



*Samenwerkende
Z u t p h e n s e
Gymnastiekverenigingen*

Informatieboekje



Inhoudsopgave

	Inhoudsopgave	
	Voorwoord	
1	Algemeen	4
2	Locaties	4
3	Huisregels in de zalen	5
4	Lessen	5
5	Recreatie	6
6	Selectie	7
7	Afmelden	9
8	Contributie	9
9	Bijzonder lidmaatschap	10
10	Kleding	11
11	Uitvoering	11
12	Informatie aan leden	11
13	Activiteitencommissie	12
14	Aansprakelijkheid en verzekering	13
15	Bestuur	13
16	Vrijwilligers gevraagd	14
17	Acties	15
18	Contactgegevens	16

Welkom bij SZG-Zutphen!

Via dit boekje willen wij onze gymnastiekvereniging SZG-Zutphen graag aan je voorstellen. Wij hebben geprobeerd om nuttige informatie over sporten bij SZG-Zutphen en informatie over de vereniging te geven en waar nodig toe te lichten. Iets gemist? Laat dat weten aan de leiding of een bestuurslid.

SZG-Zutphen (kort: SZG) is een actieve vereniging in ontwikkeling en gegevens en procedures kunnen wijzigen. Wij hebben zoveel mogelijk getracht actuele informatie in dit boekje te verwerken. Voor informatie over het lesaanbod, aanmeldingsformulieren of bij voorbeeld adressen van leiding of bestuur, verwijzen we graag naar onze internetpagina <http://www.szg-zutphen.nl>, die goed up to date wordt gehouden.

Een vereniging als de onze kan niet bestaan zonder vrijwilligers die de handen uit de mouwen steken. Kijk daarom ook vooral eens op de laatste pagina's van dit boekje.

Het bestuur,
September
2016

1. Algemeen

SZG werd in 2001 opgericht als een samenwerkingsverband tussen de Zutphense gymnastiekverenigingen Moba, Olympia en Wilhelmina en verzorgde de gymnastieklessen in de wijk Leesten. In 2004 leidde die samenwerking tot een fusie van Moba, Olympia, Wilhelmina en SZG, om zo samen één grote, dynamische vereniging te vormen.

SZG is een relatief jonge vereniging, maar de verenigingen waar SZG uit ontstond, hadden alle reeds lange tradities. Zo vierde Wilhelmina in 2003 nog haar eeuwfeest en Moba bestond ten tijde van de fusie bijna 60 jaar. Olympia, al in 1875 opgericht, had een lange, rijke traditie van uitvoeringen.

Sinds 1 januari 2004 is SZG een bloeiende vereniging met een turnselectie (dames en heren), een grote recreatie-afdeling voor gymmen en turnen, ouder- en kindgym, acrogym, een springgroep, gym voor ouderen en sinds een paar jaar ook Rytmische gymnastiek en Freerunning.

SZG is lid van de Koninklijke Nederlandse Gymnastiek Unie en SZG-leden zijn daardoor automatisch lid van de KNGU.

2. Locaties

SZG verzorgt lessen door de gehele gemeente Zutphen. Daarvoor huren wij van de gemeente gymzalen die bij verschillende scholen horen. Wij gebruiken deze zalen samen met andere gebruikers.

De gemeente verzorgt de schoonmaak van de gymzalen.

Er wordt op de volgende locaties les gegeven:

- Openbare basisschool De Parel
t Zwanevlot 316/317, 7206 CS Zutphen
- PP4, (voorheen o.a. Christelijke basisschool De Wegwijzer)
ingang Hobbemakade 71, 7204 BL Zutphen
ingang Paulus Potterstraat 4a, 7204 CV Zutphen
- Openbare basisschool Theo Thijssen
Mulderskamp 164, 7205 BZ Zutphen

- Openbare Daltonschool Jan Ligthart
Leeuwerikstraat 1, 7203 JB Zutphen
- Sporthal De Mene
Markolle 1, 7207 PA Zutphen
- Openbare basisschool het Mozaiek
Paulus Potterstraat 8, 7204 CV Zutphen
- Openbare basisschool De Waaier
Dr. De Visserstraat 4, 7204 KM Zutphen

3. Huisregels in de zalen

Om de lessen zo verantwoord en veilig mogelijk te laten verlopen hebben we een aantal huisregels opgesteld. Deze regels gelden in alle zalen waar SZG gebruik van maakt.

