

't boekske

KON. TURNKRING RUST ROEST Sint Niklaas en Temse





In dit nummer

- In dit nummer	blz. 2
- Voorwoord	blz. 3
- Code oranje	blz. 4
- Code oranje	blz. 5
- Publiciteit	blz. 6
- Activiteitenkalender	blz. 7
- Activiteitenkalender	blz. 8
- Geen trainingen op ...	blz. 9
- Publiciteit	blz. 10
- Trainingsdagen & uren	blz. 11
- Trainingsdagen & uren	blz. 12
- Publiciteit	blz. 13
- Wafelverkoop	blz. 14
- Recreanten meisjes 2 Temse	blz. 15
- Publiciteit	blz. 16
- Selectie acro 2	blz. 17
- Recreanten jongens Temse	blz. 18
- Recreanten jongens Temse	blz. 19
- Verjaardagen augustus 2020	blz. 20
- Verjaardagen september 2020	blz. 21
- Verjaardagen oktober 2020	blz. 22
- Verjaardagen november 2020	blz. 23
- Contactgegevens	blz. 24

VOORWOORD

Door Covid-19 kwam er vorig jaar plots een einde aan ons turnseizoen. Dit tot spijt van iedereen.

Gelukkig konden we het nieuwe seizoen opstarten, wel onder strenge maatregelen ons opgelegd door de gymfederatie, de sportdiensten van Sint-Niklaas en Temse. Er werd o.a. een beperking van het aantal gymnasten in de zaal opgelegd. Hierdoor moesten de trainingsuren aangepast worden, wat een GROOT puzzelwerk met zich meebracht. Maar we waren er in geslaagd om een oplossing te bieden zodat we met zoveel mogelijk leden konden blijven trainen.

Corona zorgt voor een financiële aderlating bij alle clubs, en dus ook bij Rust-Roest. Toch voelden wij ons verplicht om bestaande leden een korting toe te kennen bij her-inschrijving.

Daarom durven wij te hopen dat iedereen een extra inspanning zal leveren met onze verkoop van wafels, truffels en snoep. Onze jaarlijks “koekenbak” die reeds van start is gegaan

Op 12 oktober kregen we voor de 2^{de} keer slecht nieuws. “Minister Weyts geeft code oranje aan deindoorsporten voor +12 jarigen en dit met ingang van 14 oktober”. Ons puzzelwerk startte opnieuw ! Ook hier volgen we strikt de nieuwe maatregelen (zie artikel **“code oranje vanaf 14.10.20”** in dit clubblad)

En of dit nog niet genoeg was ! Wegens de steeds stijgende besmettingen werd er op 28 oktober besloten om met onmiddellijke ingang de indoor trainingen voor de +12 jarigen te stoppen.

De dag nadien kregen we reeds van de Gymnastiek Federatie het bericht dat de Eerste Minister en de Ministers Presidenten besloten hebben om voor ALLE leeftijdscategoriën de indoor activiteiten te stoppen en dit to nader order.

De dramatische evolutie van de besmettingscijfers van de laatste dagen verplicht ons dus om onze geliefde sport on hold te zetten.

Verder in dit clubblad vinden jullie naast verschillende artikeltjes ook de “activiteitencalender”. Deze is wel onder voorbehoud en zal eventueel worden gewijzigd naar gelang het verder verloop van Covid-19.

Wij doen er alles aan om in de toekomst de trainingen veilig te laten verlopen en rekenen erop dat onze gymnasten steeds de opgelegde maatregelen volgen.

Nog één heel belangrijk punt dat wij aan al onze leden willen vragen : **ben je ziek, blijf dan thuis**. We willen ten alle tijden vermijden dat we na hervatting van onze trainingen deze terug zouden moeten stopzetten.

Wij wensen jullie allemaal alvast een aangenaam turnseizoen toe, en hou jullie gezond en wel.

