



SAVE THE DATE!

WIK
FEEST!

28 & 29 MEI 2021

EERST EENS PROBEREN OF HET JE BEVALT? JE EERSTE PROEFLES IS STEEDS GRATIS!

TUSSENKOMST IN HET LIDGELD

Van de mutualiteit krijg je een tussenkomst. Na de verwerking van je inschrijving krijg je een attest toegestuurd dat je kan afdrukken en afgeven aan je mutualiteit.

Vergeet niet om er een klevertje op aan te brengen.

UITPAS MET KANSENTARIEF

Houdt jouw kind van sporten, maar is het moeilijk om de inschrijvingskost te betalen? Alle info bij de Wegwijzer in het stadhuis van Oostende (059 80 55 00).

De **coronamaatregelen** verplichten de registratie van alle deelnemers aan groepssportlessen.

Breng op je eerste les een klein briefje mee met je naam en telefoonnummer voor eventuele contact tracing.

Als de club tijdens het sportjaar gedurende langer dan 1 maand lessen moet opschorten wegens het verstrengen van de coronamaatregelen, wordt er op het eind van het sportjaar een gedeeltelijke terugbetaling van het lidgeld voorzien.

FITDANCE

Wil je dans en cardio combineren?
Wil je wekelijks je dansbenen strekken?
Wil je aan je conditie werken?
Dan is fitdance de les voor jou!

WERELDDANS

Werelddans is een verzamelnaam voor dansen die gebaseerd zijn op (etnische) muziek van diverse landen. Het zijn veelzijdige en vaak pittige dansen op aanstekelijke, internationale muziek. Elke week kun je kennismaken met dansen zoals: bollywood, buikdans, Afrikaanse dans, latino... voor elk wat wils. Danservaring niet vereist.

DE LESSEN
STARTEN
VANAF
7 SEPT



gym & dans

2020
2021

NIEUW
FITDANCE

WERELDDANS OP DINSDAG
FREERUNNING VANAF 1^{STE} LJ

 **deweertsport**
trots verdeler van het sportvirus

INSCHRIJVEN?

WWW.WIKOOSTENDE.BE

WWW.WIKOOSTENDE.BE



AANBOD

KLEUTERGYM & MULTIMOVE

Centrum: Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} kleuter: woensdag 14.00 - 15.00
& zaterdag 11.15 - 12.15

Konterdam: Sint-Lodewijkschool, Guido Gezellestraat 19
1^{ste} en 2^{de} kleuter: zaterdag 10.30 - 11.30
3^{de} kleuter: zaterdag 09.15 - 10.15

Zandvoorde: Vrije Basisschool, Kloosterstraat 2
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} kleuter: woensdag 14.45 - 15.45
& zaterdag 9.15 - 10.15

Vuurtorenwijk, Onze-Lieve-Vrouwecollege, Stanleylaan 55
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} kleuter: zaterdag 10.30 - 11.30

Om kwalitatieve lessen te kunnen aanbieden, beperken we ons tot 30 kleuters per groep.

KIDSGYM : BASISTURNEN 1^{STE} TOT 6^{DE} LEERJAAR

Centrum: Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} leerjaar: zaterdag 10.00 - 11.00
4^{de}, 5^{de} en 6^{de} leerjaar: vrijdag 17.00 - 18.00
& zaterdag 09.00 - 10.00

Konterdam: Sint-Lodewijkschool, Guido Gezellestraat 19
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} leerjaar: zaterdag 11.45 - 12.45

Zandvoorde: Vrije Basisschool, Kloosterstraat 2
1^{ste}, 2^{de} en 3^{de} leerjaar: zaterdag 10.30 - 11.30
4^{de}, 5^{de} en 6^{de} leerjaar: zaterdag 11.30 - 12.30

Om kwalitatieve lessen te kunnen aanbieden, beperken we ons tot 30 kinderen per groep.

