

## HUISHOUDELIJK REGLEMENT

### Onze visie en missie:

- Flink en Fris is een onafhankelijke en recreatieve gymclub met een belangrijke competitie afdeling op subtop-niveau (max B-niveau).
- Flink en Fris geeft kinderen en jongeren een sportieve opleiding in een gezonde, positieve en gestructureerde omgeving.
- Flink en Fris bouwt op continue basis en in alle turndisciplines waar mogelijk, een competitie afdeling (max B niveau) uit met als doel om op middellange termijn mooie resultaten neer te zetten binnen het gekozen niveau.
- Met Flink en Fris streven we naar een sportclub waar het welbevinden van onze leden voorop staat. In dit kader erkennen we de gedrags- en ethische code, opgesteld op basis van de geldende wetgeving en de richtlijnen van het Internationaal Centrum voor Ethiek in de Sport (ICES). Deze code is van toepassing voor alle clubleden (gymnasten, trainers, vrijwilligers,...). Het clubbestuur ziet toe op de naleving van deze code.
- Heb je hierover vragen? Heb je een vermoeden van of klacht over mogelijk grensoverschrijdend gedrag? Dan kan je terecht bij Stefanie Holvoet, ons extern aanspreekpunt voor integriteit: [Stefanie.Holvoet@papageno-staden.be](mailto:Stefanie.Holvoet@papageno-staden.be)

Meer info omtrent visie en missie vind je [op onze website](#)

### Algemeen:

- Alle trainingen gaan door in de Tuimelaar, gelegen in de Beversesteenweg 310 te Roeselare. Enkel de volleybal gaat door in de SBS De Octopus.
- Alle info omtrent onze club kan je vinden op onze website [www.flinkenfris.be](http://www.flinkenfris.be) en je kan ons ook volgen via onze facebookpagina: [Gymclub Flink en Fris Roeselare](#) en op onze instagrampagina: [Flinkenfris](#)
- Het mailadres van de club is [info@flinkenfris.be](mailto:info@flinkenfris.be)
- Je kan de club telefonisch contacteren op het telefoonnummer 0468/115 663 voor inlichtingen en info.
- Het telefoonnummer van de Tuimelaar is 051/212445. Gelieve dit enkel te gebruiken in geval van nood.
- Lidgeld wordt enkel in bepaalde gevallen terugbetaald met medisch attest.
- In onze club is er aandacht voor elke gymnast, we streven naar een open sfeer met respect voor elkaar.
- We verwachten een positieve ingesteldheid van de leden en hun ouders en streven open en transparante communicatie na.
- Nieuwe leden kunnen één les proberen maar enkel in de groepen waar het maximumaantal leden nog niet is bereikt.



- Bij elke groep die volzet is, wordt er een chronologische wachtlijst opgemaakt, indien er vrije plaatsen komen, wordt u hiervoor opgebeld/gemailed.

### Afspraken omtrent de trainingen:

Tijdens de schoolvakanties en op officiële feestdagen zijn er geen trainingen voor de kleuter- en recreagroepen. Vakantietrainingen voor de plus- en competitiegroepen zijn telkens in afspraak met de trainers. Het schooljaar begint met de eerste volle week van september.

### Voor de gymnast:

- Je bent aanwezig 10 min voor de start van de les. Zo kan de les stipt starten en worden de trainingen niet gestoord door gymnasten die te laat komen.
- Je gaat naar het toilet voor de les.
- Je omkleden gebeurt in de kleedkamer.
- Het haar zit vast.
- Je draagt gepaste gymkledij:
  - meisjes: maillot of short & topje/t-shirt
  - jongens: short & t-shirt of singlet
- Je draagt geen sieraden. (uurwerk, ringen, oorketting, armband, enz)
- Je laat geen waardevolle spullen achter in de kleedkamer.  
(indien nodig geef je dit af aan de train(st)er)
- Je brengt geen eten en drinken mee in de zaal. (ook geen kauwgum)
- Je turnt op propere en blote voeten.  
Turnpantoffels mogen indien ze enkel binnen gebruikt worden.
- Je ZIT op de bank tot de les start.
- Je bent aandachtig, gemotiveerd en respectvol tijdens de les.
- Je blijft in de turnzone tot het einde van de les.
- Je wacht na de les op de bank tot je wordt afgehaald.  
NIEMAND WACHT BUITEN, DIT IS VEEL TE GEVAARLIJK!
- Je verwittigt de hoofdtrain(st)er bij langdurige afwezigheid. (meer dan 2 weken)
- Je laat de kleedkamer netjes achter. (lege flesjes in de PMD, papiertjes in de vuilnisbak, ...)