Sportieve groeten, namens het bestuur,

Monique Van Wauwe,

’t boekske

CODE ORANJE VANAF 14.10.2020

Indoor sporten +12 jaar - 14.10.2020



- * Sporten: Enkel contactloos
- * Oppervlakte: 1 sporter per 10 m²
- * Trainers: Afstand houden en mondmasker - helpen toegelaten met mondmasker
- * Kledkamers & douches: Gesloten
- * Hygiëne en reinigen materiaal: Na training, verluchting aangewezen
- * Registratie aanwezig: Vereist

Sporten met contact voor -12 jaar: steeds toegelaten
Competitie: toegelaten onder voorwaarden

CODE ORANJE
#WEAREGYM #WEARESAFE

CODE ORANJE VANAF 14.10.2020

Vanaf woensdag 14 oktober schakelen we in de sportsector over naar CODE ORANJE. Trainen is nog steeds toegelaten, hetzij met striktere beperkingen bij de gymnasten +12 jaar: enkel contactloos trainen toegelaten.

De kleurencodes staan voor de ernst van de Coronasituatie in ons land op dat moment en dus ook voor welke maatregelen er op dat moment gelden. We roepen gymnasten, ouders en trainers massaal op om **deze regels strikt te volgen**.

CODE ORANJE – WAT WIJZIGT ER?

Naast de huidige maatregelen die je reeds ontving bij de inschrijving en hier kan nalezen: <https://docs.google.com/document/d/1BBj7cwaF9unBwS-Q4cX3T7UbOc3eB5QnzImlukcebJw/edit?usp=sharing> zijn volgende bijkomende

maatregelen van toepassing:

– Gymnasten +12 jaar dienen ten alle tijden 1,5 meter afstand te bewaren van elkaar (lees: contactloos sporten).

We benadrukken ook dat alle trainers, ongeacht de leeftijd van de gymnasten, verplicht een mondmasker moeten dragen, helpen is wel toegelaten in code oranje.

WAT IS CONTACTLOOS SPORTEN?

Dit wil zeggen dat je als gymnast altijd minimum 1,5 meter afstand moet kunnen houden met een medegymnast.

Aangepaste trainingen voor ACRO

Voor de acro zullen de trainers een aangepaste training voorzien waarbij er geen contact tussen de gymnasten onderling is. Ook contact binnen je duo/trio is verboden.

#staysave,

Met sportieve groeten,

Het clubbestuur.

PUBLICITEIT



cordeel

VAN OVERLOOP

eyecatcher



ACTIVITEITENKALENDER 2020 - 2021

September '20

02

Start nieuw seizoen

Oktober '20

24 & 25

Kaderweekend voor de trainers – Gent

November '20

13

Kampioenenviering Sportdienst Temse (zaal Roxy)

22

Binnenbrengen briefjes snoep-, wafel- & truffelslag

28

afhalen verkochte snoep, wafels en truffels in TEMSE

29

afhalen verkochte snoep, wafels & truffels in SINT-NIKLAAS

December '20

05

Sint op bezoek in de Sporthal van TEMSE

06

Sint op bezoek in de Sporthal van SINT-NIKLAAS

13

Kampioenenviering Stadhuis Sint-Niklaas

12 & 13

Gymgala – Antwerpen

Januari '21

09 & 10

TTm – Prov. voorronde 1 C-niveau - Duffel

16 & 17

TTm – Wedstrijd 1 I-niveau – Hoogstraten

Recreatornooi Toestelturnen – Assebroek

23 & 24

TTm – Prov. Voorronde 2 C-niveau – Wespelaar

ACRO – Prov. Voorrond 1 C- en I-niveau – Alken

30 & 31

TTm – Wedstrijd 2 I-niveau - Nazareth

Februrari '21

06

Eetfestijn, Emiel Naudszaal te Elversele (o.v.)

06 & 07

ACRO - Provinciale voorronde 2 C- en I-niveau - Merelbeke

TTm – Prov. Voorronde 3 C-niveau – Mol

13 & 14

ACRO – Recreatornooi - Hasselt

TTm- Wedstrijd 3 I-niveau - Mortsel

20 & 21

TTm – Prov. Voorronde 4 C-niveau - Lendeledede

ACRO – Prov. Voorronde 3 C- & I-niveau - Leuven

27 & 28

TTm - Provinciale voorronde 1 A- & B-niveau - Lommel

Recreatornooi Toestelturnen - Wervik

ACTIVITEITENKALENDER 2020 - 2021

Maart '21

06 & 07	TTj - Provinciale voorronde 1 A-, B- & C-niveau – Assebroek ACRO – Recreatornooi - Kieldrecht ACRO – Prov. Voorronde 4 C- & I-niveau - Eeklo
13 & 14	TTm- Provinciale voorronde 2 A- & B-niveau – Jabbeke
14 & 15	Recreatoernooi Toestelturnen - Ternat
20 & 21	TTm – Recreatornooi Toestelturnen – Nederboelare ACRO – recreatornoot – Niel TTj – Prov. Voorronde 2 A-, B-, & C-niveau – Sint Gillis-Dendermonde
27	TURNGALA van Rust Roest in Sporthal “De Witte Molen” in Sint-Niklaas deelname van AL onze gymnasten.
27 & 28	TTm – Prov. Voorronde 5 C-niveau (ovb) ACRO – Vlaams Kampioenschap C- en I-niveau - Genk