- Draag goede sportkleding
- Ga voor de les begint naar de WC
- Draag geen sportschoenen met gladde/ zwarte zolen
- Ga niet met gewone schoenen de zaal in
- Draag geen sieraden tijdens het sporten
- Doe lange haren vast met een elastiekje
- Doe zo min mogelijk clipjes in je haar (koprollen)
- Blijf in de kleedkamer totdat de leiding je komt halen
- Kom niet aan de toestellen als er geen leiding aanwezig is
- Volg instructies van leiding altijd op
- Wacht netjes en geduldig op je beurt
- Broertjes of zusjes mogen in verband met veiligheid niet op de trainingsvloer
- Bij de jongste groepen mogen ouders in de kleedkamer helpen met omkleden. Bij kinderen vanaf een jaar of 7 gaan we ervan uit dat ze dit zelf kunnen. Het verzoek om als vader dan niet meer in de dameskleedkamer binnen te gaan en als moeder niet de herenkleedkamer binnen te gaan.

4. Lessen

Om te kijken of het gymmen, turnen of een van onze andere sporten bevalt, is het vanzelfsprekend dat je twee proeflessen kan volgen. Tijdens

deze proeflessen mogen de ouders in de zaal blijven. Het is echter niet wenselijk dat ouders in het algemeen de lessen bijwonen omdat de kinderen daardoor snel worden afgeleid. Wij verzoeken u dan ook vriendelijk de zaal te verlaten na het wegbrengen van uw kind. Bij het ophalen kunt u de laatste 5 minuten even meekijken.

De lessen worden aan verschillende leeftijdsgroepen achter elkaar gegeven. De leiding bouwt de zaal aan het begin van het eerste uur op en aan het einde van het laatste uur weer af, meestal met hulp van de leden en/of assistenten. Indien nodig zal hij of zij tussendoor nog extra toestellen op- of afbouwen.

De inhoud van de lessen wordt bepaald door de leiding. Hiervoor hebben zij tijdens hun opleiding ruime kennis opgedaan. Aan het begin en het einde van de les wordt bij de recreatiegroepen vaak een (bal)spel gespeeld als warming up en om de spieren los te maken. In de voorbereiding op (verenigings)wedstrijden of andere evenementen zullen bepaalde oefeningen vaker herhaald worden. Iedere les wordt een presentielijst bijgehouden.

Naast de leiding (die een gymlicentie heeft of bezig is met de opleiding voor deze licentie) zijn er assistenten in de zaal aanwezig. Deze assistenten gymmen vaak bij onze vereniging in de groepen voor oudere leden. Onze assistenten volgen een verplichte assistententraining van Your Turn (niveau 1 of hoger) van de KNGU voordat zij mogen assisteren.

Indien u vragen heeft aan de leiding of als u de leiding wilt spreken, is het verstandig dit kenbaar te maken en gezamenlijk een afspraak te maken. Tijdens de overgang van de een naar de andere les is meestal een (te) druk moment voor de leiding om goed geconcentreerd een gesprek te voeren. Uiteraard is dit moment wel geschikt voor een korte vraag.

5. Recreatie

Bij de recreatiegroepen ligt de nadruk op het plezier in gymmen en turnen. Bij kleinere kinderen wordt gebruik gemaakt van het spelelement in de lessen. De toestellen worden vooral daarvoor gebruikt. Vaak wordt tijdens deze lessen ook met muziek gewerkt. Bij de iets oudere kinderen worden dezelfde toestellen gebruikt als bij de selectiegroepen, maar er is geen competitieelement. In het hoofdstuk over de selectie vindt u meer over de gebruikte toestellen. Spelletjes blijven een belangrijk onderdeel van de recreatielessen, ook voor de wat oudere kinderen.

