

Bijlage 7, activiteiten Jan van Weert

Jan van Weert biedt een breed gymnastiek- en turnaanbod aan, aan alle etnische achtergronden, jongeren, ouderen, sociaal zwakkeren, personen met beperking. Het totaal aanbod betreft:

1. Ouder en kind gymnastiek

Deze lessen zijn bedoeld voor kinderen in de leeftijdsfase 2-4 jaar. In de Ouder+Kind-groepen komen de oefeningen spelenderwijs aan bod. Hierbij wordt gebruik gemaakt van klein materiaal, opgestelde toestellen en muziek. De leden behalen hiermee hun beweegdiploma 1 "Het Nijntje Beweegdiploma".

2. Kleutergym

In de kleutergymlessen wordt gewerkt voor Beweegdiploma 2. Omdat de 'doorstromers' van Beweegdiploma 1 al over bepaalde basisvaardigheden beschikken, is er in de kleuterles meer aandacht voor het werken op de toestellen.

3. MBVO (Meer bewegen voor ouderen)

De oefenstof die aangeboden wordt heeft als doel de fitheid en conditie te vergroten, te behouden en om minder snel achteruitgang te ondervinden. De lessen worden gegeven met veel variatie en aanpassingen zodat het voor ieders niveau uitdagend en ook haalbaar is. Het gebruik van klein materiaal zoals hoepels, diverse soorten ballen, blokken en stokken geeft een speelser en vrolijker effect. Naast veiligheid is respect een belangrijk uitgangspunt.

4. Ritmische gymnastiek

Op muziek wordt met relatief eenvoudige passen een ritmisch geheel geleerd. *De lessen worden aangevuld met op de maat van de muziek worden spierversterkende en rek- en strek oefeningen en aan het einde van de les een cooling down. Loopt nog niet*

5. Recreatief turnen

Recreatief turnen richt zich op de jeugd uit de gemeente Weert, maar ook kinderen uit de omgeving zijn welkom bij Jan van Weert. Met behulp van de brug, balk en vloer leren kinderen vanaf 6 jaar op hun eigen niveau steeds nieuwe onderdelen. Eén keer per jaar wordt er een wedstrijd/demo-dag georganiseerd.

6. Wedstrijdturnen

Als een turnster opvalt in de recreatieve groepen door haar lenigheid of kracht is het mogelijk dat ze gevraagd wordt om te komen 'oefenen' in de voorselectie. Jonge talenten van rond de leeftijd van 6 jaar worden hierbij geselecteerd.. Ouder(s), turnster en trainster(s) beslissen samen wat de beste groep is voor de turnster. Plezier in de sport staat hierbij voorop! Hierbij wordt de volgende verdeling gehanteerd:

- Groep A: Onderbouw *Nationaal niveau*
- Groep B: Onderbouw *District niveau*
- Groep C: Bovenbouw *divisie 1 t/m 3*
- Groep D: Bovenbouw *divisie 4*

7. Opleidingen

Leerlingen die interesse tonen om bij her recreatief turnen te ondersteunen of door te groeien als trainer kunnen via Jan van Weert een opleiding waarbij krijgen en bijscholing om hun licentie te behouden. Jan van Weert levert ook juryleden bij wedstrijden, welke een verplichting is van de KNGU.

8. Ambitie voor topturnen.

Jan van Weert heeft een sterke ambitie om talent verder te ontwikkelen. Met een passende accommodatie is doorgroeien naar Topsport en het realiseren van een RTC zonder meer mogelijk. Voor samenwerking zijn reeds contacten gelegd met LVO en het College (Loot school), Dansscholen, en stichting Gaan voor Goud.