



Christiaan Jorissen, voorzitter
0497/ 807 771

Denise Wijsen, secretaris
0494/ 222 263

Rooi 79, 3740 Bilzen
BE40 0682 1822 4563
info@turnkringbilzen.be
www.turnkringbilzen.be
Gymfed L546

Specifiek beleidsplan Toestelturnen Meisjes 2019 - 2020

versie 01/2019



Samengesteld door:
Werkgroep Toestelturnen Meisjes

Inhoudstafel

0. Inleiding
1. Missie
2. Visie
3. Structuur
 - 3.1 Recreanten
 - 3.2 Pupillen I-niveau
 - 3.3 C-niveau jongeren
 - 3.4 A-/B-niveau jongeren
 - 3.5 C-niveau
 - 3.6 A-/B-niveau
4. Trainersteam
5. Juryleden
6. Infrastructuur en materialen
7. SWOT-analyse
8. Doelstellingen

0. Inleiding

Toestelturnen meisjes (voormalig AGD) is binnen onze club de eerste discipline waarmee aan wedstrijden werd deelgenomen. In de loop van de jaren zien we niet alleen op nationaal maar ook op clubniveau een enorme vooruitgang.

1. Missie

Doorheen de jaren is onze missie hetzelfde gebleven. Zo veel mogelijk gymnasten naar een zo hoog mogelijk niveau zien te krijgen. Dit op professionele, veilige en aangename manier, zodat elke gymnast niet enkel haar volledig potentieel gebruikt, maar dat ze er ook heel wat plezier aan beleeft.

2. Visie

Het professionele proberen we waar te maken door het niveau van de trainers zo hoog mogelijk te krijgen. Vertrekkende vanuit de eigen ervaring, gaande doorheen verschillende opleidingen en komende tot een constante bijscholing van ons trainer zijn, is een belangrijke factor in het waarmaken van onze visie.

De technische kennis van onze sport is immers complex en dynamisch. We moeten dus wel mee, willen we binnen het wedstrijdgeburen meedraaien.

Het gebruik van de ingerichte turnhal geeft ons een voordeel t.o.v. de jaren voorheen in de sporthal. Vooral op vlak van veiligheid; Elke beweging die een gymnast moet leren, kan op tientallen manieren aangeleerd worden a.d.h.v. het materiaal dat in onze turnhal ter beschikking staat.

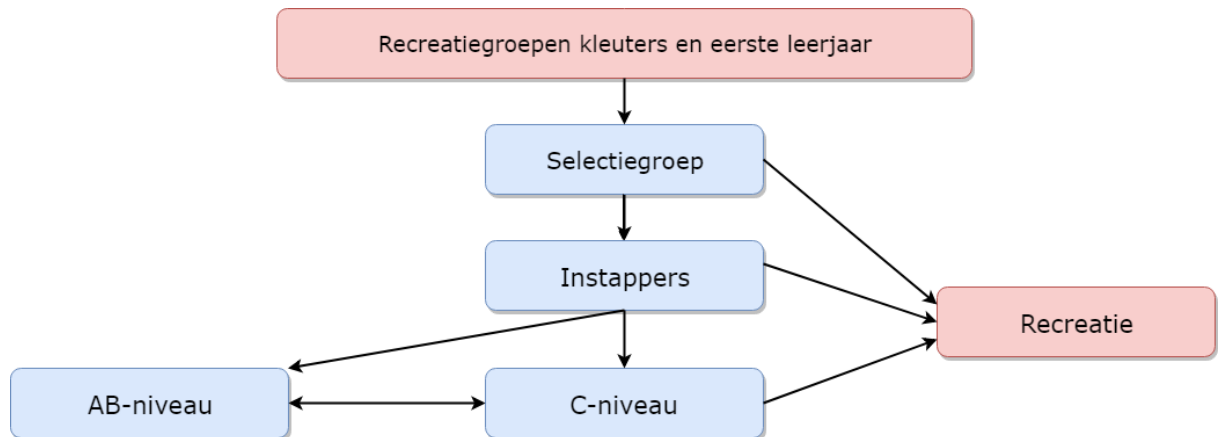
Het juist gebruik hiervan voorkomt heel wat leed en kwetsuren. Correct omgaan met dit materiaal is dus zeker een must.

Aangezien geen enkele gymnaste kan turnen zonder jury, moeten we als trainers zoveel mogelijk gymnasten, ouders en turnliefhebbers motiveren om de jurycursus te volgen. Iets dat we in bij de aanvang van dit seizoen (2018-2019) gemerkt hebben dat niet zo evident is.

Een goede begeleiding van potentiële juryleden is belangrijk.

Een goed gevoel is belangrijk, zeker als je een sport beoefend. Vandaar dat we binnen elke groep werken aan een teamgevoel. Zo willen de gymnasten niet enkel voor het turnen, maar ook voor de vriendschappen komen.

