gymnastiekvereniging
De EvenwichtsBalk
sinds 1959

Overweegt u, of uw zoon/dochter om lid te worden van onze vereniging, of heeft u zich al ingeschreven? In dit welkomstboekje informeren we u graag over de vereniging, hoe wij zijn georganiseerd, wat u van ons mag verwachten en over de voorwaarden van het lidmaatschap.

Na het invullen van het online aanmeldformulier op de website (www.gymverenigingbalk.nl) ontvangt u bericht dat de aanmelding is ontvangen. U of uw kind is dan welkom op de les. Zodra de ledenadministratie de aanmelding heeft verwerkt ontvangt u een bevestigingsmail. De inschrijving is dan echt definitief. U wordt toegevoegd aan de desbetreffende groepsapp om informatie te kunnen ontvangen: denk aan wijziging van tijden of informatie rondom activiteiten buiten de lessen om. Als er vragen zijn, dan kunnen die gesteld worden via evenwichtsbalk@gmail.com.

Bewegen is gezond!

Gymnastiek is voor iedereen, want bewegen is gezond. Het maakt niet uit hoe oud je bent!

Onze lessen bestaan uit:

- Peuter-/kleutergym
- Gymnastiek recreatie
- Gymnastiek selectie
- Freerunnen
- Spring je fit 16+

De **peuters en kleuters** maken al kennis met verschillende vormen van bewegen, zoals springen, rollen, duikelen, schommelen, steunen etc. Ze oefenen ook al de beginnende gymtechnieken. Hoe ouder de kinderen, hoe moeilijker de oefeningen, we laten ieder kind naar eigen kunnen gymmen. Daarom bieden we vanaf groep 3 reguliere **gymnastiek-**lessen, waarbij de leden in leeftijdsgroepen zijn ingedeeld en oefenen voor recreatieve wedstrijden in de buurt. Daarnaast hebben we extra trainingen voor de turnsters van onze **selectie** die meedoen aan georganiseerde

turnwedstrijden in Noord-Nederland. Voor wedstrijden wordt wedstrijdgeld gevraagd. Kijk voor meer info op www.turnontour.nl, daar vind je ook meer info over de bedragen. Voor stoere jongens en meiden (vanaf groep 3) hebben we **freerunnen**. Voor de leden boven de 16 jaar is er **Spring je fit**, bewegen op de tumblingbaan.

Locaties van de lessen

Sporthal de Trime (gymnastiekzaal naast de sporthal)

Herman Gorterstraat 5

8561 BR Balk

VOG

De leiding beschikt over een **V**erklaring **O**mtrent het **G**edrag (VOG). Deze verklaring wordt elke drie jaar opnieuw aangevraagd.

Bestuur en leiding

De actuele samenstelling van het bestuur en de leiding vindt u opde website. Heeft u vragen voor het bestuur, dan kunt u deze per mail stellen via evenwichtsbalk@gmail.com.

Een vraag over de lessen kunt u rechtstreeks bij de betreffende train(st)er stellen. Via de groepsapp bent u op de hoogte van de telefoonnnummers van de leiding.

Ledenadministratie

Vragen over het lidmaatschap en de contributiebetaling kunnen gesteld worden via: evenwichtsbalk@gmail.com (ledenadministratie) of penningmeester@gymverenigingbalk.nl (penningmeester).

(Adres)wijzigingen doorgeven of opzeggen kan alléén digitaal via mail. Dit kan NIET bij de leiding tijdens de les.

Het aanmeldformulier is te vinden op de website.

Activiteiten

Veel (ouders van) leden zijn druk met activiteiten voor en door de club. Gemiddeld zijn er twee keer per jaar activiteiten ten bate van de vereniging. In het kort betekent dit meestal een sponsorloopactie en een verkoopgerelateerde actie.

Opzegtermijn

Voor opzegging van het lidmaatschap kan per 1 januari of per 1 juli. Dat wil zeggen dat opzeggingen voor het nieuwe seizoen vóór 1 januari of vóór 1 juli moeten zijn gemeld. Er zijn bijzondere omstandigheden waardoor deze opzegtermijn niet geldt, zoals verhuizing, ziekte, zwemles etc. Hiervoor kan ten alle tijden contact worden opgenomen met het bestuur.

Bij opzeggingen in de loop van het seizoen moeten de resterende termijnen nog worden voldaan, tenzij er bijzondere omstandigheden van toepassing zijn. Dit ter beoordeling van het bestuur.

Contributie

De contributie is verschuldigd per maand en wordt per maand middels automatische incasso geïnd. Hieronder zijn de maandelijkse contributiebedragen per groep weergegeven.