April '21

03 & 04	TTm – Prov. Voorronde 4 B-niveau - Hasselt
17 & 18	Recreatornoot Acro – Heverlee
24 & 25	TTm – Vlaams Kampioenschap (ovb)

Mei '21

01 & 02	TTj – Vlaams Kampioenschap A-, B- & C-niveau - Leuven
08	Brevettendag Sporthal Temse
08 & 09	TTm - Vlaams kampioenschap A- & B-niveau - Lauwe
15 & 16	Recreatornoot Toestelturnen - Temse
22 t/m 24	TTj – TTm Belgisch Kampioenschap A- en B-niveau – Libramont Acro Belgisch Kampioenschap A- en B-niveau - Libramont

Juni '21

13 **Laatste training**

TTm = toestelturnen meisjes

TTj = toestelturnen jongens

ovb = plaats nog niet gekend

GEEN TRAININGEN OP



GEEN TRAININGEN OP !!!!!!!!!!!

zaterdag, 24.10.20	Kaderweekend Gent
zondag, 25.10.20	Kaderweekend Gent
zondag, 01.11.20	Allerheiligen
maandag, 02.11.20	Allerzielen
woensdag, 11.11.20	Wapenstilstand
van do. 24 t/m zo. 02.01.21	Kerstvakantie
zondag 07.02.21	Dag na eetfestijn (ov)
zaterdag, 20.02.21	Sporthal Temse bezet wegens korfbaltornooi
van za.03 t/m zo. 09.04.21	Paasvakantie
zaterdag, 01.05.21	Feest van de Arbeid
zaterdag, 08.05.21	Brevettendag
donderdag, 13.05.21	Hemelvaart
van za. 15 t/m zo. 16.05.21	Wedstrijd recrea TTm in Sporthal Temse
zondag, 23.05.21	Pinksteren
maandag, 24.0.21	2 ^{de} Pinksterdag
zondag, 13.06.21	Laatste training

PUBLICITEIT



TRAININGSDAGEN & UREN 2020 - 2021

BIO-BROEDERS SINT-NIKLAAS

Maandag	18.00 - 20.00	selectie Acro 2
	18.00 - 21.00	selectie Acro

SPORTHAL TEMSE

Woensdag	18.00 - 20.00	recreanten Acro
		recreanten meisjes
		recreanten jongens
		tumbling
Zaterdag	10.00 - 11.30	kleuters
	9.45 - 11.45	recreanten Acro
		recreanten meisjes
		recreanten jongens

TURNHAL SINT-NIKLAAS

Dinsdag	18.00 - 20.30	selectie TT meisjes
	18.00 - 20.30	recreanten meisjes (wedstrijden)
Woensdag	14.00 - 17.00	selectie TT meisjes
Donderdag	18.00 - 20.30	selectie TT meisjes
	18.00 - 21.00	selectie Acro 1
Vrijdag	18.00 - 21.00	selectie Acro 1
Zaterdag	10.00 - 12.00	selectie TT meisjes
	13.00 - 15.00	selectie Acro 2
	13.30 - 16.00	selectie TTmeisjes
	15.00 - 18.00	selectie Acro 1
Zondag	9.00 - 10.30	kleuters
	9.00 - 11.00	recreanten meisjes 3
		recreanten jongens
	11.15 - 13.15	recreanten meisjes 1 & 2
		tumbling

TRAININGSDAGEN & UREN 2020 - 2021

GC Hoogendonck WAASMUNSTER

Dinsdag	17.30 – 20.30	selectie TTj
Woensdag	13:30 – 16:30	selectie TTj (enkel gymnasten opgelegd werk)
Donderdag	17.30 – 20.30	selectie TTj
Zaterdag	14.00 – 17.00	selectie TTj
Zondag	10.00 – 13.00	selectie TTj



PUBLICITEIT



WAFELVERKOOP



Koekenbak



Beste ouders, gymnasten en sportvrienden,

Ook dit jaar organiseren we met onze club een grote wafel-, snoep- en truffelverkoop.