SZG kent naast de gemengde recreatiegroepen ook een recreatiegroep speciaal voor jongens. De toestellen waarop in deze groepen getraind worden, zijn de zogenaamde jongens-toestellen (zie ook het hoofdstuk Selectie).

Naast onze verenigingswedstrijden worden jaarlijks recreantenwedstrijden in de regio georganiseerd. Indien SZG aan deze regiowedstrijden meedoet, wordt dit door de leiding (door middel van het meegeven van een brief en/of email) bekend gemaakt. Deelname aan deze wedstrijden is uiteraard vrijwillig. Er gelden wel bepaalde regels voor deelname: er is een uiterste aanmelddatum die duidelijk op de brief of in de email staat vermeld. Op deze datum moeten het aanmeldingsformulier en de opgegeven wedstrijdskosten voldaan zijn bij de leiding van uw kind. Is de betaling of het formulier niet op tijd binnen, kan uw kind helaas niet meedoen aan de wedstrijd. Mocht uw kind door ziekte of andere redenen niet mee kunnen doen aan een wedstrijd, dan kunt u helaas het inschrijfgeld niet terugkrijgen. SZG moet deze kosten namelijk bij de aanmelding van een deelnemer al betalen, ongeacht of er daadwerkelijk wordt deelgenomen.

Alle evenementen en wedstrijden waar leden van SZG aan meedoen, worden bijgehouden op de kalender op onze internetpagina (www.szg-zutphen.nl).

6. Selectie

SZG kent drie selectiegroepen: de jongens-, meisjes- en de acro-selectiegroep. Bij de selectiegroepen is er, náást het plezier in het turnen, ook een sterk competitie-element. De trainingen zijn sterker gericht op het verbeteren van de eigen prestaties en er wordt getraind voor deelname aan wedstrijden. Leden van de selectie maken daarom meer trainingsuren (minimaal 3, meestal 5 á 6).

In overleg tussen selectieleiding en recreatieleiding wordt bepaald wie uitgenodigd wordt om door te stromen naar een selectiegroep. We kennen binnen de gymnastiek van SZG 4 selectiegroepen, nl: een jongensselectie en een meisjes-/dames A-selectie (10+), meisjes B-selectie (ca. 6-10 jaar) en een meisjes C-selectiegroep (10+). Bij de acrogym zijn er ook nog twee selectiegroepen: één op C/D- en één op E-niveau. Deelnemen aan één van deze selectiegroepen is niet langer vrijblijvend. Er wordt verwacht dat de turners en turnsters op trainingen verschijnen en voor SZG uitkomen op diverse wedstrijden.

Ook hier gelden dezelfde regels voor deelname als bij de recreatie: er is een uiterste aanmelddatum die duidelijk wordt gemeld. Op deze datum moeten de opgegeven en gespecificeerde wedstrijdskosten voldaan zijn bij de leiding van uw kind. Is de betaling niet op tijd binnen, kan uw kind helaas niet meedoen aan de wedstrijd. Mocht uw kind door ziekte of andere redenen niet mee kunnen doen aan een wedstrijd, dan kunt u helaas het inschrijfgeld niet terugkrijgen. SZG moet deze kosten namelijk bij de aanmelding van een deelnemer al betalen, ongeacht of er daadwerkelijk wordt deelgenomen.

Zowel de jongens als de meisjes komen uit in NTS-wedstrijden (Nationaal Turn Systeem) van de KNGU. Doorgaans zijn er 3 à 4 wedstrijden per jaar. Hoe beter iemand presteert, hoe meer wedstrijden hij/zij mag turnen en hoe verder hij/zij dus komt.

