

Clubafspraken

Op deze pagina bespreken wij een aantal praktische afspraken en tips. Zo weet je vooraf wat van je verwacht wordt, wat je kan of moet doen, en bij wie je daarvoor terecht kan.

1. Judo in onze club

De instelling die verwacht wordt van al onze clubleden:

- - Judo is in de eerste plaats een **sport**, pas in de tweede plaats een zelfverdediging.
- - Het gaat er niet om een ander in de grond te boren, maar wel om samen te leren en zichzelf te verbeteren. Dit betekent dat men steeds **rekening houdt met de partner** waarmee men traint.
- - Jongeren en ouderen, mensen van allerlei overtuigingen, jongens en meisjes, recreatievelingen en competitieve lingen zijn welkom in onze club. Iedereen respecteert de ander in zijn eigenheid. Iedereen **respecteert** de godsdienstige, morele en politieke overtuiging van zijn mede judoka's.
- - Onze judoka's dagen niemand uit, moeten zich niet bewijzen voor anderen dat ze sterker zijn of gaan geen gevechten aan als judoka met beoefenaars van andere sportdisciplines.
- - In onze club wordt **geen doping** gebruikt, we kunnen het zonder deze kunstmatige middeltjes ook wel halen.
- - We maken duidelijke **afspraken** om een veilige training te waarborgen - we verwachten van iedereen dat deze onverkort, onmiddellijk en steeds worden opgevolgd.
- - In het judolokaal wordt **niet gerookt**. We zitten zo al in een toestand van permanent zuurstoftekort.
- - Elk lid dat wil oefenen in een andere club, moet daartoe de **toelating** hebben van de hoofdtrainer. Deze bijkomende trainingen zijn toegelaten onder voorwaarde dat de eigen clubtrainingen regelmatig bijgewoond worden.

2. Eerste stappen op de mat

Als je wil starten met judo kan je bij ons terecht. Je mag **vier trainingen** vrijblijvend "**proeven**" van onze sport. Daarna kan je beslissen of je al dan niet aansluit. Voorwaarde is wel dat je voor de eerste training een formulier invult, met de titel: "**Verzekeringsformulier voor nieuwe leden die komen initiëren in de club.**"

[judo vlaanderen](#)

Indien je beslist om in onze club in te stappen, verwachten we dat je zelf het **initiatief** neemt om de trainer te contacteren en het nodige te doen om voor de volgende training je aansluiting, verzekering en lidgeld te regelen. Wat dat inhoudt lees je hieronder. Judo is een sport met zeer goede regels - zodat ongelukjes niet zo vaak voorkomen. Vanaf de eerste lessen wordt veel aandacht besteed aan de **veiligheid** van de oefeningen.

3. Aansluiting en verzekering

De club is aangesloten bij Judo Vlaanderen. Deze federatie verenigt de meeste clubs van het Vlaamse land en is erkend door Sport Vlaanderen. Deze aansluiting maakt ook dat de graden die we in de club toekennen (uiterlijk te herkennen aan de kleur van gordel) erkend

worden en dat je mag deelnemen aan wedstrijden en stages ingericht door de federatie. De federatie zorgt ook voor een verzekering. Aansluiting en verzekering betaal je bij de **eerste "officiële" training** en geldt voor een jaar.

Vergunning

Na enkele weken krijg je een digitale vergunning, dat je steeds goed moet bewaren, omdat dit het bewijs is dat je aangesloten en verzekerd bent. Op het kaartje staat: "Vergunning - vzw Vlaams Judofederatie-Achteraan worden je persoonlijke gegevens vermeld. Ook de clubgegevens vind je hier terug: "JC Oud-Turnhout, clubnummer 1113"

Hoe vernieuwen?

Ruim een maand voor je aansluiting - verzekering vervalt, krijg je een **bericht**. Probeer de verzekering zo vlug mogelijk, en **zeker op tijd**, te vernieuwen, anders mag je niet meer meetrainingen. Het bestuur ziet hier zeer strikt op toe omdat onze judoka's er alle baat bij hebben. Indien je niet over een geldige aansluiting beschikt, ben je immers niet verzekerd als er iets gebeurt. Bovendien kunnen vertegenwoordigers van de federatie steeds controles uitvoeren in de clubs en moet de club een zware boete betalen voor elke judoka zonder geldige aansluiting - verzekering.

4. Medische controle

De judobeoefenaar wordt aangeraden om regelmatig een medisch onderzoek te ondergaan. Competitiejudoka's ondergaan best vaker een medisch onderzoek. Competitie Judoka's boven de 40 jaar, zijn verplicht om halfjaarlijks een medisch attest bij zich te hebben.