Groep	contributie per maand vanaf 1.1.2026	contributie per maand vanaf 1.7.2026
Peuters en kleuters	€ 15,83	€ 18,33
Gymnastiek	€ 17,50	€ 20,-
Selectie	€ 31,65	€ 36,65
Freerunning	€ 15,83	€ 18,33
Spring je fit	€ 15,83	€ 18,33

Voor een 10-rittenkaart voor de Spring je fit wordt het tarief € 52,50 vanaf 1 januari 2026.
En na 1 juli 2026 wordt het tarief € 60.

Ter kennismaken zijn de eerste twee lessen gratis. De contributie is bij vooruitbetaling verschuldigd. Er kan alleen per automatische incasso worden betaald. Bij inschrijving is hiervoor op het aanmeldformulier een machtiging afgegeven. Als betaling uitblijft, ontvangt het lid of ouder(s)/verzorger(s) van het jeugdlid een herinnering. Aan deelname aan wedstrijden is een extra eigen bijdrage verbonden.

Bij aanmelding in de loop van het seizoen is de contributie verschuldigd in relatie tot het aantal maanden dat nog resteert.

Kleding

Bij onze ‘eigen’ wedstrijden of de wedstrijden (selectie) van Turn on Tour dragen we turnkleding van de vereniging. Tijdens de training graag passende eigen kleding aantrekken.

Vakanties

Tijdens de schoolvakanties zijn er geen lessen. De vakanties beginnen veelal op de eerste dag (maandag) dat de scholen vrij zijn. Een en ander wordt gecommuniceerd via de groepsapp.

De groepsapp

De app is om te informeren. Er kan alleen iets gestuurd worden door bestuursleden en leiding. Heb je een vraag? Stuur een van de bestuursleden een app en/of neem een kijkje op de website. Kleding kwijt of vergeten? Dat willen wij voor je in de app zetten.

Op deze manier hopen we er een app van te maken die informerend werkt en zoveel als mogelijk ‘stil’ is.

Aansprakelijkheid

De vereniging en het bestuur is niet aansprakelijk te stellen voor diefstal of vermissing van eigendommen uit de kleedkamers, sportzaal en dergelijke.

De vereniging

Wij zijn een gymnastiekvereniging die stevig verankerd is in de Balkster mienskip. Al bijna vijfenzestig jaar sporten volwassenen, jongens en meiden van Balk bij ons. Ieder kan op haar of zijn eigen niveau sport beoefenen. Veiligheid en sporten met plezier staat voorop. Mocht je de vereniging een warm hart toedragen of iemand kennen die eerder altijd betrokken is geweest bij de vereniging, dan is het mogelijk om de Evenwichtsbalk financieel te ondersteunen. Voor minimaal €15,- per jaar kun je namelijk donateur worden (https://gymverenigingbalk.nl/donateur-worden/).

Veilig sportklimaat

De Evenwichtsbalk is een sportvereniging waar iedereen op zijn of haar niveau, ongeacht geslacht, seksuele geaardheid of levensovertuiging op een veilige manier sport kan beoefenen. Het bestuur streeft naar een veilig sportklimaat, waar we sportief en met respect met elkaar omgaan. Zo hebben alle trainers een VOG (Verklaring omtrent gedrag) overlegd en heeft het bestuur een vertrouwenspersoon aangesteld (zie website). Onsportief gedrag, zowel in de gymzaal als in de kleedkamer, wordt niet getolereerd en kan worden bestraft door schorsing van het lid of het ontnemen van het lidmaatschap.

Grensoverschrijdend gedrag kan een grote impact hebben. Als vereniging vinden wij het belangrijk dat je plezier hebt met gymnastiek. Daar hoort ook bij dat je mag aangeven als je last hebt van ongewenste omgangsvormen. Wat is dat precies als iemand over jouw grenzen gaat? Je herkent dit o.a. als je buikpijn ervaart na een gebeurtenis, er wakker van ligt of niet kan ophouden met piekeren. Het kan soms moeilijk zijn om tegen de ander aan te geven dat je moeite hebt met wat er is voorgevallen, wat ertoe bijdraagt dat je plezier in gymnastiek afneemt. Voor De Evenwichtsbalk is het belangrijk dat een lid dat te maken krijgt met seksuele intimidatie of met ander ongewenst gedrag, altijd terecht kan bij de trainer en bij onze vertrouwenspersoon. Wat doet de vertrouwenspersoon? De vertrouwenspersoon luistert naar je verhaal en helpt je zoeken naar mogelijkheden om de situatie op te lossen. Hij of zij kan je helpen om een klacht in te dienen, maar gewoon even praten kan ook. De contactgegevens van onze vertrouwenspersoon zijn binnenkort, na een informatief berichtje vanuit het bestuur, te vinden op onze website.

Weet dat wij er voor je zijn. Mochten hier vragen over zijn, dan horen we dat graag. Samen sta je sterker!

Versie 3, januari 2026