De toestellen die voor jongens en meisjes worden gebruikt zijn verschillend. Bij de meisjes worden brug ongelijk, balk, sprong (verhoging, kast of pegasus) en vloer (oefeningen op de mat) geoefend. Bij de jongens worden vloer (oefeningen op de mat), voltige (paard of paddenstoel), ringen, rek, sprong (verhoging, kast of pegasus) en brug met gelijke leggers gebruikt.

7. Afmelden

Als het niet mogelijk is om een les bij te wonen in verband met andere verplichtingen en u weet dit van te voren, wilt u dit dan vooraf doorgeven aan de leiding. Gaat de afwezigheid langer duren (meer dan twee weken)? Meld dit dan ook bij de leiding. Gemiste lessen kunnen niet ingehaald worden. Naar gelang de duur van de afwezigheid en de reden daarvoor, kan per individueel geval worden besloten de contributie tijdelijk stop te zetten.

Indien de leiding onverwacht ziek is of zou om een andere reden niet kunnen, zal er altijd geprobeerd worden een invaller voor de groep te zetten. Mocht een les toch niet door kunnen gaan, dan wordt u hierover zo spoedig mogelijk bericht middels een e-mail of via de groeps-app.

8. Contributie

De contributie loopt per schooljaar. Hierbij gaan we uit van 40 lesweken. De contributie wordt maandelijks betaald en wordt automatisch geïnd.

Aspirant-leden worden alleen ingeschreven als zij een ingevuld inschrijfformulier en een machtigingsformulier hebben ingevuld voor de ledenadministratie (via de website). Vervolgens moet

het inschrijfformulier worden geprint en worden ondertekend. Dit in verband met de automatische machtiging aan SZG om de contributie te innen. Het ondertekende formulier moet vervolgens worden ingeleverd bij de groepsleiding. Pas dan mogen de lessen gevolgd worden.

Bij inschrijving is eenmalig inschrijfgeld van € 5,- verschuldigd. Dit inschrijfgeld wordt met de eerste keer contributie automatisch geïnd.

In geval van een betalingsachterstand wordt na 2 maanden telefonisch contact gezocht om te bekijken waarom de contributie niet is betaald. Dan wordt tevens gewezen op het feit dat na 3 maanden niet voldoen van de contributie, het lidmaatschap door SZG wordt beëindigd. Er mogen dan géén lessen meer gevolgd worden. Is er een bepaalde reden waarom u de contributie (tijdelijk) niet kunt betalen, neemt u dan contact op met de ledenadministratie. Voor meer informatie over tarieven van contributie gaat u naar de website: www.szg-zutphen.nl.

9. Bijzonder lidmaatschap

Met ingang van april 2013 jl. is het mogelijk om lid te worden zonder deel te nemen aan gymnastieklessen. U wordt dan 'niet-werkend' lid. Met dit bijzondere lidmaatschap heeft u recht op inspraak in de algemene ledenvergadering, bent u bij activiteiten georganiseerd door de vereniging, verzekerd (u wordt door dit lidmaatschap namelijk ook automatisch lid van de KNGU) en bovendien steunt u de vereniging door een maandelijks kleine bijdrage, die wij goed kunnen gebruiken voor bijvoorbeeld het vervangen van lesmateriaal.

U bent met dit lidmaatschap volwaardig lid van onze vereniging.

De kosten van dit lidmaatschap zijn € 5,00 per maand, waarbij de bondscontributie per kwartaal apart wordt geïnd (à € 24,72p/jr) met eenmalig € 5,00 inschrijfkosten.

Inschrijven als bijzonder lid van onze vereniging doet u middels het inschrijfformulier op de website. Als u dit formulier invult en ondertekend per mail aan de ledenadministratie opstuurt (pdf), maakt zij uw bijzonder lidmaatschap voor u in orde.
Het adres: ledenadministratie@szg-zutphen.nl.
Per post versturen kan natuurlijk ook: Ledenadministratie SZG-Zutphen p/a Spitaalstraat 27, 7201 EA te Zutphen.

