



“Gymnastics is life, the rest is just details”.

Contact  
**Email:** [wstv.split@wur.nl](mailto:wstv.split@wur.nl)  
**Website Split:** [www.splitonline.nl](http://www.splitonline.nl)  
**Facebook:** @WSTV Split  
**Instagram:** @wstvsplit  
**Website Thymos:** [www.swuthymos.nl](http://www.swuthymos.nl)

SWU Thymos, ‘Move and your body will be recharged’

# Gymnastics

W.S.T.V. Split



Wageningse  
Studenten  
Turn  
Vereniging



SPLIT

# Turnen

W.S.T.V. Split



Wageningse  
Studenten  
Turn  
Vereniging



SPLIT



## W.S.T.V. Split

W.S.T.V. Split (Wageningse Studenten Turn Vereniging) werd op 19 november 1991 opgericht door een aantal enthousiaste studenten en is inmiddels uitgegroeid tot een sportieve, maar vooral ook gezellige turnvereniging waarbij op elk niveau geturnd kan worden. Van stijve beginners die hier zijn begonnen met turnen, tot de lenige gevorderden die graag hun niveau willen behouden of verbeteren. Dus als je nog niet eerder hebt geturnd, gewoon langskomen!

### Turnen: Soepel, snel, sterk en veel plezier

We hebben een hele leuke groep turn(st)ers en tijdens onze trainingen staat gezelligheid dan ook voorop. De trainingen zijn niet verplicht en zijn over het algemeen in vieren te delen. Voordat de les start, worden de toestellen opgebouwd. Daarna wordt een gezamenlijke warming-up

gedaan. Vervolgens begint de toesteltraining. Aan het einde van de training worden alle toestellen weer opgeruimd. Er bestaat een grote vrijheid in toestelkeuze tijdens de training en we hebben de beschikking over de meeste algemene turntoestellen zoals: Balk, brug, gelijken, ongelijk, rekstok, kast, paard, paard voltige, pegasus, minitrampoline, grote trampoline, ringen, lange mat en natuurlijk ook een tumblingbaan!

### Activiteiten

Lid zijn van Split houdt natuurlijk veel meer in dan alleen maar trainen. Samen eten, uitgaan en een jaarlijks weekendje weg hoort er ook bij! Dit soort activiteiten en nog vele andere activiteiten worden georganiseerd door de activitietiencommissie. Waar je jouw turncollega's van een andere kant kunt leren kennen.

## W.S.T.V. Split

W.S.T.V. Split (Wageningse Student Gymnastics Association) was founded on the 19th of November 1991 by a couple of enthusiastic students. And now it has grown into a fun and active association that consists of gymnasts on every level. From stiff beginners who started training here, to the advanced who have been training since they were young and want to maintain or improve their skills. So, if you haven't trained before, just come by!

### Gymnastics: Flexible, quick, strong and fun

Even though our training sessions are serious, fun is the most important thing. The training sessions aren't mandatory and consist of four parts. Before the training

starts, the apparatuses are set up. Then the training starts and we have a general warming-up. After the warming-up, the apparatus training starts. At the end of the training, the apparatuses are put away. There are a lot of apparatuses to choose from during the training.

We have the availability over the most common gymnastics apparatuses: beam, parallel bars, uneven bars, high bar, buck, horse, vaulting horse, pegasus, mini trampoline, large trampoline, rings, long mats and of course a tumbling!

### Activities

Being a member of Split obviously means more than just training. It also means eating together, partying and an annual association weekend! These activities and many others are organised by the activity commission. Where you can get to know another side of your fellow gymnasts.

Verder bestaat natuurlijk de mogelijkheid om deel te nemen aan een handvol wedstrijden per jaar, zowel individueel als in groepsverband. Deze wedstrijden zijn voor alle studenteturn(st)ers in Nederland. Dus kun je je hier meten tegen andere turn(st)ers van verenigingen. Vind je wedstrijden niet leuk? Dan kan je ook altijd nog naar het bijbehorende feest komen!

Verder hebben wij ook altijd nog onze jaarlijkse interne competitie, de Split cup. Ook worden er regelmatig trainingen in echte turnhallen georganiseerd, waar getraind kan worden met een valkuil.

### Je wilt eens komen kijken of meedoen?

Dat kan. Gedurende de maand september kan je gewoon binnenlopen en meetrainen. Buiten september om moet je eerst kijken of er nog ruimte is. Dit kan door ons te mailen via [wstv.split@wur.nl](mailto:wstv.split@wur.nl)

Furthermore, there is obviously the opportunity to partake in a handful of competitions each year, both individually and in a group. These competitions are organised for all student gymnasts in the Netherlands. So you can see how you measure against other gymnasts from the associations. You don't feel like competing? Then you can just join the party afterward! Moreover, we always have our annual internal competition, the Split cup. There are also frequent training sessions organised in real gymnastics halls, where there are foam pits.

### You want to have a look or join?

That's possible. During the month of September, you can just walk in and join our training. Outside of September you first have to check whether there is place. This can be done by mailing us via [wstv.split@wur.nl](mailto:wstv.split@wur.nl).

