

## Turnclub Sterk en Lenig Drogen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drogen

Adres: Hagebult 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drogen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drogen - turnen

Omschrijving: ACRO - Kenmerkend voor acrogym is dat het niet individueel wordt beoefend maar in een team. Een team bestaat uit een sterke onderpartner(s) en een lichtere bovenpartner(s). De volgende combinaties zijn mogelijk: dames paar, heren paar, heer/dames paar, dames trio, heren vier.

De oefening vindt plaats op een vierkante verende vloer. De oefening, steeds op muziek, bestaat uit een aantal turnelementen en choreografie, aangevuld met acrobatiekelementen. Deze elementen zijn onderverdeeld in balanselementen en tempo-elementen. Bij balanselementen wordt er een houding aangenomen die enkele seconden moet worden aangehouden, bij tempo-elementen wordt de bovenpartner geworpen, waarbij deze bv. een salto maakt. Normaal gesproken wordt er een combinatie oefening uitgevoerd, bij hogere niveaus is er een aparte balansoefening en tempo-oefening.

Naar gelang van je categorie neem je deel aan provinciale wedstrijden en aan Vlaamse en Belgische kampioenschappen. Af en toe trekt deze competitiegroep ook naar het buitenland of gaan er stages door. Ook staan de acro groepen garant voor prachtige groepsoefeningen op het jaarlijkse turngala.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 7 tot 24

Dag:

<b>Maandag</b>	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	Donderdag	<b>Vrijdag</b>	<b>Zaterdag</b>	<b>Zondag</b>
----------------	----------------	-----------------	-----------	----------------	-----------------	---------------

## Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebulk 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Tumbling, dat is op een lange verende tumblingbaan op hoge snelheid turnbewegingen uitvoeren. Kracht, een goede vormspanning en een gezonde portie durf liggen aan de basis van deze leuke tak binnen de gymnastiek. In onze recreatieve groepen Gymstars wordt een goede basis gelegd van deze sport. Heb je de tumblingkriebel helemaal te pakken? Dan kan je de overstap wagen naar onze tumbling groepen, na selectie. In onze gymnastiekhal beschikken we over een permanent liggende competitie tumbling baan met aanloopzone.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 8 tot 25

Dag:

Maandag	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	<b>Donderdag</b>	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	----------------	-----------------	------------------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen



## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebulk 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Demo? Ja, dat is een officiële tak binnen de gymnastiek waar groepsoefeningen van verschillende gymclubs het tegen elkaar opnemen. Meeslepende dans, een pakkende choreografie, acrobatie, tumbling, passende kostuums en een originele muzikale compositie zijn de ingrediënten van een geslaagde demo-oefening.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 11 tot 25

Dag:

Maandag	<b>Dinsdag</b>	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	----------------	----------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

## Long Life Association - tai ji quan

### Organisatie

Naam: Long Life Association

Adres: Kasteelwegel 25 9040 Gent

Telefoon: +32 9 229 18 60

E-mail: [freddy.dhont@skynet.be](mailto:freddy.dhont@skynet.be)

Website: <https://longlifeassociation.jouwweb.be/nieuws>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Long Life Association - tai ji quan

Omschrijving: Tai Ji is een oude Chinese bewegingskunst, gebaseerd op handelingen uit de gevechtscunst en op de kennis van de traditionele Chinese geneeskunde

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 10 tot 99

Dag:

Maandag	Dinsdag	<b>Woensdag</b>	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	-----------------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: VBS De Krekel

Adres: Krekelberg 1 9040 Gent

Wijk: Dampoort

## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebult 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Kleurterturnen - De kleuters gaan bij Sterk en Lenig op ontdekkingsreis van hun eigen lichaam, van kleuren, cijfers en vooral van beweging. Bewegen is voor de ontwikkeling van een kleuter immers zeer belangrijk. Op een speelse wijze leren zij duikelen, rollen, springen, klauteren, balanceren,... Ook leren ze eerste turntechnieken, af en toe springen de kleutertjes zelf op de grote trampoline. Soms is de les, of een deel van de les op passende muziek. Volgens leeftijd hebben we twee groepen: de kleuters en de kapoentjes. Bij de kapoenen komt er al wat meer durf aan te pas en wordt de aandacht voor algemene vormspanning en turnen opgetrokken.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 3 tot 5

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen





## Allegro Dance Company - -

### Organisatie

Naam: Allegro Dance Company

Adres: Berkenhof 1 9050 Gent

Telefoon:

E-mail: [info@allegrodc.be](mailto:info@allegrodc.be)

Website: <https://www.allegrodc.be>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Allegro Dance Company - -

Omschrijving: Dansschool Allegro Dance Company. Er worden diverse stijlen aangeboden gaande van ballet tot breakdance, van urban tot modern jazz...

De dansschool staat erom bekend niet alleen het plezier van het dansen over te brengen maar ook kwalitatieve lessen aan te bieden.

instagram: [allegro\\_dance\\_company](#)

Categorie: Dans

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

Maandag	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	<b>Donderdag</b>	<b>Vrijdag</b>	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	----------------	-----------------	------------------	----------------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Planeet Mars

Adres: Land van Waaslaan 78 9040 Gent

Wijk: Dampoort

## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebult 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Kadees: Om kinderen alle kansen op een gezonde levensstijl te bieden, zijn we al meer dan 10 jaar bezig met de Kadees. Het doel van deze groep is kinderen met lichte motorische ontwikkelingsstoornissen (bv coördinatie-ontwikkelingsstoornissen of DCD) en aanverwante stoornissen zoals ADHD of ASS, sport op hun maat aan te bieden zodat ze (terug) plezier leren beleven aan het bewegen.