3. Structuur



3.1 Recreanten

Binnen onze club hebben we een groot aantal recreanten waarvan vooral de jongsten (kleuters en 1^e leerjaar) in aanmerking kunnen komen om door te stromen naar de wedstrijdgroepen. Talentscouting is hier dan ook zeker belangrijk.

De scouting gebeurt gedurende het hele seizoen door de trainers van de betreffende groep ofwel door de trainers van de wedstrijdgroepen.

Op het einde van het seizoen wordt er een testmoment georganiseerd door de trainers van TTM en Tumbling. Wie een goede test heeft afgelegd, mag gedurende een proefperiode meedraaien bij de selectie.

Aan het einde van deze proefperiode wordt er definitief beslist of een kind kan toetreden tot de wedstrijdgroepen. Deze beslissing wordt genomen in overleg met alle betrokken trainers.

3.2 Selectie

Deze groep bestaat uit gymnasten van 4 tot 7 jaar. Deze kinderen nemen nog niet deel aan de wedstrijden. Regelmatig worden er een aantal testen afgenomen (vooral gericht op techniek, lenigheid, kracht, snelheid en coördinatie). Zo hebben de trainers een zicht op de vooruitgang van de kinderen.

In deze groep worden de gymnasten vooral klaargestoomd om in het I-niveau in te stappen en vervolgens door te stromen. Zij trainen 2 keer per week en komen zo aan 5 lessen per week. Kinderen die niet voldoende vooruitgaan of niet door willen naar de instappers waar meer getraind worden, krijgen de kans om terug te keren naar de recreanten.

3.3 Instappers

In deze groep(en) huizen de kinderen van 8 en 9 jaar en trainen respectievelijk 3 tot 5 keer in de week. De instappersgroep(en) proberen zo veel mogelijk basis aan te brengen en talent naar boven te laten komen. Heel snel wordt duidelijk of deze gymnasten A,B,C-gymnasten worden of toch nog niet heel op hun plaats zitten binnen het wedstrijdgeburen.

Vanaf de achtjarigen wordt er ook aan wedstrijden deelgenomen georganiseerd door de Gymfed. Aan het einde van het seizoen krijgen deze gymnasten ook de kans om deel te nemen aan de entréetest te Gent om dan eventueel vanaf 19 deel te nemen aan de controletrainingen te Gent

Ook wordt er deelgenomen aan de regiotrainingen te Hasselt met de beloftevolle kinderen.

3.4.1 A-/B-niveau

Deze groep bestaat uit gymnasten die 14 uur per week trainen. De groep bestaat vooral uit iets jongere gymnasten, aangezien het blijven turnen op hoog niveau niet altijd haalbaar is.

Zij nemen deel aan de wedstrijden georganiseerd door de Gymfed en (indien geselecteerd) de controletrainingen te Gent.

3.4.2 C-niveau

De gymnasten van het C-niveau trainen ongeveer 10 uren per week verdeeld over 4 dagen. De groep bestaat zowel uit gymnasten die het A- of B-niveau fysiek of mentaal niet aankonden en uit gymnasten die op latere leeftijd nog ingestapt zijn in het wedstrijdturnen.

Zij nemen deel aan de wedstrijden georganiseerd door de Gymfed.

Standaard worden er doorheen het seizoen enkele oudermomenten gehouden om de vorderingen van de gymnasten te bespreken.

Ook worden er voor de ouders van kleine gymnasten een infomoment gegeven over de structuur van onze discipline, evenals over de structuur binnen het toestelturnen algemeen (regiowerking, wedstrijdverloop, puntentelling, ...°

4 Trainersteam

Het trainersteam binnen de TTM bestaat uit een jong team van gemotiveerde en ondertussen ervaren trainers.

Deze trainers beschikken over heel wat ervaring en/of kennis van het toestelturnen meisjes. Die ervaring en kennis is nodig om de kinderen op een zo veilig mogelijke manier te kunnen begeleiden.

- | | |
|--|------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainer Selectie <li style="padding-left: 20px;">✓ Student architectuur <li style="padding-left: 20px;">✓ Initiator gymastiek (VTS) <li style="padding-left: 20px;">✓ Hoogste eigen competitieniveau TTM = A-niveau | Ellen Boes |
|--|------------|

- | | |
|--|---------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Headcoach / Trainer Instappers <li style="padding-left: 20px;">✓ Bachelor Lichamelijke Opvoeding <li style="padding-left: 20px;">✓ Trainer B (VTS) <li style="padding-left: 20px;">✓ Jury cat. II | Christiaan Jorissen |
|--|---------------------|

- | | |
|--|-----------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainer Instappers <li style="padding-left: 20px;">✓ Student interieur <li style="padding-left: 20px;">✓ Hoogste eigen competitieniveau TTM = A-niveau | Sofie Van Esser |
|--|-----------------|

