



Foto Nieuwsblad-©RR

## IN DE KIJKER Sportgala

**Vrijdag 3 maart 2023** vond de sportlaureatenviering van Brasschaat plaats. Er werden 8 winnaars bekend gemaakt die door een voorafgaande stemming genomineerd waren. Zij mochten de trofee van Brasschaatse sportlaureaat ontvangen. De avond werd op een leuke en humoristische manier aan elkaar gepreut door sportjournalist Ruben Van Gucht.

Enkele leden van het schepencollege moesten door te trappen op een racefiets, om zo snel mogelijk een ballon op te blazen en te laten ontploffen. In de ballon zat een papertje met de naam van de winnaar van de trofee.

Zo kreeg onze Helena Heijens de trofee van "Beloftevolle Jongere 2022" voor de gouden medailles die ze met acropartner Bram Rütger behaalde op belangrijke internationale wedstrijden en ook de trofee voor

"Publieksliefeling" mocht Helena mee naar huis nemen!

Dit wil zeggen dat ze van het publiek de meeste stemmen kreeg! Alvast iedereen bedankt om te reageren op onze oproep om te stemmen voor Helena!

## TERUGBLIK Paaseitjesactie

Zoals elk jaar organiseerde onze club weer een paaseitjesverkoop. Duizenden paaseitjes vonden weer hun weg naar onze leden! De opbrengst wordt aangewend voor aankoop van nieuw turnmateriaal.

De verkopers van de club met de grootse bedrag aan verkopen worden beloond met cadeaubonnen van Decathlon ter waarde van €25, €35 en €50.

De strafte paaseitjesverkopers waren Femke en Lynn van Riel. Zij wonnen de bon van 50€. Bij de basisgroepen wonnen Alyzé Venneman de bon van 35€ en Lotte De Lauw de bon van 25€. Bij de wedstrijdgroepen verdiende Leigh Goossenaerts de bon van 35€ en Lise Vermeire de bon van 25€.

**Geschreven door**

Martine



**Met dank aan de sponsors van onze turnshow 2022.**





## TERUGBLIK

### Inhuldiging nieuwe acrovloer

Op **12 maart** nodigde turnclub Acro2Gym vzw in de turnhal Driehoek aan de Turfaard in Brasschaat alle betrokkenen uit om de nieuwe turnvloer officieel in te huldigen.

Burgemeester Philip Cools en schepen Adinda Van Gerven (schepen van sport, jeugd, militaire relaties, verbroedering Bad Neuenahr-Ahrweiler) waren present.

Christel Lemmens vertegenwoordigde de sportdienst.

Ook waren de kinderburchemeester Ayla Stuyck en haar 2 adjuncten Céline Van der Linden en Saartje Van Roey aanwezig.

Daarnaast waren het A2G-bestuur, heel wat leden van het A2G-Management Team en een schare vrijwilligers en gymnasten van Acro2Gym vzw erbij.

Voorzitter Gaby Mertens heette iedereen welkom en sprak in naam van het bestuur van Acro2Gym:

*"Elk van jullie weet wat zijn of haar inzet was om dit project te realiseren, voor of achter de schermen. Ik gandan ook niet elk apart vernoemen om een lange resem namen te vermijden en er allicht eentje over het hoofd te zien. Je mag er echter van overtuigd zijn dat jouw inzet, dat ieders inzet geapprecieerd wordt. Want het is bij Acro2Gym net zoals overal: Geen samenwerking, geen realisaties. Dus... dank je wel!"*

Toch vernoemde zij enkele hoofdrolspelers:

Trainster Natalia Arribas, projectmanager van dienst, zorgde voor de bestelling, levering en de installatie van de nieuwe acrovloer.

Alle Acro2gym vrijwilligers voor de afbraak van de oude vloer en de opbouw van de nieuwe vloer.

Met alle logistieke uitdagingen en met een dikke "Merci!" aan Brigitte Arnouts (onderhoud Turnhal Driehoek) om de praktische hulp van de gemeentediensten mee in goede banen te leiden en zelf ook de handen uit de mouwen te steken.

Verder zette zij uiteen dat de financiering van deze investering van zo'n €65.000, enerzijds mogelijk was dankzij alle leden en sympathisanten van Acro2Gym, die door de jaren heen met een fractie van hun lidgeld of met de steun aan de Acro2Gym-acties mee het budget opbouwden.

Anderzijds ging een welgemeende dank uit naar de gemeente Brasschaat, de Sportdienst en de Sportraad voor het realiseren, respectievelijk bepleiten, van de maximale financiële en logistieke steun.

En last but not least een oprecht dankwoord voor de persoon die de financiële steun van €30.000 bij de bevoegde gemeenteorganen stevig bepleitte: schepen van sport & jeugd, Adinda Van Gerven.

Immers op deze vloer gaan vooral veel jongeren zich in topvorm kunnen turnen. Niet alleen de gymnasten van Acro2Gym, maar ook die van de andere sportclubs in Turnhal Driehoek en kinderen van Brasschaatse gemeentescholen. Het was dan ook gepast dat kinderburchemeester Ayla Stuyck het lintje doorknipte.

