zomergem vzw

Den Boer 17 - 9930 Zomergem - 09 370 74 40 - sportdienst@zomergem.be