



Turnen

Je kind zal bij elke sport genoeg water in de sporttas moeten inpakken. Daarbij heeft je kind douchespullen en schone kleding nodig. Voor de introductie in de turnsport zijn comfortabele kleding en turnshoe- nen voldoende. Des te professioneler je kind turnen als hobby beoefent, des te meer spullen er nodig zijn in de sporttas.

Wat in elke sporttas thuishoort

Kleding

- Sportkleding, die comfortabel zit, waar- in je je goed kunt bewegen
- Geschikt schoeisel
- Schone kleding

In de zomer

- Korte sportbroek Kort
- sportshirt

In de winter

- Lange sportbroek
- Lang T-shirt

Lichaamsverzorging

- Toilettas met borstel, shampoo, douchegel
- Slippers
- Handdoek
- Klein handdoekje
- Deodorant (vanaf de pubertijd)
- Tas voor vieze kleding

Overige

- Voldoende water
- eventueel magnesium steunverband, sporttape

Schoenen en kleding voor toestel turnen

- ✓ Turnshoenen met halve lederzool
- ✓ Comfortabele, maar nauw aansluitende kleding, zodat niets blijft hangen, als alternatief is een turnpakje ook mogelijk
- ✓ Turnleertjes

Schoenen en kleding voorvloer turnen

- ✓ Gymnastiekschoeisel met doorgaande leder- zolen
- ✓ Luchtig T-shirt
- ✓ Lichte broek

Accessoires

- ✓ Haarelastiekje, haarspeldjes en eventueel een haarnetje voor de knot (bij kinderen met lang haar)

Besprek met de turnleraar van je kind wat het concreet nodig heeft, zodat je kind het belangrijkste in de sporttas paraat heeft. Meer informatie vind je in ons artikel tot het thema [turnen](#).