5. Lidgeld

Om de praktische werking van de club te verzekeren vragen wij onze judoka's het lidgeld **de eerste training te betalen**. Het bedrag wordt jaarlijks vastgesteld door het bestuur. We trachten het lidgeld zo laag mogelijk te houden maar bouwen een marge in om een degelijke jeugdwerking te verzekeren, een kwalitatief hoogstaande competitie voorbereiding te garanderen en af en toe een extraatje te voorzien buiten de wekelijkse trainingen.

6. Groepssamenstelling

De judoka's worden in onderling **overleg** tussen de betrokken **trainers** in de verschillende groepen ingedeeld. Daarbij wordt rekening gehouden met technische bekwaamheid, leeftijd, grootte, motivatie, training, ingesteldheid, familiale omstandigheden (eventuele broers en/of zusjes die eveneens bij de club aangesloten zijn),... van de judoka. We trachten iedere judoka in die groep te zetten waarin hij of zij het meest op zijn plaats is, zich naar onze mening het beste kan **ontwikkelen**.

Soms is het nodig de samenstelling van de groepen ook in de loop van een seizoen te **wijzigen**, of enkelen van groep te veranderen. De overgangen worden dan wel verantwoord. Ook is overleg altijd mogelijk tussen judoka, ouders en trainers wanneer de voorgestelde regeling erg moeilijk ligt.

7. Verwachtingen op de training

Er is eigenlijk maar één grondregel, namelijk: op de training is **de trainer de baas**. We verwachten van je op de trainingen:

- - dat je de judo regels respecteert en de richtlijnen van de trainers opvolgt
- - inzet op het maximum van je capaciteiten
- - sportief gedrag
- - zorg voor de veiligheid van je mede judoka's
- - hulp aan de anderen om zichzelf te verbeteren

Verschillende opvattingen in verband met de judo techniek kunnen besproken worden met de trainer - maar wel op zo'n manier dat het de anderen niet stoort. Bovendien hou je best rekening met verschil in ervaring en kunde om het eigen standpunt te relativieren.

De trainer kan zich ook wel eens vergissen. Dus: als je je werkelijk **onrechtvaardig behandeld** voelt, spreek hem er nog eens over aan om een aantal zaken recht te zetten. Blijf je werkelijk met iets serieus zitten, dan kan jijzelf (of je ouders) altijd iemand van het bestuur aanspreken. Als je daarna je probleem nog niet verholpen is, kan je vragen het op een bestuursvergadering te brengen en je standpunt komen verdedigen.

De vorige weg kan ook gevolgd worden wanneer je **niet akkoord** bent gegaan met de gang van zaken in de club of wanneer je voorstellen hebt om de werking te verbeteren.

8. Voor en na de training

Het is waarschijnlijk overbodig te vermelden, maar toch verwachten we dat iedereen zorgt dat hij **gewassen** op de mat komt, dat de kimono voldoet aan de voorschriften en geregeld een wasbeurt krijgt, dat de nagels kort gehouden worden.

Kostbare voorwerpen kun je best thuis laten. Dit geldt voornamelijk voor ringen, halskettingen, armbanden, horloges, eventueel portefeuilles... Je kan en mag deze voorwerpen niet mee op de mat nemen. Als je ze bij hebt neem je het risico dat je ze vergeet, verloren legt of dat iemand anders ze verloren legt.

Judo is **geen kinderopvang**. De club draagt geen verantwoordelijkheid voor wat jongeren uitsteken voor en na de trainingsuren. De judoka's zijn maximaal 10 minuten voor de les aanwezig en gaan in principe direct na de training naar huis.

Blijf van de spullen van anderen in de **kleedkamer** af en respecteer de materialen in kleedkamers en zalen. Controle daarop is niet altijd mogelijk, omdat soms twee groepen na elkaar training hebben. We rekenen dan ook op de medewerking van iedereen.

9. deelname wedstrijden

Leeftijdscategorieën en reglement

Om te kunnen deelnemen aan wedstrijden moet je officieel vijfde kyu zijn (gele gordel hebben). De trainer en de hoofdtrainer hebben het laatste woord in verband met al of niet deelname aan wedstrijden.

Leeftijdscategorieën: pupillen (9 - 10 jaar) minimum vijfde kyu (gele gordel)
miniemen (11 - 12 jaar) minimum vierde kyu (oranje gordel)
cadetten (13 - 14 jaar) minimum derde kyu (groene gordel)
verder heb je beloften (15 - 16 jaar), junioren (17 - 18 - 19 jaar) of senioren (+ 20 jaar). Ook voor deze categorieën is de minimum graad derde kyu of groene gordel.
De **wedstrijdreglementen** verschillen naargelang de leeftijdscategorie.

inschrijving

Wedstrijden worden uitgehangen aan ons prikbord in de dojo, met bijhorende deelnemerslijst en vermeld tijdens de trainingen. Bij eventuele deelname duidt men zich aan op die lijst.

