

*Sportkampen*  
03 778 37 57  
*sportkampen@sint-niklaas.be*

## **info voorjaarssportkampen 2019**

Beste sportieveling

Hierbij volgt nog extra info na je inschrijving van je voorjaarssportkamp.

### **Terugbetaling sportkamp**

Een sportkamp wordt terugbetaald:

- ✎ Indien je door ziekte niet kan deelnemen. Verwittig tijdig en schriftelijk, ten laatste op de dag van de ziekte de sportdienst. Schriftelijk wil zeggen via brief of mail. Graag het medisch attest indienen binnen de vijf werkdagen.
- ✎ Wanneer het sportkamp dat je gekozen hebt, wordt geschrapt door te weinig deelnemers en er voor jou geen alternatief is.

### **Praktische inlichtingen**

- Op tijd aanwezig zijn  
Indien je niet in de vooropvang zit, verwachten wij jou de eerste dag een kwartier voor aanvang van het sportkamp. De dagen daarna is vijf minuten voldoende.
- Kledij
  - gemakkelijke sportkledij,
  - voor zaalsporten: sportschoenen die geen sporen nalaten op de sportvloer,
  - voor buitensporten: regenkledij en liefst ook specifieke buitensportschoenen, bijvoorbeeld voetbalschoenen voor deelnemers aan het voetbalkamp,
  - voor inline skaten: skates die geen sporen nalaten op de sportvloer, plus pols-, elleboog- en kniebeschermers (verplicht),
  - voor krijgskunsten: los trainingspak dat tegen een stootje kan,
  - voor mountainbike: mountainbikefiets en helm. Huren mogelijk na reservatie: fiets , 50 euro/week en helm 10 euro/week. Ter plaatse te betalen.
  - voor muurklimmen: soepel sportschoeisel
  - voor turnen en trampoline: lichte turnpantoffels,
  - voor kleutersport: de kindjes moeten zindelijk zijn, dus geen luier meer dragen.

- voor zwemmen: zwempak en handdoek.
  - voor watergewenning en kleutersport<sup>(1)</sup>: zwemkledij reeds aangetrokken onder de sportkledij en handdoek. Hulp van zwemouders bij het omkleden is wenselijk.
  - ponyrijden en omnisport: lange broek, laarzen om te rijden, rijhelm (als je die hebt, anders te gebruiken in de manège), short en sportschoenen voor de omnisport.
- Ook meebrengen
    - voor racketsporten: liefst eigen racket,
    - voor zwemstijlverbetering: brevet 25m zwemmen,
  - Tussendoortje

Zowel in de voor- als in de namiddaglessen kan je tijdens de pauze je eigen versnapering en drankje gebruiken.
  - Middaglunch

Indien je 's middags blijft eten, breng je je eigen lunchpakket mee.  
OPGELET: je maakt gebruik van de plaatselijke cafetaria, waar eigen drank niet is toegestaan. Breng dus zeker een beetje zakgeld mee.  
Bij alle hele dag sportkampen is het lunchdrankje inbegrepen in de inschrijvingsprijs behalve bij:

    - Circus Punt: 'Circuskamp'

Wij wensen jou een fijn sportkamp!

De stedelijke sportdienst.

<sup>(1)</sup> Praktische info sportkamp watergewenning en kleutersport in aparte bijlage