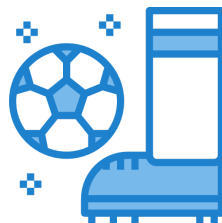




# Infobrochure Zomerstage SC Jong Sint-Gillis

13 tot en met 17 juli 2020



[www.jongsintgillis.be](http://www.jongsintgillis.be) - [www.facebook.com/jongsintgillis](https://www.facebook.com/jongsintgillis)



**Beste sportievelingen,**

**Van maandag 13 tot en met vrijdag 17 juli is er de zomerstage van SC Jong Sint-Gillis! Een stage waar voetbalplezier voorop zal staan.**

**De stage vindt plaats aan de sporthal van Sint-Gillis-Dendermonde. We trainen er in twee bubbels op het grasveld en het kunstgrasveld..**

**Onze voorzitter Stef Van Overstraeten zal de stage in goede banen leiden samen met verschillende trainers en tal van andere enthousiaste vrijwilligers.**

**Hij is ook de man die u mag contacteren als er nog vragen of onduidelijkheden zijn ([0477/346.256](tel:0477346256) - [info@jongshintgillis.be](mailto:info@jongshintgillis.be)).**

**Ook indien uw kind bijvoorbeeld medicatie moet nemen tijdens de stage, dan kan u dat het best aan hem laten weten in het begin van de week.**

**We wensen jullie zonen en dochters alvast een bijzonder geslaagde stage toe!**

**Volg Jong Sint-Gillis op**



**[www.facebook.com/jongsintgillis](https://www.facebook.com/jongsintgillis)**

**[www.twitter.com/jongsintgillis](https://www.twitter.com/jongsintgillis)**

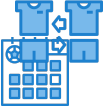
**[www.instagram.com/jongsintgillis](https://www.instagram.com/jongsintgillis)**



# Dagindeling

08.00u	Start opvang
09.00u	<b>IEDEREEN AANWEZIG</b>
09.30u	Start training 1
10.30u	Tienuurtje
10.45u	Start training 2
11.45u	Opfrismoment
12.00u	Middagmaal (zelf boterhammen meebrengen!)
13.30u	Start training 3
14.30u	Drieuurtje
14.45u	Start training 4
15.45u	Opruimen en douchen
16.00u	<b>EINDE STAGEDAG</b>
17.30u	Einde opvang





# Weekindeling

## **MAANDAG: Iedereen Hazard**

(basisbewegingen, penaltycup, mini-WK 3v3, 4v4)

## **DINSDAG: Balspelen = spelen met de bal**

(voetbalhonkbal, tennisvoetbal, voetbalzeeslag, 4 op een rij)

## **WOENSDAG: Een neus voor goals**

(afwerkvormen, blikskesjot, Champions League 2v2, 3v3 en 4v4)

## **DONDERDAG: Zoek de tweede of de derde man**

(passing, controle, voetbalgolf, mini-EK 2v2, 3v3, 4v4)

## **VRIJDAG: Fundag!**

(springkasteel, voetbalkermis)

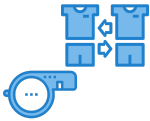


## Menu

Door de coronamaatregelen is het dit jaar jammer genoeg onmogelijk om warme maaltijden te voorzien voor onze toppers.

We verwachten dat onze toppers hun eigen boterhammetjes meebrengen voor 's middags. De club voorziet wel in drank voor bij de maaltijden en de traditionele tien- en vieruurtjes.

Op vrijdag eten we 's middags hot dogs en moeten jullie zonen en dochters geen boterhammen meebrengen.



## Enkele afspraken

- We verwachten iedereen elke dag ten laatste om 9 uur, om aan te melden en de naamsticker op te kleven.
- Voor we aan tafel gaan wassen we de handen.
- Iedereen blijft ten alle tijd in zijn eigen bubbel



## Foto's op de website

Net zoals vorig jaar zullen we ook dit jaar elke dag een reeks foto's van de stagedagen op onze Facebookpagina posten.

## Coronamaatregelen

Uiteraard nemen we een aantal voorzorgsmaatregelen in de strijd tegen corona.

- Bij aankomst laat elke speler zijn handen ontsmeten
- We trainen, eten, ... in 2 bubbels
- Voor- en na het eten wassen we de handen
- Alle tafels worden tussen het maaltijdmoment van elke bubbel ontsmet
- Het trainingsmateriaal wordt dagelijks ontsmet
- Op dit moment is het nog niet duidelijk of we de mogelijkheid kunnen bieden om te douchen na elke stagedag.



## Dit zit allemaal in je sporttas

- 2 trainingspakken
- 2 voetbaltruitjes of sporttruitjes
- 1 busje douchezeep
- 1 stel proper ondergoed
- 1 paar scheenbeschermers
- 1 paar sportschoenen
- 1 paar badslippers
- 1 kleine badhanddoek
- 1 grote badhanddoek
- 2 korte voetbalbroekjes
- 2 paar voetbalkousen
- 1 regenjas
- 1 paar voetbalschoenen (met vaste noppen)
- de persoonlijke minisoccerbal

Aan de ouders vragen wij om de kledij te merken of labelen. Dit helpt ons bij het terugvinden van de eigenaar. Uit ervaring weten we dat de berg met verloren voorwerpen aan het einde van de week anders te groot wordt.



## Wat je niet moet meebrengen:

- Een voetbal
- Drank, snoep of eten
- Waardevolle spullen