### Voor de ouder(s):

- Breng je kinderen niet te vroeg naar de zaal.
- Haal je kinderen zo stipt mogelijk af, zo worden de volgende lessen niet gestoord.
- Indien jullie tijdens de training wensen te wachten dan kan dit in de cafetaria, NIET op de bank in de turnzone. Deze is enkel voor gymnasten.
- Bij vragen of problemen, spreek de hoofdtrain(st)er aan.
- Parkeren moet op de rijbaan of op de parking. NIET OP HET FIETSPAD/VOETPAD.  
Gelieve de parkeerplaatsen van de burens te respecteren.



- Indien er vragen/onzekerheden of opmerkingen zijn rond de trainingen kan je altijd bij de trainers terecht. Indien nodig kan je ook het bestuur contacteren.
- Heb je een jonge gymnast, laat hen toekomen op slippers, hou de jassen/mutsen zelf bij. Helpen met schoenen/kledij is tijdrovend voor de trainers waardoor er turntijd verloren gaat.

### **Beeldmateriaal:**

Tijdens de trainingen/activiteiten wordt er soms beeldmateriaal gemaakt. Deze beelden zijn voor publicatie op de website, facebookpagina en in ons clubtijdschrift. Indien dit niet gewenst is, dan dient dit schriftelijk of via mail gemeld te worden naar [info@flinkenfris.be](mailto:info@flinkenfris.be)

### **Ongeval:**

Bij een ongeval tijdens de les moet de verantwoordelijke trainer op de hoogte gebracht worden door het lid of door de ouders.

De trainer zal dan een verzekeringsformulier invullen om bij een arts langs te gaan. Nadat de papieren verder ingevuld zijn door de arts dienen deze per mail opgestuurd te worden naar [wintha.lefere@flinkenfris.be](mailto:wintha.lefere@flinkenfris.be)

Opgeslet: wij moeten binnen de 7 werkdagen deze aangifte kunnen doen bij de gymnastiekfederatie! Stuur dus op tijd het ondertekende formulier terug door!

Meer info over verzekeringen vind je hier: <https://www.gymfed.be/over-gymfed/een-ongeval-wat-nu>

### **Bestuursleden:**

Voorzitter:

- Andel Lefere ([andel.lefere@flinkenfris.be](mailto:andel.lefere@flinkenfris.be))

Secretaris:

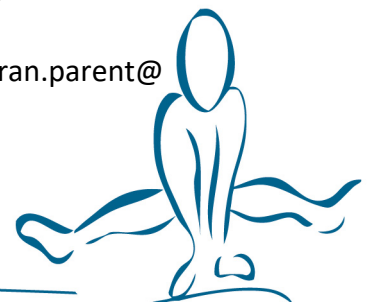
- Yana Van Coillie ([yana.vancoillie@flinkenfris.be](mailto:yana.vancoillie@flinkenfris.be))

Penningmeester:

- Cindy Baert ([cindy.baert@flinkenfris.be](mailto:cindy.baert@flinkenfris.be))

Disciplineverantwoordelijken:

- Acro comp: Shokofeh Abedi ([shokofeh.abedi@flinkenfris.be](mailto:shokofeh.abedi@flinkenfris.be))
- Toestelturnen recrea en plus / kleuters zaterdag: Tania Hoorelbeke ([tania.hoorelbeke@flinkenfris.be](mailto:tania.hoorelbeke@flinkenfris.be))
- Toestelturnen competitie + kleuters woensdag: Sybran Parent ([sybran.parent@flinkenfris.be](mailto:sybran.parent@flinkenfris.be))
- Tumbling: Jolien Jonckheere ([jolien.jonckheere@flinkenfris.be](mailto:jolien.jonckheere@flinkenfris.be))



Bestuursleden:

- Jean-Paul Dejonckheere ([jeanpaul.dejonckheere@flinkenfris.be](mailto:jeanpaul.dejonckheere@flinkenfris.be))
- Wintha Lefere ([wintha.lefere@flinkenfris.be](mailto:wintha.lefere@flinkenfris.be))
- Fleur Brulez ([fleur.brulez@flinkenfris.be](mailto:fleur.brulez@flinkenfris.be))
- Ine Vandeveldde ([ine.vandeveldde@flinkenfris.be](mailto:ine.vandeveldde@flinkenfris.be))
- Axelle Debaes ([axelle.debaes@flinkenfris.be](mailto:axelle.debaes@flinkenfris.be))
- Charlotte Decru ([charlotte.decru@flinkenfris.be](mailto:charlotte.decru@flinkenfris.be))