Ze werken aan hun motorische ontwikkeling via sport en spel. De groep wordt bewust beperkt gehouden zodat elk kind individuele aandacht kan krijgen en zo leert zijn eigen lichaam te kennen en zich goed in zijn vel te voelen.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Ja

Leeftijden: van 4 tot 15

Dag:

Maandag	Dinsdag	<b>Woensdag</b>	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	-----------------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebult 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Gymstars: de recreatie groepen werken met GYMSTARS! Dit is het kids-gym programma van de Gymnastiekfederatie Vlaanderen. Een didactisch-methodisch programma dat tot stand kwam met de steun van de Vlaamse Gemeenschap. Bij inschrijving wordt elk kind toegewezen volgens leeftijd, af en toe zijn er testmomenten en kan het kind evolueren binnen de Gymstars groepen. Dus meer op basis van kunnen. Zo proberen we dat elke gymnast zich binnen de gymstars thuis voelt, zowel op leeftijd als op kunde.

Sporten is gezond en enorm belangrijk. Om die reden trainen de GYMSTARS groepen 2.5 u in de week gedurende twee lessen. Het absolute minimum voor een gezonde groei en levensstijl, dit zowel fysiek als mentaal.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 15

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	<b>Donderdag</b>	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	---------	----------	------------------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

## Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen

Adres: Hagebulk 2 9850 Landegem-Deinze

Telefoon:

E-mail: [info@sterkenlenig.be](mailto:info@sterkenlenig.be)

Website: <http://www.sterkenlenig.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Sterk-en-Lenig-Drongen-1795133327440455>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Sterk en Lenig Drongen - turnen

Omschrijving: Trampoline Recrea - Welk kind springt niet graag in een luchtkasteel? Hier in deze groep kan je je uitleven op een heuse trampoline. Maar dan wel op een gecoördineerde en gecontroleerde manier. Tijdens de lessen wordt er gesprongen op de mini, de dubbele mini trampoline en de trampoline. In deze groep is veel aandacht voor vormspanning, conditie en lenigheid.

We raden aan om trampoline te combineren met een Gymstarsgroep. Een goede basis zal de uitvoering en de hoogte op de trampoline verbeteren. Een goede vormspanning maakt het een stuk veiliger op een trampoline en voorkomt blessures.

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 7 tot 16

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Keiskant

Adres: Keiskantstraat 3 9031 Gent

Wijk: Drongen

## Turnclub Olympia Zwijnaarde - turnen

### Organisatie

Naam: Turnclub Olympia Zwijnaarde

Adres: Nederzwijnaarde 26 9052 Gent

Telefoon:

E-mail: avde63@gmail.com

Website: <https://tozvzw.be/>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Turnclub Olympia Zwijnaarde - turnen

Omschrijving: Basisturnen, tumbling, acro, trampoline, kleuterturnen (vanaf 2,5 jaar), toesteltturnen, gymness (B&B voor volwassenen)

Categorie: Gym

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 2 tot 99

Dag:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
---------	---------	----------	-----------	---------	----------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Hekers

Adres: Ter Linden 29 9052 Gent

Wijk: Zwijnaarde



## Taijitan Yoshin Ryu - jiu-jitsu

### Organisatie

Naam: Taijitan Yoshin Ryu

Adres: Braambos 21 9600 RONSE

Telefoon: +32 93243187

E-mail: alain.lescur@hogent.be

Website: <http://www.jiu-jitsu-gent.be>

Facebook: <https://www.facebook.com/Taijitan-Yoshin-Ryu-220434932043/>

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Taijitan Yoshin Ryu - jiu-jitsu

Omschrijving: Jiu-Jitsu, zelfverdediging, gevechtssport, krijgskunst

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 6 tot 99

Dag:

Maandag	<b>Dinsdag</b>	<b>Woensdag</b>	<b>Donderdag</b>	Vrijdag	<b>Zaterdag</b>	Zondag
---------	----------------	-----------------	------------------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Sporthal Bourgoyen

Adres: Driepikkelstraat 30 9030 Gent

Wijk: Mariakerke

## Long Life Association - tai ji quan

### Organisatie

Naam: Long Life Association

Adres: Kasteelwegel 25 9040 Gent

Telefoon: +32 9 229 18 60

E-mail: [freddy.dhont@skynet.be](mailto:freddy.dhont@skynet.be)

Website: <https://longlifeassociation.jouwweb.be/nieuws>

Facebook:

Instagram:

UitPas: Nee

UitPas (extra info):

### Activiteit

Naam: Long Life Association - tai ji quan

Omschrijving: Tai ji quan is een oude Chinese bewegingskunst, gebaseerd op handelingen uit de gevechtscunst en op de kennis van de traditionele Chinese geneeskunde. Het is wetenschappelijk bewezen dat Tai ji quan de gezondheid bevordert, de concentratie en de coördinatie verbetert en het immuunsysteem versterkt.

Categorie: Gevechtssport

Doelgroep: Gemengd

Leeftijden: van 10 tot 99

Dag:

<b>Maandag</b>	Dinsdag	Woensdag	<b>Donderdag</b>	Vrijdag	Zaterdag	<b>Zondag</b>
----------------	---------	----------	------------------	---------	----------	---------------

### Locatie

Naam: School Mijlpaal Drongen

Adres: Groenewandeling 80 9031 Gent

Wijk: Drongen