Zoals iedereen weet, heeft corona ons al heel wat beperkingen opgelegd zoals een ledenstop en het niet mogen organiseren van ons turngala. Dit betekent minder inkomsten terwijl de uitgaven, zoals b.v. de huur van de zaal stijgt.

Daarom vragen we aan iedereen om van deze verkoop een nog groter succes te maken dan vorige jaren, door zoveel mogelijk te verkopen. Dit alles is natuurlijk volledig vrijblijvend. We hopen uiteraard dat al onze leden onze club zullen steunen via deze verkoop. Al deze inkomsten komen immers volledig ten goede van onze sportieve jeugd; zowel tijdens de trainingen (b.v. aankoop materiaal) als daarbuiten (b.v. Sint).

Inmiddels zouden al onze gymnasten een brief ontvangen hebben om te kunnen starten met de verkoop van al dat lekkers. Indien u er nog geen kreeg mag je zeker een brief vragen aan je trainers. Mocht het niet duidelijk zijn of u hier vragen over heeft, aarzel niet om het bestuur of trainers aan te spreken. Zij zullen uw vragen zeker beantwoorden.

We willen u alvast veel succes wensen bij uw verkoop.

Het bestuur.

Belangrijke data:

12 – 18 oktober	Uitdelen brieven en bestellijsten.
16 – 22 november	Laatste moment om de brieven en bestellingen in te dienen bij je trainer.
Zaterdag 28 november 's ochtend	Afhaalmoment te Temse
Zondag 29 november 's ochtend	Afhaalmoment te Sint-Niklaas

RECREANTEN MEISJES 2 TEMSE

De start van een nieuw “speciaal” seizoen.

Een nieuw turnseizoen is weer gestart. Dit jaar anders dan dat we het gewend zijn maar daarom niet minder leuk. Het minder leuke nieuws is wel dat we dit seizoen afscheid hebben moeten nemen van trainster Stéphanie. Zij is nu trainster geworden bij de acro.

Mijn groepje is niet zo heel groot dit seizoen. Op woensdag zijn we met 3 en op zaterdag met 7 gymnasten. Ondanks de kleine groepje heb ik toch een aantal nieuwe gymnasten mogen verwelkomen. Met de gymnasten die op woensdag trainen ben ik volop bezig aan de voorbereiding voor de gymfed wedstrijd die onze club dit seizoen organiseert. Het is een wedstrijd voor gymnasten die trainen op recreatief niveau. Als corona het toelaat zal die wedstrijd doorgaan ergens in mei.

Met de nieuwe gymnasten ben ik volop aan het trainen op de basisoefeningen. Heel fijn om te zien hoe gemotiveerd ze allemaal zijn ondanks alle maatregelen.

Wij gaan er alvast met volle moed en heel veel zin tegenaan!!

Sportieve groetjes van een fiere trainster!



PUBLICITEIT



SELECTIE ACRO 2

Welkom bij de ACRO-MINI'S!

Hallo iedereen! Wij zijn de mini's van de selectie ACRO! Onze groep wordt ook wel selectie acro 2 genoemd. Onze groep is nieuw sinds dit schooljaar. We trainen 4 uur in de week met trainster Stéphanie. Het is een voorbereidingsgroep om volgend schooljaar te kunnen instromen in de selectie acro. We leren heel veel bij en vinden het super leuk!

Wat doen we allemaal?

Steuntjes, lenigheid, kracht, turnspelletjes & heel veel mopjes maken 😊

We doen nog geen acro maar bereiden ons voor op het echte werk: turnen met partners! We zitten allemaal in het eerste of tweede leerjaar. Hier kan je wat foto's vinden...

Groetjes,

De acro-mini's!



RECREANTEN JONGENS TEMSE

Nieuwe start met onze recreanten jongens van Temse.

