



**Talrijke
turn-
brevet-
ten
behaald**

**Rope-
skippers
in actie**



**Wie zijn onze nieuwe
clubkampioenen?**

PLUISTESTEN

Op 13 februari 2010 kregen de kleuters de kans om een pluisbrevetje te behalen. Vele kleuters keerden naar huis met een brevet pluis 1, 2 of 3 op zak!
Dikke proficiat aan onze allerkleinsten!



Carnavalsduik 20 februari 2010

Onder een strakblauwe hemel en wat deugddoende zonnestrallen trotseerden zaterdag 20 februari een 250-tal ijsberen het koude Noordzeewater.



Waarschijnlijk zat de weersvoorspelling, die de kans op een regenbui had voorspeld, er voor iets tussen, waardoor er minder deelnemers kwamen opdagen dan voorgaande jaren. De sfeer daarentegen was er op deze derde editie zeker niet minder om.

De toeschouwers waren alvast massaal aanwezig. Op het strand, de zeedijk en op de promenade van de Pier stonden enkele duizenden mensen die dit leuke sportieve evenement voor geen geld wilden missen.

Na de ludieke opwarming, gebracht door Cynthia, Fien, Sanne en Sven, trainers van de turnvereniging Rust Roest, kozen de deelnemers in carnavalsoutfit het ruime sop van amper 2,5° Celsius.

Velen hielden het bij deze toch wel zeer koude temperatuur maar enkele minuten vol en haastten zich vlug terug naar de tent om warme kledij aan te trekken. Achteraf kon iedereen zich tegoed doen aan een kop heerlijke warme chocolademelk. Voor diegenen die liever iets sterkers wensten om het verkleumde lichaam terug op temperatuur te krijgen was er uiteraard jenever.

(Blankenberge-Online 21/02/2010)

Ropeskippingnieuws

Op zondag 28 februari 2010 werden voor de 2de keer de brevetten ropeskipping georganiseerd in de turnzaal van Rust Roest.

De meisjes waren goed voorbereid op de proeven door hun trainsters, Olivia Benoot en Cynthia Beckers, want alle skippers hebben hun brevet behaald!

Proficiat aan iedereen!



Provinciaal kampioenschap TU en DMT op zaterdag 6 maart 2010

Met 11 gymnasten namen we dit jaar deel aan het provinciale kampioenschap dubbele mini-trampoline recrea niveau.

Om 9u werden we in de Mister "V" Arena in Oostende verwacht voor de opwarming.

Het bleek al vlug dat onze springers goed in vorm waren. Ook tijdens de wedstrijd werd er door hen zeer goed gesprongen. Zowel de techniek als de afwerking waren in orde.

Sofie Van Huffel, onze jongste deelnemster kende wat pech. Na 2 goede sprongen had ze door de zenuwen plots een black-out met een nulsprong als gevolg. Maar de andere gymnasten konden haar al vlug troosten. Zulke wedstrijden zijn heel belangrijk als motivatie tijdens de trainingen en ook het samenhangingsgevoel in de groep heeft er baat bij.

In de namiddag kwamen nog 2 van onze gymnasten aan de beurt: Elke De Jonghe en Steve Wisse.

Steve haalde als enige van Rust Roest Blankenberge een medaille. Hij was in zijn categorie eerste West-Vlaming en tweede allround. (VDV)

TURNBREVETTEN TOESTELTURNEN

Zaterdag 13 maart 2010 was het brevetendag voor de specialisatiegroep toestelturnen.

Kelly Laukens de trainster werd bijgestaan door de hulptrainsters Sarah Slembrouck en Betty Engelen.

De brevetten gingen van A tot E en dit in stijgende moeilijkheidsgraad.

De gymnasten moesten per toestel een minimumscore van 6 behalen en een totaal van 28 op 40.

Er waren in totaal 27 deelnemers.

De juryleden voor de brug met ongelijke leggers en de sprong waren Annie Vanleenhove en Annelore Delbecque. Voor de lange mat en de balk jureerden Ingrid De Ville en Hilde Welvaert.

Proficiat aan alle deelnemende gymnasten! (HW)



Clubkampioenschappen Minitrampoline, Dubbele Minitrampoline en Tumbling op zondag 14 maart 2010

Zondag 14 maart waren in de Bloso-sporthal de tribunes flink bezet met familieleden van-, en geïnteresseerden voor de RR-gymnasten, die deelnamen aan de trampoline- en tumblingwedstrijden voor het Clubkampioenschap.

Eventjes 80 springers en tumblers, respectievelijk onderverdeeld in 6 en 9 leeftijdscategorieën, hadden zich ingeschreven.

Een hele namiddag lang zag het publiek hoe fel deze jeugd getraind had. Zich meten in kracht, durf en vooral acrobatie met daarbij de beste afwerking vertonen, was het doel.

De juryleden hadden het niet onder de markt om alles minutieus te quoteren.

Niettemin genoten de toeschouwers van de competitie.

Uiteindelijk waren er 15 meisjes en jongens die de titel van Rust Roest clubkampioen(e) 2010, kregen. Aan elke deelnemer werd er eveneens een herinneringsmedaille overhandigd.

Tot slot kregen de trainers, juryleden en het telbureau een warm applaus voor hun inspanningen bij dit Clubkampioenschap. (RV)



Turnfeest "Rust Roest goes crazy" op vrijdag 4
en zaterdag 5 juni 2010 om 19u30.

BE THERE!