- | | |
|---|------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainer C-niveau <li style="padding-left: 20px;">✓ Initiator gymnastiek (VTS) <li style="padding-left: 20px;">✓ Bachelor lager onderwijs <li style="padding-left: 20px;">✓ Hoogste eigen competitieniveau TTM = B-niveau | Caren Boes |
|---|------------|

- | | |
|--|----------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainer A-/B-niveau <li style="padding-left: 20px;">✓ Student Ergo <li style="padding-left: 20px;">✓ Initiator gymnastiek (VTS) <li style="padding-left: 20px;">✓ Hoogste eigen competitieniveau TTM = Nationale selectie | Frances Jacobs |
|--|----------------|

Alle vrouwelijke trainers hebben zelf ook in de wedstrijd ploegen gezeten en hebben eigen turnervaring binnen de discipline.

Iedere trainer volgt regelmatig bijscholingen om nieuwe technieken onder de knie te krijgen.

5 Juryleden

Competitiesport heeft juryleden nodig en het is de laatste jaren niet makkelijk geweest op steeds juryleden te voorzien. Het is dus van belang dat we zo veel mogelijk jongeren warm maken voor het volgen van de jurycursus.

Wegens het tekort aan juryleden binnen eigen club, zoeken we geregeld juryleden van andere clubs die voor ons willen jureren.

Huidige juryleden:

- Christiaan Jorissen
Jury cat. II

6 Infrastructuur en materialen

Het gebruik van de turnhal maakt het training geven veel simpeler. Alles is ingericht voor het turnen van TTM, TTJ en Tumbling, met de mogelijkheid tot het veilig landen in een gesloten valkuil of een blokkenkuil, afhankelijk van het toestel.

Ook hebben we sinds enkele jaren een mattenstapel geplaatst aan de herenrekstok. Zo kunnen we als trainer makkelijker helpen.

7 SWOT-analyse

sterktes	kansen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ sterk trainersteam ▪ gymnasten op alle niveaus ▪ niveau-overschrijdende samenhang tussen de gymnasten ▪ organisatie van groepsactiviteiten ▪ talenten komen naar boven ▪ groeiende populariteit binnen de gymnastiek 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ toestelturnen is de meest bekende vorm van gymnastiek bij het volk ▪ de turnhal trekt heel wat volk aan, zowel op recreatief als competitief vlak ▪ groot aanbod van bijscholingen vanuit de Gymfed
<ul style="list-style-type: none"> ▪ tekort aan juryleden in vergelijking met het aantal wedstrijden waaraan we deelnemen ▪ groot aantal uren nodig om kwalitatief te kunnen werken, niet alle ouders zien dit altijd zitten ▪ groot niveauverschil tussen recreatie en competitie 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ concurrentie binnen en buiten eigen club, heel wat clubs/disciplines willen zo veel mogelijk talenten voor zich
zwaktes	bedreigingen

8 Doelstellingen

Korte termijn

- **Trainersteam**
 - Bijscholingen volgen
 - Jonge trainers bijstaan in hun leerproces.
 - Oudere gymnasten motiveren om hulptrainer te worden.
- **Competitie**
 - Behalen van podiumplaatsen op provinciale voorronden
 - Selecties voor Vlaamse en Belgische wedstrijden behalen.
- **Juryleden**
 - Oudere gymnasten motiveren om de jurycursus te volgen
 - Ouders warm krijgen om jurylid te worden
 - Ouders goed motiveren indien ze jurylid willen worden
- **Groepen**
 - Actief blijven scouten naar jong talent uit de recreantengroepen
 - Jongere gymnasten goed opvolgen.
- **Nevenactiviteit**
 - Pastabuffet voor alle wedstrijdgroepen TTM en de ouders op het einde van de jaarlijkse turnstage
 - Jaarlijkse turnstage, soms in het buitenland
 - Afsluitende activiteit op het einde van het seizoen (zwemmen, pretpark, ...)
 - Oudervergadering op het einde van het seizoen, ter voorbereiding van het volgende seizoen
 - Startvergadering voor nieuwe gymnasten die doorstromen naar het I-niveau

Lange termijn

- **Trainersteam**
 - Het trainersteam uitbreiden met een instructeur / trainer B
 - Kennis en ervaring doorgeven aan nieuwe trainers
- **Competitie**
 - Het aantal gymnasten op A- en B-niveau doen stijgen met 3 tot 5 gymnasten
 - Kinderen die op latere leeftijd pas gescout worden, de kans geven om toe te treden op C-niveau
- **Juryleden**
 - Oudere gymnasten motiveren om de jurycursus te volgen
 - Onze groep juryleden uitbreiden, zodat we juryleden hebben voor elk niveau
- **Groepen**
 - Goede opvolging van gymnasten doorheen heel hun turncarrière
- **Nevenactiviteit**
Idem korte termijn