Het seizoen is nu weer al een tijdje bezig en we beginnen onze draai al goed terug te vinden. Ondanks de coronamaatregelen verloopt het in onze groep wel heel goed. Onze trouwe gymnasten zijn bijna allemaal van de partij. Ook verwelkomen we de nieuwe jongens die van onze sport willen komen proeven. In Temse hebben we voor onze jongens een gloednieuw stel ringen gekregen waar we met z'n allen enorm van kunnen genieten. Ja! Onze jongens doen graag oefeningen aan de ringen en zijn super gemotiveerd.

De jongens die al een tijdje bij ons turnen vormen een echte vriendengroep en dat vinden al onze trainers keitof. Steeds is er een heel goede sfeer en dat zorgt ervoor dat onze trainingen steeds leuk zijn. In onze groep is geen plaats voor pesten en daar kijken we zeer nauw op toe. Iedere jongen moet zich goed kunnen voelen in onze groep.

We oefenen in de eerste periode van ons seizoen veel op fysieke voorbereiding zodat onze jongens sterk genoeg worden om aan hun ringen of herenbrug te kunnen werken. We proberen op deze manier alle spiergroepen aan te sterken. Lenigheid is nog een puntje waar we dit seizoen zeker aan gaan werken want een turner moet lenig zijn om verschillende oefeningen goed te kunnen uitvoeren. We zien helaas het resultaat van de lockdown. Tijdens deze lenigheidsoefeningen horen we dikwijls aaah! En oei en auw! Dat doet pijn! Maar zoals trainer Eddy en Katrijn steeds zeggen tegen de jongens "een beetje pijn is fijn". We zeggen steeds tegen hen, mocht turnen gemakkelijk zijn, dan noemde het toch gewoon voetbal. (Haha) Mochten er problemen optreden of je zit met een vraag, aarzel zeker niet om de trainers aan te spreken. We vragen dan wel om dit te doen na de training. Je kan hen natuurlijk ook een mailtje sturen. De gegevens kan je terugvinden op onze website. Hou ook de facebook pagina van Rust Roest in de gaten want daar komt heel wat belangrijke info op te staan.

Onze trainersgroep, Katrijn, Alexandros, Maarten, Jonas en Eddy zullen hun best doen om van deze jonge kerels echte mannen te maken. We hopen hen veel te kunnen bijleren en we wensen iedereen een supertof seizoen toe.

Met z'n allen gaan we ervoor!

RECREANTEN JONGENS TEMSE



VERJAARDAGEN AUGUSTUS 2020

DE GENDT KATRIJN	02/08/1969
SMET NATHALIE	13/08/1984
HAMBERSIN ELODIE	13/08/2002
VERBEKEN LAURE	30/08/2005
PAUWELS SANDER	07/08/2006
ENGELS FAITH	10/08/2006
DE BACKER JORIAN	14/08/2006
DE CORT MAAIKE	08/08/2008
RASKIN VICTORIA	09/08/2008
BULTEEL FIEN	17/08/2008
GEERINCK ZENAH	21/08/2008
VAN OVERLOOP LEWIS	03/08/2009
JADOUL ALIXE	18/08/2009
VAN GIEL ALEXANDER	03/08/2010
CHAUAL NISRINE	04/08/2010
VAN LEUGENHAEGE JOLIEN	30/08/2010
VERDIJCK ELICIA	09/08/2011
FONTEYNE ELISE	31/08/2011
VERHELST LEVA	07/08/2012
VAN HAEGENBERG LINDE	16/08/2012
VAN LEUGENHAEGE SIMON	16/08/2012
STOOP FEE	17/08/2012
KHAKIMOV KARIM	23/08/2012
LEMMENS ALICE	11/08/2014
VERMEIREN ALEKSANDER	18/08/2014
VAN HOEY AMBER	23/08/2014
DENYFT TIESJ	02/08/2015
DE BOCK LUNE	05/08/2016
D'HOLLANDER MATTEO	28/08/2016
DELARUELLE SAINA	31/08/2016