Aansluitend genoten de aanwezigen van twee wedstrijd oefeningen Acro op de nieuwe verende turnvloer.

Zowel het meisjesduo Mila & Leija als het meisjes trio Fiona, Anna & Hanne brachten een tip top afgewerkte oefening en straalden in hun kunstige wedstrijd maillots "made by Acro2Gym-vrijwilligers".

Op Adinda's vraag of ze een verschil ervaren tussen de oude en de nieuwe vloer, reageerden ze met een brede smile en een enthousiast "Jaaaaa!".

Nadien hebben alle aanwezigen nog nagekaart met een glaasje en een knabbeltje, aangeboden door Acro2Gym vzw.

**Geschreven door**

Gaby



## TERUGBLIK

### Gast-lesgevers in de damesgroep

Natalia geeft elke woensdag op een deskundige en leuke manier les aan onze damesgroep. Af en toe nodigt ze een gast-lesgever uit en kunnen de dames eens kennis maken met een andere manier van bewegen.

Op **25 januari** gaf Inge Boogaerts een les medische yoga. Inge is een ervaren gediplomeerde kinesiste met een focus die groeit van zuiver lichamelijke klachten naar aandacht voor lichaam, geest, emoties en levensstijl. Kortom "Flow kinesitherapie".

Inge was vroeger een gedreven acrogymnaste en coach van de demogroep in onze club. Ze vond het dan ook spannend om de dames te laten kennis maken met doeltreffende oefeningen en met het oog voor ons lichaam in zijn totaliteit.

Voor de dames was het een aangename en leerrijke les!

Op **29 maart** kregen de dames een les pilates van Veerle Peeters. Veerle was eveneens een gedreven acrogymnaste en haar kindjes volgen intussen ook turnles bij Acro2Gym.

Veerle is een ervaren kinesiste en specialiseert zich nu verder in pilates. Tijdens haar les kregen ze oefeningen voor het gehele lichaam en leerden ze vooral om hierbij de juiste ademhalingstechnieken te gebruiken.

Dit vroeg toch wel extra concentratie. Het was dan ook veel stiller dan anders tijdens deze les maar de voldoening achteraf was groot.

Woensdag **26 april** maakten de dames kennis met de Natural Movement en Animal Flow. Een bewegingsvorm waarbij zo dynamisch mogelijk dicht bij de grond wordt bewogen.

Deze les werd geleid door Tessa Cornelis, kinesiste in Brasschaat. Zij was ook een enthousiaste gymnaste van onze club in de disciplines tumbling, acro en demo.

Tessa leerde bewegingen aan waarbij er op handen en voeten wordt gesteund en de houdingen vloeiend uit worden gevoerd. Bewegingen worden dan gecombineerd zodat er een "flow" ontstaat.

Het moet gezegd dat de dames af en toe toch wel in de knoop zaten met hun ledematen! Het was zeker de moeite om ook deze bewegingsleer te ontdekken.



Gastles van Inge Boogaerts met medische yoga



Gastles van Tessa Cornelis met natural movement en Animal flow

Geschreven door

Martine

Lies

Met dank aan de sponsors van onze turnshow 2022.





## Ken je onze clubwaarden nog?



Wij gaan ervoor om onze leden een **zinnolle en gezonde vrijetijdsbesteding** te bieden



In een **gezellige, ongedwongen, ontspannen en sportieve sfeer**



**Inzet is belangrijker** dan de prestatie



We hechten **veel belang aan waarden** zoals verdraagzaamheid, begrip, respect, solidariteit, samenwerking, vertrouwen en vriendschap

## Aankomende activiteit

### Jij ben uitgenodigd!

**Fiesta Paella** • **25 juni 2023**

Kom op zaterdag 25 juni 2023 naar Fiesta Paella!  
Het zal plaatsvinden in Ons Middelheem, Bredabaan 423 in Brasschaat.

Zo ziet de planning er uit:  
Apero met tapas vanaf 16u30  
Paella à volonté van 18u00 tot 20u00  
Dessertjes en ijskarretje vanaf 19u30

Houd je mail goed in de gaten, want voor dit leuk A2G-feestje moet je wel op voorhand inschrijven, hiervoor zal je nog een uitnodiging krijgen per mail.

**Geschreven door**

Gaby

Lies



### Deel je verhaal

Heb je iets leuk te vertellen of foto's van activiteiten die zeker een plaatsje verdienen in 't Graef Gymkrantje?  
Stuur het door en wie weet komt het in het krantje te staan!



**Mail**  
redactie@acro2gym.be

### Blijf op de hoogte

Volg ons op onderstaande sociale media om op de hoogte te blijven van alle nieuwtjes en varia.



**Facebook**  
<https://www.facebook.com/acro2gym>



**Instagram**  
<https://www.instagram.com/acro2gym/>

# 't Graef Gymkrantje



## Kleur erop los