10. Kleding

Tijdens de lessen is het van belang om lekker zittende sportkleding aan te trekken. SZG kent verenigingskleding voor de recreanten. Voor (verenigings)wedstrijden en met name voor uitvoeringen en demonstraties is verenigingskleding verplicht. Verenigingskleding is alleen verkrijgbaar via de vereniging en wordt geleverd via de firma Thema Turn. Op onze website is ook een rubriek 'Vraag en aanbod' waar vaak verenigingskleding wordt aangeboden. Met vragen over de verenigingskleding kunt u ook bij de leiding terecht.

De verenigingskleding van de selectiegroepen wijkt iets af van de recreantenkleding in ontwerp en materiaal, maar niet in kleurstelling.

Als er wijzigingen doorgevoerd worden in de verenigingskleding wordt de nieuwe kleding meestal gepresenteerd tijdens een SZG-uitvoering in het najaar en zal dan voor een aantal jaren vastgesteld zijn. (Voorgenomen) wijzigingen worden via de website en de leiding kenbaar gemaakt.

11. Uitvoering

Binnen de gym- en turnwereld bestaat een rijke traditie van uitvoeringen en SZG wil graag haar steentje bijdragen om deze traditie in stand te houden. De SZG-uitvoering wordt eens per twee jaar gehouden in het najaar. De Hanzehal wordt dan afgehuurd en alle leden, jong en oud, recreatie en selectie,

vertonen dan in een voorstelling hun kunsten aan het meestal massaal toegestroomde publiek.

12. Informatie aan leden

Leden van SZG worden op verschillende manieren geïnformeerd over het reilen en zeilen binnen de vereniging. Zoals daar zijn:

- Website (www.szg-zutphen.nl) Op de website vindt u o.a.
 - het laatste nieuws
 - foto's van activiteiten, wedstrijden etc.
 - de jaarkalender
 - het lesrooster
 - adressen van locaties
 - informatie over de vereniging
- Digitale nieuwsbrief
- Briefjes/mail met specifieke informatie die uw kind van de leiding ontvangt

Iets leuks meegemaakt dat gemeld moet /kan worden? Leuke foto's of ander beeldmateriaal? Stuur dan een mail naar communicatie@szg-zutphen.nl.

13. Activiteitencommissie

Binnen de vereniging zijn een aantal verschillende commissies actief (bijvoorbeeld het wedstrijdsecretariaat en de kledingcommissie). In dit boekje mag echter de informatie over onze activiteitencommissie niet ontbreken.

De activiteiten-commissie organiseert namelijk allerlei activiteiten naast het gymmen en turnen. Natuurlijk organiseert zij het kamp (meestal in juni) maar daarnaast nodigt zij Sinterklaas uit voor een bezoek aan de gymgroepen, wordt er in clubverband meegelopen tijdens de Avondvierdaagse en is er elk jaar een vossenjacht in het centrum van Zutphen. Laten we daarbij de



koekactie in november/ december met de heerlijkste speculaas niet vergeten. Deze actie zorgt er namelijk voor dat er geld is om al deze activiteiten te bekostigen.

De activiteitencommissie bestaat louter uit vrijwilligers. De activiteiten worden afgestemd met het bestuur en alle contributie betalende leden die aan deze activiteiten meedoen zijn verzekerd.

14. Aansprakelijkheid en verzekering

Ieder lid van de vereniging is via de KNGU verzekerd voor de gevolgen van ongevallen die in de les gebeuren of tijdens de activiteiten georganiseerd onder de paraplu van SZG. Voor vragen hierover neemt u contact op met de secretaris van SZG. Voor contactgegevens kijkt u op pagina 13.

De vereniging kan echter niet aansprakelijk gesteld worden voor verlies of diefstal van eigendommen in de accommodaties. Aangeraden wordt daarom om geen waardevolle spullen mee te nemen naar de lessen òf deze mee te nemen in de zaal en ze dus niet in de kleedkamer te laten liggen.