VERJAARDAGEN SEPTEMBER 2020

DE MAEYER EMMA	02/09/1998
SMEKENS JENS	26/09/1998
VAN HEES LISA	05/09/1999
VAN GOEYE FLOOR	06/09/2004
PAUWELS LUNA	24/09/2004
DEBEUCKELAERE MARIE	17/09/2005
KENIS ELISABETH	20/09/2006
PEREIRA MATILDE	29/09/2006
AHARROUR DOUNIA	07/09/2007
GOVAERS HANNAH	10/09/2007
WANTE AXELLE	13/09/2007
VRIESACKER ROAN	21/09/2007
ABISSI ZINA DEMI	28/09/2007
YAKISIR YADE	09/09/2008
EZZAIME EL ALAOU RIHAB	16/09/2008
OUCHAN OUASSILA	06/09/2009
MAES MARGO	21/09/2009
EL KARROUAI SALMA	29/09/2009
DEFTERIGOS DAVID	30/09/2009
VAN DAMME LIEZE	30/09/2009
DE WITTE CATHO	08/09/2011
STECKEL FIEN	16/09/2011
ADANT FELIEN	27/09/2011
BILA DAVID	03/09/2012
MATTHIJS LÉONIE	03/09/2012
IBRAGIMOV AMIR	14/09/2012
ADASHEV BILAL	25/09/2012
DE WILDE MADELEINE	27/09/2012
OUAZZANI SALAH-EDDINE	01/09/2013
GEERTS FLORENCE	19/09/2013
AYDINLI SELIM	24/09/2013
HAMMICH ANISSA	26/09/2013
BENABDELLAH HASNAE	27/09/2013
VANDENBROECK JADA	13/09/2014
BUNKHOYEVA HADIJA	29/09/2014
VERHELST EMIEL	27/09/2016

VERJAARDAGEN OKTOBER 2020

DE BACKER EDDY	20/10/1969
WAGEMANS STEFAN	12/10/1971
MAALEM SOUHAILA	28/10/2000
MOESEKE THORGAL	31/10/2000
ZAIDI NOUHAILA	01/10/2002
VAN STEELANT LINDE	17/10/2005
ARNITH HOTI	20/10/2006
SUYKERBUYK LISANNE	08/10/2007
TAPSI TEJANI	12/10/2007
DE BRUYN GAELLE	05/10/2008
DE CORTE ESMEE	26/10/2008
LUFIMPADIO EUNICE-DANIELLE	28/10/2008
VAN GEYT NIKA	09/10/2009
BULUT IKRA NAS	01/10/2010
LAGHMICH FARAH	06/10/2010
HILGERT HELENA	20/10/2010
VAN GEYT DAAN	18/10/2011
COLLEMAN Liene	19/10/2011
BEN AYAD IMANE	20/10/2011
DZAUROU ISABELLA	22/10/2011
ZAIDI KAWTAR	25/10/2011
BIERNACKI IAN	27/10/2012
BAUWENS FLOR	10/10/2014
DE CLEEN DELANO	02/10/2015
DE SCHRYVER LUCAS	18/10/2016
GILIS SIEBE	28/10/2016

VERJAARDAGEN NOVEMBER 2020

MOENS CARINE	13/11/1958
GOOSSENS JOCHEN	07/11/1960
AUDENAERT PETER	07/11/1966
WELTER SOFIE	21/11/1974
PAUWELS SEM	18/11/2003
KEYMOLEN NOORTJE	10/11/2005
HERMANS IMKE	15/11/2005
YADDOU HIND	28/11/2005
TURKTAS YADE	06/11/2006
BOTERDAELE FIEN	15/11/2007
PHARAZYN RENKE	22/11/2007
GHARMOUL MARIAM	29/11/2007
VANDERJEUGD JULIE	15/11/2008
BENAOUDA ROMAÏSSA	17/11/2008
VAN DE VOORDE LIV	27/11/2008
DE WILDE JOSSEFIEN	29/11/2008
HAENTJENS YINTHE	24/11/2009
STUER JULIETTE	08/11/2011
DE CAUWER KLAAS	29/11/2011
DE MEYER EMILIA	22/11/2012
BEN AMOR YASMINE	26/11/2012
DE RYK FELIX	26/11/2012
GORLEER PAULIEN	07/11/2013
INZE LORE	07/11/2013
GUYT - VAN KERCKHOVE BOAZ	04/11/2015
ANDRIES ANNA	19/11/2015
VANDENBROECK THOR	20/11/2015

Algemene contactgegevens :

- Jens De Schrijver Secretaris K.T. Rust-Roest Sint-Niklaas
 Temse vzw, <https://www.rustroest.be/>
- Katrijn De Gendt katrijndegendt@skynet.be
- Eddy De Backer eddy.dback@telenet.be
- www.rustroest.be
- facebook: Koninklijke turnkring Rust-Roest Sint-Niklaas