G-GYM: TURNEN VOOR KINDEREN MET EEN VERSTANDELIJKE BEPERKING, ASS OF CP

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
6 t.e.m. 14 jaar: zondag 09.45 - 10.45

TIENERS

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
woensdag 19.00 - 20.30

FREERUNNING

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
zaterdag 15.00 - 16.00 of 16.00 - 17.00

vanaf 1^{ste} leerjaar

DANS VOOR DE JEUGD

Kidsdance: Vrij Technisch Instituut, Duivenhokstraat (bovenzaal)

Zaterdag

- 3^{de} kleuter + 1^{ste} leerjaar: 09.30 - 10.30 (Kids Dance 1)
- 2^{de}, 3^{de} en 4^{de} leerjaar: 10.30 - 11.30 (Kids Dance 2)
- 5^{de} + 6^{de} leerjaar: 11.30 - 12.30 (Kids Dance 3)

Kidsaerobics +: Vrije Basisschool, Kloosterstraat 2
Zondag

3^{de} kleuter tot 3^{de} leerjaar: 9.30 - 10.30
4^{de} tot 6^{de} leerjaar: 10.30 - 11.30

Clipdance: Vrij Technisch Instituut, Duivenhokstraat (benedenzaal)

Voor kinderen vanaf 12 jaar.
dinsdag 20.00 - 21.00



DANS VOOR VOLWASSENEN

Groepen toegankelijk vanaf 17 jaar, in zaal Albert Milh, Kairostraat 91

Stepaerobics + BBB: maandag 20.00 - 21.30
Werelddans: dinsdag 19.00 - 20.00
Aerobics & Piloxing: woensdag 20.30 - 22.00
Dans dames: donderdag 19.45 - 20.45
Fitdance: donderdag 20.45 - 22.00

KRACHT PLUS: KRACHTTRAINING VOOR 50+PLUSSEERS

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91
Sessie 1 van 12 lessen met start op 22 sep 2020
Sessie 2 van 12 lessen met start op 9 feb 2021



ROPE SKIPPING

Sint-Lodewijkschool, Guido Gezellestraat 19

Skippers

Skippers 1: 3^{de} kleuter tot 2^{de} leerjaar:
woensdag 17.30 - 18.30

Skippers 2: vanaf 3^{de} leerjaar:
woensdag 18.45 - 19.45

Recre@Skipping (na selectie)

Sint-Lodewijkschool, Guido Gezellestraat 19

- maandag 18.30 - 20.00
 - vrijdag 18.30 - 20.30
- info: ann.plaieser@wikoostende.be

TURNEN NA SELECTIE

Recre@Gym Meisjes

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91

- woensdag 17.30 - 19.00
 - vrijdag 18.00 - 19.30
- info: caroline@wikoostende.be

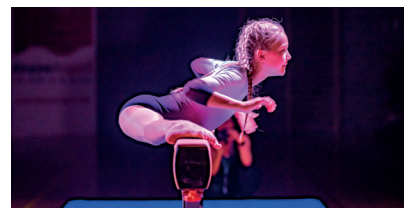
Springploeg (vanaf 3de leerjaar)

Zaal Albert Milh, Kairostraat 91

- maandag 17.00 - 18.30: groep 1
- maandag 18.30 - 20.00: groep 2

info: sofie@wikoostende.be

(indeling en mogelijkheid om in te stappen wordt bepaald op de eerste les)



COMPETITIEGROEPEN (ENKEL NA SELECTIE)

GYMNASTIEK

Onderbouw Competitie

info: feline@wikoostende.be

Demoteam

info: ingrid@wikoostende.be

Acro

info: caro@wikoostende.be

Toestelturnen meisjes

info: katrien@wikoostende.be

Trampoline

info: joeri@wikoostende.be

Tumbling

info: sofie@wikoostende.be

DANS

I.T.E.M.

Kids, Youth en Adults
info: ine@wikoostende.be

LIDGELD

TURNEN

Kleuters & Multimove	€ 58
Kidsgym	€ 58
Freerunning	€ 63
Tieners, Springploeg & Acreagym	€ 74
Demoteam	€ 96
Recre@Gym meisjes	€ 107

ROPE SKIPPING

Skippers 1 & 2	€ 63
Recre@Skipping	€ 118

DANS JEUGD

Kidsdance & Clipdance	€ 63
Kidsaerobics+	€ 63
ITEM Kids	€ 74
ITEM Youth	€ 102
ITEM Adults	€ 85

KRACHT PLUS (12 LESSEN)

€ 30

DANS VOLWASSENEN

Werelddans & Dans dames	€ 63
Aerobics & Piloxing	€ 74
Stepaerobics	€ 74
Fitdance	€ 74

Verplichte verzekering en administratie

€ 17

Bijkomende optionele verzekering met verhoogde dekking € 6

Deze verzekering biedt een hogere dekking. Je leest hier alles over op de website van de Gymnastiekfederatie Vlaanderen:

www.gymfed.be

