



CHIRO WINNIK GAAT NAAR HET CIRCUS

Dag speelclubmeisjes, speelclubjongens, kwiks en rakers

De circusdirecteur van Circus Terjoden heeft dringend jullie hulp nodig! Alle circusartiesten hebben plotseling hun ontslag ingediend. De circusdirecteur is dus op zoek naar nieuwe artiesten om op te treden in zijn circus. Hij organiseert daarom een heus circusweekend en raad eens... Jullie zijn de gelukkigen, want onderaan in deze brief vinden jullie jullie unieke toegangskaartje tot het circusweekend terug waar jullie zullen worden opgeleid tot echte artiesten! Dit is jullie unieke kans om in de voetsporen te treden van jullie favoriete circusartiesten. Bereid jullie voor op een weekend vol plezier, vriendschap en circustaferelen.

Het circusweekend zal plaatsvinden van **zaterdag 9 april** t.e.m. **zondag 10 april**. De circusdirecteur en de leiding verwachten jullie op zaterdag om **09 uur** in de grote circustent en sluiten er de volgende dag af om **tussen 17 uur en 18 uur**. Jullie opleiding tot circusartiest gaat door bij Circus Terjoden dat dat weekend halt houdt te **Geraardsbergsesteenweg 79C, 9320 Erembodegem**.

Wat mag je zeker niet vergeten?

- Slaapkledij
- Toilettas (tandenborstel, tandpasta, kam, zeep...)
- Handdoek en washandje
- Matje + slaapzak + kussen
- Reservekledij
- Reserve ondergoed en kousen
- Chiro-uniform (aan te doen)
- Knuffelbeer (voor wie echt niet zonder kan)
- Medicijnen (indien nodig + uitleg)
- Stevige speelschoenen
- WAT LAAT IK THUIS?: snoep, GSM, andere elektronica

Gelieve alles te voorzien van een naam, zodat we het aantal verloren voorwerpen kunnen beperken!

Gelieve ook de medische fiche in te vullen en mee te brengen (link naar een medische fiche https://chiro.be/sites/default/files/attachments/2021-01/2020%20Medische%20Fiche_NL.pdf). Indien er belangrijke mededelingen zijn qua medicatie, luizen... kan u steeds de leiding contacteren.

- Speelclubmeisjes: Phoebe Van Immerzeele (0475 47 92 19)
- Speelclubjongens: Jari De Bolle (0473 28 53 50)
- Kwiks: Lauren Bellemans (0470 43 21 87)
- Rakkers: Rino Hemerijckx (0491 07 92 49)

Om je in te schrijven, schrijf je het bedrag van **€25,00** over naar het rekeningnummer **BE81 7805 9102 2124** met als **mededeling "naam kind + afdeling + jongstenweekend"** en dit tegen **ten laatste 2 april 2022**.

Groetjes,

Jullie leiding

Speelclubmeisjes (Amber, Jitske en Phoebe)

Kwiks (Zoë, Noor en Lauren)

Speelclubjongens (Stekker, Yori, Jari, Zeno en Aron)

Rakkers (Rino, Brent, Tom, Jelle en Wout)

ALLE JONGSTEN ZIJN WELKOM!

Chiro Winnik gaat naar het circus

9 - 10 APRIL | CIRCUS TERJODEN

Geraardsbergsesteenweg 79C, 9320 Erembodegem

TOEGANGSKAARTJE

9 APRIL 2022
€ 25,00



CHIRO WINNIK GAAT OP BOOTCAMP

Dag tippers, toppers, tiptiens, kerels en aspi's

We kunnen eindelijk nog eens op weekend! Het is al een tijdje geleden en daarom gaan we er direct goed invliegen. We gaan namelijk op bootcamp. Begin maar al een beetje te trainen want het belooft een spetterend, maar zwaar weekend te worden. Onderaan deze brief vinden jullie een workoutschema dat jullie hierbij kan helpen. Voer deze oefeningen minstens 2 keer per week uit als je goed voorbereid naar het bootcamp wil komen. Maak jullie spieren al maar warm, zodat jullie ons kunnen tonen wat jullie in jullie mars hebben! Bereid jullie voor op een weekend vol plezier, vriendschap en amusement.

Het bootcampweekend zal plaatsvinden van **zondag 10 april** t.e.m. **woensdag 13 april**. De leiding verwacht jullie op zondag **tussen 17 uur en 18 uur** op het bootcamp **met gevulde maagjes** en sluit er voor de **tippers, toppers, tiptiens en kerels** af op **dinsdag tussen 17 uur en 18 uur**. De **aspi's** sluiten pas af op **woensdag**. Of zij al dan niet opgehaald moeten worden, zal later nog gecommuniceerd worden door hun leiding. Het bootcamp gaat door op de terreinen van Kamp Terjoden te **Geraardsbergsesteenweg 79C, 9320 Erembodegem**.

Wat mag je zeker niet vergeten?

- Slaapkledij
- Toiletzak (tandenborstel, tandpasta, kam, zeep...)
- Handdoek en washandje
- Matje + slaapzak + kussen
- Reservekledij
- Reserve ondergoed en kousen
- Chiro-uniform (aan te doen)
- Medicijnen (indien nodig + uitleg)
- Stevige speelschoenen

Gelieve ook de medische fiche in te vullen en mee te brengen (link naar een medische fiche https://chiro.be/sites/default/files/attachments/2021-01/2020%20Medische%20Fiche_NL.pdf). Indien er belangrijke mededelingen zijn qua medicatie, luizen... kan u steeds de leiding contacteren.

- Tippers: Anke Blondeel (0473 28 84 30)
- Toppers: Gil Heyman (0468 27 78 87)
- Tiptiens: Femke Van de Velde (0479 56 53 42)
- Kerels: Tibo De Maeseneer (0479 08 62 63)
- Aspi meisjes: Nele Van Belle (0478 01 49 57)
- Aspi jongens: Toon Nachtergaele (0472 43 08 65)

Om je in te schrijven, schrijf je het bedrag van **€35,00** over naar het rekeningnummer **BE81 7805 9102 2124** met als **mededeling "naam kind + afdeling + oudstenweekend"** en dit tegen **ten laatste 2 april 2022**.

Groetjes,

Jullie leiding

Tippers (Joke, Jente en Anke)

Tiptiens (Lotte en Femke)

Aspi meisjes (Nele, Morgane en Anke)

Toppers (Fré, Fré, Joni, Domien en Gil)

Kerels (Brecht, Robbe, Jens, Tibo en Igor)

Aspi jongens (Bert en Toon)

WORKOUTSCHEMA

COACHEN CHIRO WINNIK

- 10 SQUATS
- 10 SIT UPS
- 10 PUSH UPS
- 10 LUNGES (ELK BEEN)
- 10 JUMPING JACKS
- 30 SECONDEN PLANK
- 30 SECONDEN MUURZITTEN