15. Bestuur

De vereniging kent momenteel een bestuur van 8 vrijwilligers. Naast de voorzitter, Penningmeester(s) en de secretaris zijn er 2 personen die zich houden met de ledenadministratie. Er zijn daarnaast twee bestuursleden voor de technische zaken, zaal- en toestelbeheer. De overige bestuursleden hebben onder meer accreditatie en (bij)scholing van leiding, assistenten en juryleden, aansturing vrijwilligers, communicatie, organisatie evenementen, loterijen en andere acties, regelen EHBO-certificeringen, verenigingskleding etc. in hun takenpakket.

Minstens eenmaal per jaar wordt een Algemene Ledenvergadering georganiseerd waarvoor alle (vertegenwoordigers van) leden v.a. 12 jaar uitgenodigd zijn en v.a. 18 jaar stemrecht

hebben. De ledenvergadering wordt aangekondigd via de nieuwsbrief, middels een uitnodiging via mail via de leiding en in de jaarkalender op de website. In deze ledenvergadering legt het bestuur onder andere (financiële) verantwoording af aan de leden en worden nieuwe bestuursleden gekozen en geïnstalleerd.

16. Vrijwilligers gevraagd

Een vereniging kan niet draaien zonder de hulp van vele enthousiaste vrijwilligers. Iedereen wordt daarom van harte uitgenodigd een bijdrage te leveren.

SZG kan uw hulp goed gebruiken:

- in het bestuur
- als assistent
- als jurylid (*)
- als hulp bij evenementen, de uitvoering ed.
- als handige klusser bij het maken en/of repareren van materialen
- als groepsbegeleiders bij de avondvierdaagse, kamp en dergelijke
- ...



(*) Indien er vanuit de vereniging deelnemers meedoen met wedstrijden wordt van ons verwacht dat wij ook juryleden aanleveren voor deze wedstrijden. Iedere volwassene kan jurylid worden. De vereniging betaalt de opleiding, die door de KNGU gegeven wordt en bestaat uit 3 bijeenkomsten en een online open boek examen.

Geïnteresseerd om mee te helpen in het supergezellige vrijwilligers-team? Laat het de leiding weten of neem contact op met een bestuurslid.

17. Acties

Vanuit de vereniging worden een aantal acties georganiseerd. Door deze acties heeft de club extra inkomsten, waaruit (speciale) activiteiten betaald kunnen worden.

Rond november/december regelt de activiteitencommissie van SZG al jaren de Koekactie: het geld dat met de verkoop van speculaas wordt opgehaald, komt ten goede aan de diverse activiteiten die zij door het jaar heen organiseren. Sinds 2 jaar doet SZG als vereniging ook mee aan de bekende Grote Clubactie. Door de enthousiaste inzet van onze leden is steeds een groot bedrag beschikbaar gekomen voor de club als geheel om toestellen en materialen te onderhouden en te vernieuwen, en is er een betere dekking van de tweejaarlijkse uitvoering. Sinds 2014 kent SZG ook de Paasbrodenactie, de verkoop van heerlijke broden van Bakker Brill.

18. Contactgegevens

Het post-adres van de vereniging is:

SZG-Zutphen
p/a Lerinckstraat 32
7203 CK Zutphen
www.szg-zutphen.nl

Voorzitter: Karin Warmoltz
voorzitter@szg-zutphen.nl

Penningmeester: Anne-Marie Kunst & Karin Brasz
penningmeester@szg-zutphen.nl

Secretaris: Karina Welle
secretaris@szg-zutphen.nl

Ledenadministratie: Rick Velten & Lineke Mosterd
ledenadministratie@szg-zutphen.nl



Klachten en Vertrouwenspersoon: Martine Hodes,
mhodes@szg-zutphen.nl

Overige mail-adressen en telefoonnummers van de overige bestuursleden, leiding en van de leden van de verschillende commissies zijn te vinden op de website.