De verantwoordelijke doet verder de inschrijvingen en eventuele inschrijvingskosten.

Niet-deelname

Indien je ingeschreven hebt en je kan om een of andere reden niet meegaan, **verwittig** je de verantwoordelijke die meegaat op wedstrijd. Eventuele **inschrijvingsgelden** kunnen teruggevorderd worden bij niet-deelname.

Niet te vergeten

Meestal heb je voor een wedstrijd het volgende **nodig**: vergunning, identiteitskaart (vanaf 12 jaar), kimono, witte en rode gordel, eventueel lunchpakket, drinken, geld en veel moed

Ter Plaatse

Iedereen wordt verwacht voor de afgesproken tijd op de aangeduide plaats te zijn. Kom iets zeggen tegen de **verantwoordelijke**, zodat hij een zicht heeft op wie al wel en wie nog niet aanwezig is. We begrijpen dat je als ouder niet telkens mee kan rijden als er een wedstrijd is, maar jongeren zijn extra gemotiveerd als iemand geregeld komt kijken hoe hij of zij het doet... Judo blijft een **contactsport**, de kans bestaat dat een judoka zich kwetst. Als ouders aanwezig zijn staat de coach er niet alleen voor.

Supporters

We verwachten van al wie meegaat op wedstrijden, judoka's en supporters, dat ze zich als toffe supporters gedragen. We steunen de judoka's van de eigen club en breken ze niet af als het eens wat minder gaat. Tenslotte staat ook de tegenstander op de mat om te winnen. Leden en supporters van Judoclub Oud-Turnhout stellen zich niet negatief tegenover judoka's en supporters van andere clubs en respecteren de beslissingen van de scheidsrechters. Judo is een gezonde ontspanning, die we niet verknoeien door negatieve kritiek of fanatiek gedrag.

Prijsuitreiking

Na je laatste kamp wacht je tot alle wedstrijden zijn afgelopen. De afspraak is dat je wacht tot de prijsuitreiking en dat je je prijs zelf gaat **ophalen, in kimono of in trainingspak** van de club.

Indien je eerder weggaat met je ouders verwittig je de clubverantwoordelijke.

10. Te doen bij ongevallen

We hopen natuurlijk dat je op een training of tijdens een wedstrijd nooit een serieuze blessure oploopt.

Overkomt het je toch, vraag dan zo snel mogelijk een **aangifteformulier** aan een van de verantwoordelijken. De achterkant beschrijft de omstandigheden waarin het ongeval heeft plaatsgevonden en wordt ondertekend door de clubverantwoordelijke, de getuige, het slachtoffer of zijn wettelijke vertegenwoordiger. De voorzitter laat je invullen en handtekenen door de dokter. Het formulier samen met een ziekenfondskleefvulsel geef je aan de verantwoordelijke. Hou er rekening mee dat de voorzitter het formulier binnen de **drie dagen na het ongeval** in zijn bezit moet hebben. Enkele dagen nadien krijg je een dossiernummer en richtlijnen van de verzekering. Dit dossiernummer moet worden vermeld op alle briefwisseling m.b.t. het ongeval.

Hou alle **rekeningen** van de dokter en andere medische behandelingen bij. Reken eerst af met je **ziekenfonds**, vraag daar een **formulier** waarop het ziekenfonds alle bedragen bijhoudt: wat het heeft gekost, de tussenkomst van het ziekenfonds en wat je zelf nog hebt bijgelegd. De verzekering betaalt je dit laatste terug.

Indien je vindt dat de kwetsuur **genezen** is, kopieer je de bundel en stuurt deze op. Voor zwaardere ongevallen is een verklaring nodig dat de dokter bevestigt dat de kwetsuur genezen is. En dan is het wachten op de vergoeding...

11. Bij wie je terecht kan

Judoclub Oud-Turnhout heeft het statuut van een **v.z.w.** Het dagelijks bestuur van de club wordt uitgeoefend door een raad van beheer.

Het bestuur wordt samengesteld onder verantwoordelijkheid van de leden van de v.z.w. De mensen van het bestuur zetten zich gratis in. Indien ze willen opstappen, melden ze dit schriftelijk aan de voorzitter. Andere kandidaten moeten door het bestuur aanvaard worden.

Het bestuur komt ongeveer maandelijks bij elkaar om activiteiten te organiseren en te evalueren, alle mogelijke schikkingen te treffen zodat alles vlot verloopt... Het bestuur stelt de trainingen vast (op advies van de hoofdtrainer), en moet ook geraadpleegd worden als er **een ernstig meningsverschil** is binnen de club. Over zware maatregelen tegenover een judoka of bestuurslid (wedstrijdverbod, tijdelijke of definitieve schorsing) wordt door het bestuur beslist, na raadpleging van alle betrokkenen.